



Въображаемо пътуване

Интересна техника на преподаване предлагат Бергер и Фукс в *Планиране, преподаване, оценяване*. Това несъмнено би могло да се проведе в извънучилищна обстановка или в електронна среда с ученици от 7. клас, и да бъде обвързано с обучението по литература по конкретна тема.

Бергер и Фукс посочват всички елементи на въображаемото пътуване и ролята на учителя в този процес. Те са следните:

- ❖ Ролята на учителя – учителят е главен фактор за провеждане на въображаемото пътуване, тъй като той трябва да има точни познания за начина на протичане на „пътуването”.
- ❖ Видове въображаеми пътувания:
 - Пътуване за отпускане/почивка;
 - Пътуване за стимулиране на ученето;
 - Пътуване за развитие на личността.

Учените твърдят, че мозъкът е най-възприемчив, когато броят на сърдечните удари в минута намалява и честотата на мозъчните вълни се понижава. Така се засилва способността за приемане и съхраняване на нова информация (по Бергер и Фукс 2010: 51).

Бихме могли да адаптираме нашето въображаемо пътуване към учебната дейност, т.е. към обучението по литература в електронна среда. В този случай ще изберем да осъществим въображаемо пътуване за стимулиране на ученето. Избираме подходяща за това обстановка например училищната градинка или в случая електронна среда (с опция да се виждат и чуват всички участници).

Темата трябва да е предварително избрана, съобразена с възрастовата група на учениците – от 7. клас. Примерни теми: 7. клас – *През океана – едно въображаемо пътуване до Чикаго и назад* (необходимо е учениците предварително да са се запознали с пътеписа на Алеко Константинов „До Чикаго и назад”).

❖ Цели на въображаемото пътуване:

- Отпускане, успокояване, намаляване на стреса;
- Стимулиране на креативността;
- Положително влияние на емоционалното развитие;
- Полагане на основите на медиативни действия;
- Развиване и стимулиране на способността за концентрация.

❖ Планиране и ръководене на въображаемо пътуване:

Дават се препоръки от учителя – избира се предварително предразполагаща обстановка с нормална приятна температура (това би могло да бъде стаята на ученика, в която се намира; чувства се спокоен, чувства се добре пред своето електронно устройство). Учителят също заема позиция в приятна за него обстановка; чувства се добре; няма „странични дразнители“ (звънене на телефон, звуково уведомяване за получаване на съобщение и др. под.).

Избира се подходяща музика, която да бъде спокойна и „дълбока“, предизвикваща вглъбяване в себе си. Добре е да няма текст, защото учениците ще се заслушат в него и ще забравят за въображаемото пътуване. Опитът показва, че резултати се постигат с инструментална барокова музика, както и с музикални пиеси за релаксация.

❖ Фази на въображаемото пътуване:

- Въведение – предварително се разяснява на учениците защо се предприема такова пътуване (в електронна среда), какъв е смисълът му и как ще протече. Предупреждават се учениците, че на някои от тях може да им стане смешно или ще почувстват дискомфорт за кратко например: *Възможно е да ти стане смешно или изведнъж*

да се сетиш за нещо, което се е случило през деня. Най-добре го приеми и го остави да отmine от само себе си – както преминават облаците по небето. След това се произнасят формулите за успокояване и отпускане. Най-често се използват фрази като: *Ти си спокоен и отпуснат. Дишаш спокойно и равномерно.*

- Започва същинското въображаемо пътуване. Прочита се избрания текст. Говори се с умерен темп и с ясен, спокоен ненатрапчив глас. Препоръчително е в началото да се говори малко по-силно и постепенно, след което да се осъществи намаляване на силата на гласа и темпа на говорене. Вмъкват се и няколко творчески паузи.
- Последната фаза е т.нар. *завръщане от света на личните преживявания*. И тук се използват подходящи формули например: *Сега бавно се сбогуваш, мислено отново се връщаш. Дишането ти е спокойно и равномерно. Започваш да се протягаш, както правиш рано сутрин при събуждане. Може би искаш да се прозееш. После бавно отваряш очи ...*
- Накрая се изчаква известно време, докато всички се „върнат“ в реалността и задължително се питат учениците как са преживели пътуването. Друг вариант е веднага да нарисуват преживяното (по Бергер и Фукс 2010: 51-52).

Из научен труд на Александър Халачев – старши учител по български език и литература в Трето ОУ „Братя Миладинови“, гр. Гоце Делчев

