

Citiți lecția din manual: *Condiții interne și externe ale învățării*, notați schița lecției pe caiete și rezolvați fișele de lucru.

Condiții interne și externe ale învățării

1. Învățarea eficientă

- învățarea este rezultatul comportamentului nostru care, la rândul său, este influențat de mediu și de modul în care fiecare persoană prelucrează informațiile, indiferent de momentul și de contextul în care are loc;
- prin învățare ne îmbunătățim, ne completăm și ne sporim caracteristicile personale;
- pentru a avea parte de o învățare eficientă avem nevoie de încredere în noi, credința în propriile forțe, o atitudine pozitivă față de învățare și comportamentele orientate către învățare și succes.

2. Condițiile învățării

- învățarea eficientă este susținută de o serie de condiții interne și externe favorabile realizării acesteia:

I. Condiții interne - se referă la factorii biologici și psihologici:

- a. Potențialul personal sau dispozițiile înnăscute;
- b. Trăsăturile de personalitate: ambiție, responsabilitate, calm, autocontrol, conștiinciozitate, determinare și organizare;
- c. Atitudinea față de învățare, motivația și voința;
- d. Starea de pregătire: cunoștințele și capacitățile pe care ne bazăm pentru a face față unor cerințe noi;
- e. Stilul de învățare: maniera personală prin care ne angajăm în rezolvarea unei sarcini;
- f. Tehnicile de muncă intelectuală folosite pentru a învăța;
- g. Starea de sănătate a organismului și nivelul de stres;
- h. Ritmul propriu de învățare: cu pauze sau susținut.

II. Condiții externe - se referă la mediul social în care trăim și la spațiul și timpul pentru învățare:

- a. Cerințele școlare: ce avem de învățat și sarcinile de lucru;
 - b. Specificul fiecărei discipline de studiu: felul în care este structurată materia și gradul de dificultate;
 - c. Climatul sau mediul de învățare: igiena spațiului și liniștea;
 - d. Modul în care ne gestionăm timpul;
 - e. Mentalitatea față de învățare și sprijinul primit sau acordat;
 - f. Relațiile profesori-elevi și atmosfera din timpul orelor de curs;
 - g. Resursele materiale de care dispunem acasă și la școală;
 - h. Regimul de viață (sănătos sau nesănătos) pe care îl alegem.
- pentru ca învățarea să fie una eficientă este necesară combinarea ambelor condiții, atât interne, cât și externe.

Pentru o mai bună înțelegere a subiectului studiat vizionați următoarele videoclipuri:

<https://www.youtube.com/watch?v=EOIGhyiCwpU>

<https://www.youtube.com/watch?v=xMjkma8ndXU>

Fișă de lucru: *Condiții interne și externe ale învățării*

Prezentați, într-un text de minim zece rânduri, o situație în care unul sau mai mulți factori externi v-au creat dificultăți în procesul de învățare. Citiți textul vostru unui membru al familiei și explicați-i cum v-a afectat (Exemplu: Mă doare spatele din cauza mesei prea joase și trebuie să scriu aplecat.). Apoi discutați despre posibilele strategii și soluții, astfel încât acea situație să nu se mai repete.



BIBLIOGRAFIE:

1. Columban, Monica H., Kudor, Dorina, Sfirlea, Lenuța, Talaș, Dorina-Anca, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura Art Klett, București, 2023.
2. Popescu-Argetoia, Oana, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura Booklet, București, 2023.
3. Boca, Cristiana Ana-Maria, Ciohodaru, Elena, Mitrofan, Luminița Doina, Călineci, Marcela Claudia, Marcinschi, Florentina, Oancea, Ana-Maria, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura CD Press, București, 2023.
4. Popa, Simona-Elena, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2023.
5. Bărbulescu, Gabriela, Beșliu, Daniela, Gunea, Cristina Maria, Sima, Angelica, Sima, Elena-Cristina, Stoicescu, Daniela, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura Litera, București, 2023.
6. Călărășanu, Cristina, Hetel, Cătălina, Tudose, Corina Mihaela, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VI-a*, Editura Active Learning, București, 2023.

