

Activități de optimizare a memoriei și a empatiei

Realizatori-studenți:

Nicoleta-Mădălina Hîrtopanu
Amelia Victoria Pușcaș (Prunduș)
Melania Rădășan
Adriana-Maria Suciuc
Maria Svințiu
Bianca Zsigo-Mirișan

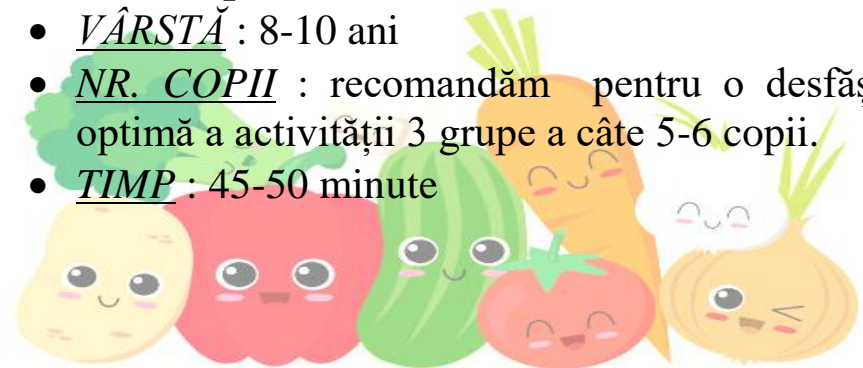
Coordonator: conf. Thea Ionescu



I. STRATEGII DE MEMORARE

„Legumele jucăușe”

- **OBIECTIV** : învățarea unor strategii de memorare pentru îmbunătățirea capacității mnemonice
- **MATERIALE** :
 - 1.Rețetă culinară** (la alegere) care să conțină **6 tipuri de legume** (de ex., morcovi, țelină, pătrunjel, gulie, ardei, ceapă).
 - 2.Videoproiector** – pe care va fi proiectată rețeta alături de poze ale legumelor menționate.
 - 3.Cartonașe cu legume** – 18 cartonașe cu legumele menționate în rețetă și alte 18 cartonașe cu legume diferite de cele din rețetă (distractori). Vor fi împărțite câte 12 cartonașe la fiecare dintre cele 3 grupe (6 cartonașe cu legume corecte și 6 cartonașe cu legume incorecte).
 - 4.Recompensă** – fructe
- **VÂRSTĂ** : 8-10 ani
- **NR. COPII** : recomandăm pentru o desfășurare optimă a activității 3 grupe a câte 5-6 copii.
- **TIMP** : 45-50 minute



DESFĂȘURAREA JOCULUI



Cadrul didactic le va prezenta copiilor rețeta aleasă atât pe videoproiector, cât și verbal, menționând legumele utilizate în cadrul acesteia, atașând o poză reprezentativă pentru fiecare legumă în parte.

Cadrul didactic le va spune copiilor că vor folosi un anumit „truc” pentru a putea să memoreze mult mai ușor legumele prezentate. Astfel, fiecărei grupe îi va fi dată o strategie de memorare aleasă pe baza unei trageri la sorți. O grupă va utiliza **repetiția** - acest lucru presupune repetarea în gând a legumelor auzite și văzute. O altă grupă va utiliza **asocierea** - copiii vor trebui să facă asocieri între legume și culorile acestora. Ultima grupă va folosi **inițialele legumelor** - copiii vor trebui să rețină inițiala fiecărei legume menționată. Aceste instrucțiuni vor fi prezentate de către cadrul didactic fiecărei grupe individual.

Videoproiectorul va fi pornit pe durata instrucțiunilor și încă 2 minute după finalizarea acestora, după care se va stinge. După aceasta, cadrul didactic va așeza pentru fiecare grupă în parte un set de poze care să conțină legumele menționate, dar și legumele care nu fac parte din rețetă (distractorii).

Timpul alocat alegerii corecte va fi de 20 minute.

La final, li se vor prezenta numărul de alegeri corecte și toți copiii vor fi recompensați.

IMPLICAȚII

Strategia de memorare este un plan cognitiv folosit în mod conștient, voluntar și controlabil de către o persoană în vederea sporirii performanței mnemonice. Aceste strategii (ex. repetiția, sinteza, asocierea, organizarea etc.) sunt utilizate în mod spontan la vârsta de 8-9 ani, însă neavând rezultate identice cu utilizarea lor la vârste mai mari. Ele sunt utile pentru dezvoltarea memoriei de lungă durată care reprezintă acel segment al întregului sistem mnemonic care permite stocarea informației pe o perioadă mai lungă de timp (zile, săptămâni sau chiar ani) (Schaffer, 2010).

Dezvoltarea mnezică eficientă și îmbunătățirea capacității mnemonice sunt relevante cu precădere în ceea ce privește *succesul academic*. Optimizarea ei conduce la o mai bună performanță în activități școlare precum **citirea, matematica, fonologia** și învățarea în general, fiind un bun predictor în aceste domenii. Utilizarea strategiilor de memorare favorizează includerea informațiilor în memoria de lungă durată, conducând astfel la un proces de învățare eficient. Copilul stochează

mai rapid informațiile, în special cele nefamiliare sau cele ca îi par dificile, producându-se o reactualizare mai facilă a acestora la nevoie. Utilizarea strategiilor de memorare în cadrul procesului de învățare, de la o vârstă fragedă, va facilita dezvoltarea unui stil de învățare propriu, utilizat și în anii mai mari ai școlarității, conducând implicit la dezvoltarea *învățării auto-reglate*.

Strategiile de memorare ajută așadar copiii să aibă performanță școlară crescută și să dobândească o bază de cunoștințe solidă.



II. EMPATIA

„La bibliotecă”

- OBIECTIV : creșterea toleranței față de



persoanele cu dizabilități.

- MATERIALE :
 - 2 perechi de căști de protecție;
 - 2 bastoane;
 - 4 eșarfe;
 - materiale din recuzita școlară a elevilor (cărți, caiete, penare, creioane);
 - recompensă-fructe.
- VÂRSTĂ : 8-10 ani

- NR.COPII : recomandăm pentru o desfășurare optimă a activității un număr de 20 de copii care vor fi împărțiți în două grupe, iar fiecare grupă la rândul ei va fi împărțită în două.
- TIMP : 50 minute

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Activitatea va fi un joc de rol având drept personaje atât persoane cu dizabilitate, cât și fără. Dizabilitățile ce urmează a fi interpretate sunt:

- persoane nevăzătoare
- persoane mute
- persoane cu dizabilitate locomotorie
- persoane cu hipoacuzie

Alegerea dizabilității se va realiza pe baza unei trageri la sorți.

În interpretarea rolurilor, copiii vor necesita o anume recuzită :

- copiii cu rolul nevăzătorului vor fi legați la ochi cu o eșarfă;
- persoane cu rol afazic nu trebuie să vorbească;

- persoanele cu rol de dizabilitate locomotorie vor trebui să se deplaseze într-un picior, oferindu-li-se câte un baston
- persoanele cu rol de hipoacuzici vor primi câte o pereche de căști de urechi (învațătoarea este cea care îi ajută pe copii să se pregătească).

Jocul va consta în două sesiuni (25min/sesiune). Tematica jocului va fi interacțiunea dintre cele două grupuri de copii în cadrul unei situații sociale concrete – *în bibliotecă*.

Copiii vor fi împărțiți în două grupe de câte 10 copii.



Fiecare grupă va avea 5 copii "cu dizabilități" și 5 fără. Copiii fără dizabilități vor primi o serie de roluri :

- 1 portar;
- 2

bibliotecari;

- 2 persoane responsabile cu menținerea curățeniei.

Copiii "cu dizabilitate" vor cere îndrumare în : găsirea cărților, ordonarea acestora, ordonarea pixurilor (de ex., nevăzătorul își scapă penarul pe jos, iar unul dintre bibliotecari îl vede și îl ajută, dorește să se ridice

de pe scaun, iar în acel moment portarul se duce la el și în oferă ajutor pentru a se ridica, copilul care joacă rolul unei persoane care nu poate vorbi îi cere ajutorul celuilalt bibliotecar pentru a-i oferi o carte de matematica, iar copilul care joacă rolul persoanei cu dizabilitate hipoacuzică cere indicații pentru a ajunge la toaletă de la elevul/eleva care joacă rolul persoanei responsabile de menținerea curățeniei).

Cea de-a doua sesiune va consta în inversarea rolurilor din cadrul celor două grupe astfel încât fiecare copil să ajungă în postura de persoană cu dizabilitate.

La final toți copiii vor fi recompensați cu fructe de cadrul didactic pentru că au participat la activitate.

IMPLICAȚII

Empatia poate fi considerată o ”experiență interpersonală”, fiind asociată cu generozitatea, altruismul, toleranța, dar și cu controlul agresivității. Totodată poate fi considerată ”o formă a cogniției sociale” (Feshbach, 1975). Empatia reprezintă ”capacitatea de a înțelege cum se simt alții, fie sub forma unei stări emoționale, fie a unei senzoriale” (Singer et al., 2004).

Empatia se dezvoltă la copii în momentul în care aceștia devin capabili de a recunoaște și a înțelege

perspectiva interlocutorului, de a rezona la aceasta, de a simți ceea ce simte acesta. Dezvoltarea empatică depinde de mediul la care are acces copilul, de experiența sa anterioară în ceea ce privește dezvoltarea propriei emoționalități, precum și de procesul socializării.

O implicație care relevă importanța dezvoltării empatică este reducerea agresivității. Acest lucru se concretizează în ideea în care dacă o persoană **percepe și înțelege situația și emoțiile** alteia, atunci va fi mai puțin dornică de a-i cauza rău. Empatia este prezentă atât în momentul în care un copil e martorul unui act agresiv, cât și atunci când e implicat activ în unul, jucând rolul agresorului. Observând consecințele negative (distres, durere) ale comportamentului său agresiv asupra unui alt copil, tendința acestuia este de a reduce acele consecințe (implicit agresivitatea) ca urmare a unui act afectiv. Mediatori ai relației empatie-agresivitate pot fi **dezvoltarea morală, impulsivitatea, modelul parental** (Schaffer, 2010). Empatia se dezvoltă pe măsură ce un copil crește, întrucât el devine din ce în ce mai capabil de a înțelege diferitele situații sociale, de a înțelege variabilitatea emoțională a



persoanelor, dar și de a se înțelege mai bine pe sine și a se autoexamina mai corect.

Relevanța jocului se traduce în creșterea capacității empatică cu privire la persoanele cu dizabilități, conducând înspre dezvoltarea unor comportamente de ajutorare și către acceptare.