



# INNOVATIVE TEACHING METHODS

PIRAEUS - GRÉCIA

21 A 25 de fevereiro

# Os Métodos de Ensino:

- **Project Based Learning** - Aprendizagem baseada em Projetos;
- **Debate** - O Debate na Educação;
- **Spaced Learning** - Aprendizagem Espaçada;
- **Theatre in Education** - Teatro na Educação;
- **Community Mapping** - Mapeamento Comunitário;
- **The Ethical Dilema** - O Dilema Ético;
- **Mind Mapping** - Mapas Mentais.

# *Project Based Learning*

## *Aprendizagem baseada em projetos*



## O que é o PBL - Project Based Learning?

É um método de aprendizagem em que o aluno identifica um problema real (p.ex. do meio em que vive), questiona-se e, com base em pesquisas, procura chegar a uma solução.



## Quais os principais objetivos deste método?

- ↯ Conectar o aluno com o mundo real;
- ↯ Promover a focalização do aluno num determinado assunto;
- ↯ Promover hábitos de pesquisa e de seleção de informação;
- ↯ Conduzir o aluno à descoberta e ao desenvolvimento da autonomia;
- ↯ Desenvolver o pensamento crítico e reflexivo;
- ↯ Aproximar a aprendizagem aos interesses do aluno.

# 5 chaves para a Aprendizagem baseada em projetos

<https://www.edutopia.org/video/5-keys-rigorous-project-based-learning>

- 1- Conexão com o mundo real** - aproximar a escola do meio em que o aluno vive, minimizando as “distâncias” entre estes dois espaços;
- 2- Núcleo de aprendizagem** - selecionar um público -alvo e partes do programa a trabalhar;
- 3- Colaboração estruturada**- partilha de tarefas, discussão de assuntos, listagem de atividades a desenvolver;
- 4- Orientada pelo aluno** - o aluno assume uma posição mais ativa não só na escola, mas em relação ao meio;
- 5- Avaliação multifacetada** - momentos informais de avaliação como o feedback progressivo por parte do professor;  
- momentos formais: teste, apresentação final do projeto.



# 5 fases para implementação de um projeto

- 1- Planificação** - selecionar uma parte do programa a trabalhar, definir objetivos e atividades a desenvolver, definir etapas, acordar critérios de avaliação...
- 2- Planificação de atividades** - Seleção de recursos/ fontes de informação, distribuir tarefas pelos elementos do grupo, estabelecer prazos de entrega...
- 3- Implementação do projeto** - Papel do professor (coach): encorajar os alunos, orientá-los, mostrar alguns caminhos que incluam boas oportunidades de conexão com o mundo real...
- 4- Avaliação/ feedback** - ao longo do execução do projeto, com o intuito de perceber a participação de cada aluno, ajudá-los a focarem-se nos objetivos do projeto, promover o pensamento positivo ...
- 5- Apresentação** - A quem vai ser apresentado? (turma, professores, comunidade) quando? (aula, semana cultural...) logística envolvida (convites, transportes, sala...)

## Conclusão



A aprendizagem baseada em projetos poderá assumir um papel preponderante no despertar da curiosidade por parte do aluno, uma vez que, ao olhar para o meio que o rodeia, ao perceber os problemas que aí existem, o aluno aprende a questionar, a pesquisar e a querer encontrar soluções (sempre com a orientação do professor).

Os projetos devem surgir como pontes entre a Escola e o mundo em que o aluno vive. A aprendizagem adquire, desta forma, mais sentido para os alunos, já que percebem que aquilo que aprendem poderá ter efeitos práticos e visíveis na vida deles.



# O DEBATE NA EDUCAÇÃO

# **DEBATE**

## **O QUE É?**

*É um argumento formal onde, de acordo com um conjunto de regras acordadas, grupos ou indivíduos apresentam visões opostas sobre um determinado assunto e procuram defender as suas posições.*

# DEBATE

- ❖ É uma conversa “formalizada”.
- ❖ Opõe certos pontos de vista a respeito de um tópico, seguindo um conjunto de regras: por exemplo qual a ordem e o tempo que cada participante pode falar.
- ❖ Ocorre entre duas ou mais pessoas ou duas equipas que querem provar a veracidade das suas declarações, argumentam para opor - se às afirmações (do adversário) da outra equipa ou pessoa.
- ❖ É uma espécie de competição para provar a capacidade de comunicar de quem fala.

# DISCUSSÃO

- É uma conversa detalhada.
- Pode ser livre de argumentos.
- Centra-se num determinado tópico, com afirmações feitas por duas ou mais pessoas que se esforçam para estabelecer a validade do tópico em discussão.
- Normalmente ocorre em reuniões.
- Não é uma competição onde se avalia a capacidade de comunicação de uma pessoa.

# Benefícios do Debate

- ★ É divertido.
- ★ Os alunos envolvem-se com os tópicos.
- ★ Ensina os alunos a avaliar criticamente as informações.
- ★ Os alunos preparam os seus argumentos partindo de pesquisas sólidas.
- ★ Pode aplicar-se a diversas áreas curriculares.
- ★ Ajuda a desenvolver capacidades de comunicação.
- ★ Reforça capacidades de saber escutar.
- ★ Aumenta a auto - confiança.

# Principais Competências do debate

- Proponha um argumento.
- Argumentação - Para defender um argumento são necessárias evidências para sustentar a sua opinião.
- Uma boa argumentação é curta e positiva.
- Contra argumentação: Para refutar (anular um argumento) deve - se desacreditá - lo com um ponto de vista diferente.
- Para construir um argumento forte é necessária uma boa pesquisa sobre o tema a tratar, tendo o cuidado de validar a informação.
- A comunicação é essencial para apresentar o argumento.

## Resultados do debate:

Participação no programa:

- Melhora a literacia e o sucesso académico.
- Aumenta as taxas de conclusão do ensino médio e de frequência na faculdade.
- Estimula o pensamento crítico, as capacidades de pesquisa.
- Reforça a autoconfiança e fortalece hábitos de trabalho.
- Reduz comportamentos negativos.

## **(Como ser persuasivo) Num Debate**

- **Saiba o que quer dizer. Os argumentos devem ser acompanhados de ilustrações, de provas.**
- **Conheça o público alvo. O alvo de qualquer discurso é o público por isso é preciso saber o que os interessa ou o que os vai convencer.**
- **Saiba quem é: um bom comunicador é genuíno e credível.**
- **Conheça o adversário do discurso. Saber ouvir os outros sejam os adversários, o mediador ou colegas é importante para o debate.**
- **Saiba conduzir o debate. As melhores ideias são inesquecíveis.**
- **Saiba ouvir.**
- **O debate deve ter princípio, meio e fim; deve ter uma progressão lógica.**

The background features abstract, overlapping green geometric shapes in various shades, primarily on the right side, creating a modern and dynamic feel. The text is centered on a white background.

SPACED LEARNING

Aprendizagem Espaçada

# SPACED LEARNING

## Aprendizagem espaçada

A aprendizagem espaçada fornece informação em “rajadas” curtas, espaçadas.

Esta forma permite aos alunos lembrar /recordar mais facilmente os conteúdos ao longo do tempo.

# Aprendizagem espaçada - A curva do esquecimento

Quão rápido uma pessoa aprende:

- O efeito da posição em série

O efeito da posição em série descreve como a posição de um item afeta a recordação.

Os 2 principais conceitos no efeito de posição serial são recência e primazia.

O efeito de recência descreve o aumento da recordação das informações mais recentes porque ainda está na memória de curto prazo.

Os efeitos de primazia causa melhor memória dos 1.ºs itens numa lista devido ao aumento da revisão e compromisso com a memória de longo prazo.

# Aprendizagem espaçada

A aprendizagem espaçada é um método de aprendizagem único em que um recurso altamente concentrado de lições ou o conteúdo é repetido três vezes pelos alunos. Há dois intervalos de 10 minutos entre as lições /conteúdo.

Durante esses intervalos, são realizadas pelos alunos, atividades de distração que podem incluir atividades físicas ou outras atividades lúdicas.

Esta forma de ensino incentiva os alunos a alternar rapidamente as atividades. Por exemplo, terem aula de conhecimento de literatura inglesa com apresentação em powerpoint e depois intervalo de 10 minutos de futebol. Isto pode conduzir a melhores resultados/desempenho escolar. Estudos revelam que este método é mais eficaz do que o ensino tradicional.

# Método de Ensino - Aprendizagem Espaçada

Entrada de informação do professor



PAUSA



Recuperação de informação do aluno



PAUSA



Aplicação de conhecimentos - fichas de trabalho, questionários...

# Padrão de aprendizagem espaçada de sessão única

## Exemplos:

**Estudo** → **20 min.** - 10 min. de foco rápido; entrada de informação nova.

**PAUSA** → **10 min.** - formas de papel / origami

**Estudo** → **20 min.** - 10 a 15 min. Trabalhando palavras gancho ,  
procurando formas de lembrar

**PAUSA** → **10 min.** - relaxamento / ioga... às vezes rindo.

**Estudo** → **20 min.** - 10 a 15 min. - Teste final de informação com significado e gancho após cada palavra.

# Plano de aula digital de aprendizagem espaçada

Entrada: Apresentação tradicional de conteúdo



PAUSA: vídeo



Conteúdo baseado em questionários



PAUSA: Jogo curto



Aplicação: Cenário interativo

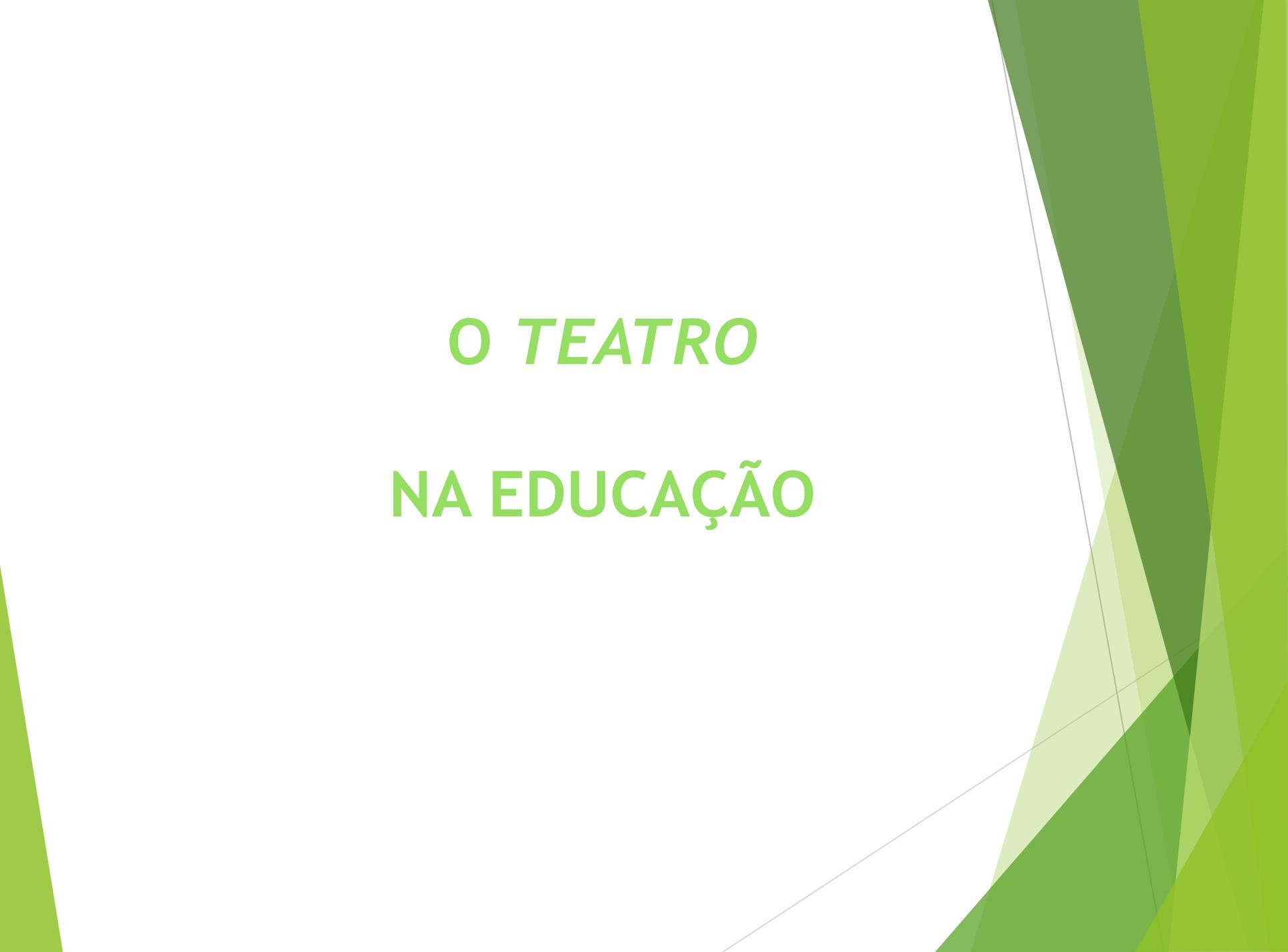
# Plano de aula de aprendizagem espaçada

## QUEBRA DE CÉREBRO

- Esticar - 2 minutos
- Flexões /abdominais

Arranjar um parceiro. Fazer quantas flexões ou abdominais puder enquanto o seu par conta os exercícios - 4 minutos

- Mude e conte as flexões e abdominais dos seus parceiros - 4 minutos

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the frame, creating a dynamic, layered effect. The rest of the background is plain white.

# O *TEATRO* NA EDUCAÇÃO

# O QUE É O TEATRO NA EDUCAÇÃO TIE

Tanto um método quanto uma disciplina. Como disciplina curricular, usa vários elementos dramáticos, como movimento, voz, concentração e dramatização para auxiliar o desenvolvimento pessoal do aluno.

Como método utiliza a dramatização e atuação para ensinar o aluno através da experiência, por exemplo, aprender os fatos de um evento histórico através da representação.

# *Teatro na Educação*

## *Benefícios*

- ← **Autoconfiança:** Ao representarem para uma plateia, os alunos adquirem a confiança necessária para confiar nas suas próprias ideias e habilidades capacidades. Isso será aplicado à vida, carreira e escola.
- ← **Imaginação:** Pensar fora da caixa e interpretar material familiar de novas maneiras.
- ← **Empatia:** Atuar em papéis para diferentes situações, períodos de tempo e diferentes culturas. Promove compaixão, desenvolve tolerância para os sentimentos e pontos de vista dos outros e constrói um senso de herança compartilhada.
- ← **Colaboração:** Combina as novas ideias e capacidades de seus participantes e inclui discutir, partilhar, negociar, ensaiar e atuar.
- ← **Capacidade de Comunicação:** Numa peça de teatro (na representação), o aluno aperfeiçoa a expressão verbal e não verbal de ideias. Também melhora a projeção de voz, a articulação de palavras e a fluência linguística.
- ← **Saída Emocional:** Na representação, o aluno pode expressar uma série de emoções. Tristeza, agressão e tensão são libertadas num ambiente seguro e controlado, reduzindo comportamentos antissociais.
- ← **Relaxamento:** As atividades de teatro reduzem o stresse; liberando a tensão mental, física e emocional.
- ← **Aptidão Física:** O movimento no drama melhora o equilíbrio corporal, a coordenação, a flexibilidade e o controle.

# TEATRO NA EDUCAÇÃO PARA DIFERENTES IDADES

- ← Pode dirigir-se especificamente uma área, para um determinado grupo de escolaridade, seja em termos de currículo tradicional ou em termos de questões sociais: por exemplo, bullying, abuso de álcool...
- ← Peças destinadas a um público jovem podem ser baseadas em uma história tradicional, permitindo uma série de atividades de acompanhamento, se desejado.
- ← As atividades para crianças muito pequenas podem ser ligadas por uma história com as oportunidades de envolvimento.
- ← Atividades dramatizadas para um grupo etário adulto com necessidades específicas, por ex. Preparando para emprego ou aprender habilidades parentais.

## ***TEATRO NA EDUCAÇÃO - EXEMPLOS*** ***Role play***

### ***Para grupos etários mais velhos:***

- ← Abuso de álcool;
- ← As consequências do envio de textos inapropriados e imagens para colegas nas redes sociais;
- ← Roubo;
- ← Gravidez na adolescência;
- ← Traição /enganar;
- ← Perder um ente querido...



Role – Play: Perda de um gato

# Jogos de Role - Play

*Crianças mais jovens*

## MÃE/PAI-FILHO/FILHA:

- Quebrar o vaso favorito da mãe.
- Pintar a parede/papel de parede.
- Sujar sofá com cola
- Usar as pinturas da mãe/ máquina de barbear do pai...

## COLEGAS / AMIGOS

- Mexer na mochila do colega sem autorização.
- Um goza com o outro.
- Riscar o desenho do colega.
- Roubar a caneta preferida do colega....

# Jogos de Role - Play

## ➤ Uma festa:

- ← Escrever em cartões diversas personagens importantes;
- ← Cada um tira um cartão à sorte;
- ← Tem de interagir no mínimo com três colegas numa festa e falar com eles de acordo com as suas personagens;
- ← No fim tem de apresentar os amigos que conheceu na festa.

## Após Role - Play

- ← Dialogar com os alunos sobre as dificuldades sentidas;
- ← Como se sentiram em cada um dos papéis;
- ← Propor a escrita das suas narrativas, tarefa realizada a pares...

# TEATRO NA EDUCAÇÃO

## O papel do professor

Atualmente as crianças/jovens trazem novas necessidades e novos desafios aos seus professores.

O papel de um professor nos dias de hoje está a afastar - se cada vez mais da divulgação de conhecimento, do ensino baseado na memória e a virar - se para a aprendizagem baseada na experiência, com a utilização de jogos dramáticos e diversão durante as aulas.

Em vez de um simples método expositivo, o professor torna-se um artista conceptual e guia que cria a oportunidade de transmitir conhecimento, sentimentos, pensamentos, sensações e experiências num processo ativo e ativador. Isso requer uma forma de pensamento, uma perceção do mundo que é não linear, prática, intuitiva e holística e, definitivamente, não prescritiva.

# MAPEAMENTO COMUNITÁRIO

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. The shapes are primarily located on the right side of the frame, creating a dynamic, layered effect. The text 'MAPEAMENTO COMUNITÁRIO' is centered horizontally and rendered in a bold, sans-serif font.

# MAPEAMENTO COMUNITÁRIO

## O que é um mapa comunitário?

- ▶ Pode estar focado no que a comunidade oferece, por exemplo, instalações desportivas, e como se pode tirar um melhor proveito das mesmas.
- ▶ Pode estar focado nalguma carência que a comunidade tenha detetado ou algum problema existente na mesma.
- ▶ É um retrato único de um aspeto da vida social visto pelos membros da comunidade.
- ▶ Posteriormente, a comunidade usa o mapa podendo compartilhá-lo publicamente.

# Qual a finalidade de aplicar o mapa comunitário na educação?

- ▶ Ajudar os alunos a identificar as particularidades da sua comunidade;
- ▶ Criar um entendimento comum;
- ▶ Tornar a comunidade mais visível;
- ▶ Ajudar a identificar problemas que a comunidade enfrenta e recolher dados para fortalecer o pedido de intervenção das autoridades competentes;
- ▶ Desenvolver capacidades e competências das pessoas envolvidas;
- ▶ Maximizar e/ou fazer bom uso do conhecimento local;
- ▶ Aprender e agir através de atividades que coloquem os participantes em contato com a comunidade, de forma criativa e divertida.

# Mapas comunitários - O Método

Um processo típico inclui cinco fases básicas:

- ▶ Fase 1 - Decidir coletivamente os objetivos finais do mapeamento;
- ▶ Fase 2 - Determinar que pessoas ou grupos locais incluir e como envolvê-los ativamente;
- ▶ Fase 3 - Determinar quais os dados que serão recolhidos (quais terão maior influência no seu público alvo) e como será feito. Desenvolver todo o material necessário para o efeito;
- ▶ Fase 4 - Ir diretamente à comunidade recolher os dados;
- ▶ Fase 5 - Criar o mapa e partilhar com o público alvo.

## **FASE 1**

- ▶ Todo o processo é público e coletivo;
- ▶ Visa promover o pensamento livre e coletivo;
- ▶ Tem em consideração os valores e necessidades da comunidade.

### **Questões úteis normalmente colocadas:**

- ▶ O que é importante ou está em falta no nosso espaço?
- ▶ O que o torna diferente?
- ▶ Quais são os alvos/problemas?
- ▶ O que queremos alcançar com o resultado do mapeamento?
- ▶ É viável?
- ▶ Quem precisamos influenciar?
- ▶ Como os devemos apresentar?

## FASE 2

### Questione-se sobre:

- ▶ Quem mais estaria interessado em alcançar o objetivo final;
- ▶ Quem precisaríamos de envolver para alcançá-lo;
- ▶ Quem nos pode fornecer informações úteis;
- ▶ De quem precisamos obter permissão;
- ▶ Quem precisa saber o que estamos a fazer;
- ▶ Como podemos envolver a comunidade neste processo;
- ▶ Como é que os alunos podem motivar as pessoas que precisamos envolver a participar.

### Para envolver a comunidade pode-se:

- ▶ Agendar palestras em lugares públicos, por exemplo, escolas, praças ou centros culturais;
- ▶ Realizar eventos, atividades culturais;
- ▶ Facultar a visualização da informação;
- ▶ Tudo isto para atrair a atenção e a participação do público no processo.

## FASE 3 E 4

- ▶ Que dados já tem disponíveis;
- ▶ Como temos acesso a esses dados;
- ▶ Que questões culturais ou éticas precisam ser consideradas;
- ▶ Verificar novamente se os dados que foram recolhidos irão ajudar a atingir os objetivos propostos;
- ▶ Como responderá a comunidade;
- ▶ Os participantes estão motivados;
- ▶ Necessitam de preparação prévia para recolha dos dados?;
- ▶ O que é necessário preparar ou adquirir;
- ▶ Estabelecer metas para monitorizar o progresso da recolha de dados;
- ▶ Estabelecer um prazo final realista.

## Algumas ferramentas que podem ser usadas para recolha de dados:

- ▶ Histórias;
- ▶ Museus locais;
- ▶ Artigos de jornais;
- ▶ Fotos;
- ▶ Vídeos/gravações/filmes;
- ▶ Sondagens;
- ▶ Dados de visitas de estudo;
- ▶ Desenhos/tabelas/diagramas;
- ▶ Entrevistas.

## FASE 5

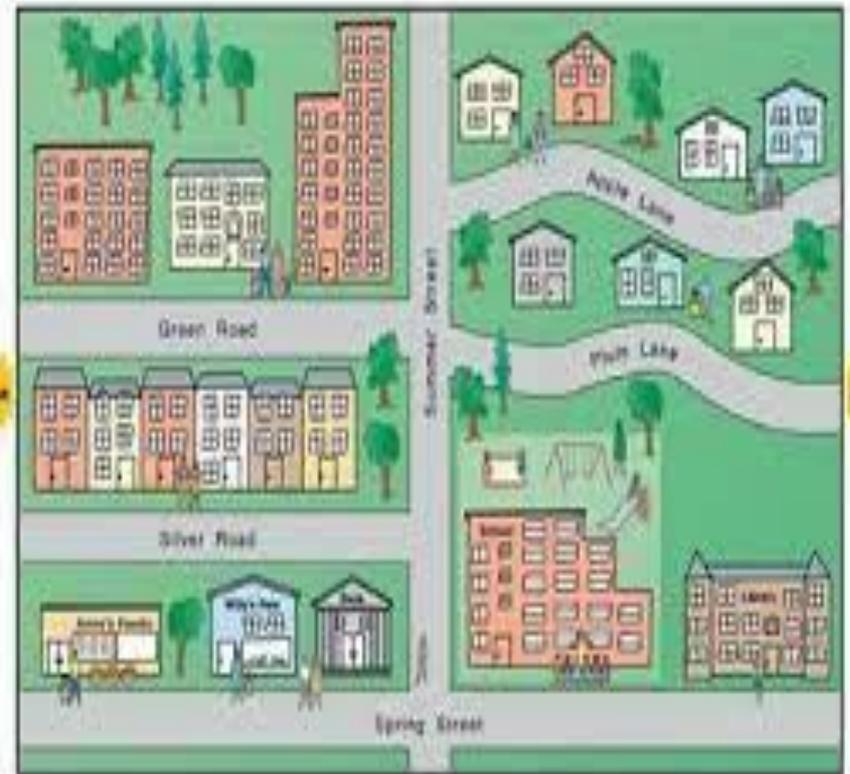
### Qual é o resultado final?

- ▶ Um mapa criado por escolas locais e parceiros comunitários, não necessariamente preciso em termos científicos. Um elemento com alguma subjetividade que contém algum sentimento na recolha de dados;
- ▶ Salaria o que os alunos e comunidade local entendem e identificam como “o nosso lugar”, tanto no que ele tem de positivo como o que precisa ser melhorado;
- ▶ Inclui dados e elementos do ambiente local, das pessoas, das atividades produtivas, de ações culturais entre outras;
- ▶ Pode incluir dados quantitativos e qualitativos, estimulando a curiosidade e o interesse de possíveis visitantes;
- ▶ Pode ser um ponto de partida para a maximização de recursos locais e promover ações que dizem respeito à comunidade.

# Alguns exemplos de Mapas Comunitários



Neighborhood Map





# Dilema ético



## O que é um dilema ético?

**Dilema ético** → situação moral na qual uma escolha entre duas situações igualmente indesejáveis tem que ser feita.

**Ex:** Dilema entre roubar comida para cuidar de uma família que não é capaz de alimentar sem a comida roubada.

Num sistema ético em que roubar é sempre errado e deixar uma família morrer de fome também é errado, uma pessoa nessa situação seria forçada a cometer um erro para evitar o outro e estar em constante conflito com aqueles cuja visão dos atos diferisse.

# Situações de dilema ético

**Enfermagem:** tratar os doentes respeitando os códigos éticos dos cuidados de saúde.

Um dilema pode ocorrer quando o doente recusa aceitar cuidado ou tratamento. Neste caso, se a enfermeira não coagir o paciente a receber tratamento ela estará a violar uma das éticas da sua profissão. Por outro lado, a coação violará a autonomia do doente, outra obrigação ética da enfermagem. Em tais situações, a enfermeira tem de recorrer a uma decisão difícil, uma vez que tanto os princípios morais como éticos estão em jogo.

## **Estágios do desenvolvimento moral nas crianças**

- 1. As crianças com menos de 10 anos:**
  - vêm as regras como fixas e absolutas;**
  - acreditam que as regras são transmitidas pelos adultos ou por Deus e ninguém as pode mudar;**
  - Em particular, as crianças mais novas baseiam os seus julgamentos mais nas consequências.**

**“Aos 10 ou 11 anos o pensamento moral das crianças passa por outras mudanças”**

## **2. As crianças com mais de 10 ou 11 anos:**

- Têm uma visão mais relativista;**
- compreendem que é permitido mudar regras se todos concordarem;**
- acreditam que as regras não são sagradas e absolutas;**
- baseiam os seus julgamentos nas intenções**

**Um exemplo:**

**Quando uma criança mais nova ouve que um rapaz quebrou 15 chávenas a tentar ajudar a mãe e outro rapaz partiu apenas uma a tentar roubar bolachas, quem é que ele acha que fez pior? E a criança mais velha?**

**A criança mais nova pensa que o primeiro rapaz fez pior. A criança em primeiro lugar considera a quantidade de prejuízo- as consequências- enquanto a criança mais velha é mais provável que julgue o erro em termos dos motivos que subjazem ao ato.**

## **Modelo básico de tomada de decisão ética**

- 1. Identificar o problema**
- 2. Identificar os constituintes**
- 3. Diagnosticar a situação**
- 4. Analisar as tuas opções**
- 5. Fazer a tua escolha**
- 6. Agir**

# Caso prático de um dilema ético



<b>Identificação do problema</b>	<b>Rapariga (Noah) vítima de bullying</b>
<b>Identificação dos constituintes</b>	<b>Noah, bully, vítima, professor(es), outros alunos</b>
<b>Diagnóstico da situação</b>	<b>Noah apercebe-se que uma rapariga é vítima de bullying e não sabe como agir. Teme ser a próxima vítima se denunciar a situação</b>
<b>Analisar as tuas opções</b>	<b>Não fazer nada</b>
	<b>Dizer ao professor</b>
	<b>Falar em privado com o bully</b>
	<b>Escrever uma carta anónima ao diretor</b>
	<b>Chamar a polícia</b>
	<b>Avisar os pais do bully</b>
	<b>Avisar os pais da vítima</b>
	<b>Dar um ultimato ao bully</b>
	<b>Reportar a situação ao diretor da escola</b>
<b>Nunca deixar a rapariga sozinha</b>	
<b>Fazer a tua escolha</b>	<b>Reportar a situação ao diretor da escola</b>
<b>Agir</b>	<b>Dirigir-se ao gabinete do diretor a fim de expor a situação</b>

# MAPAS MENTAIS

# MAPAS MENTAIS

## O que é um mapa mental?

- Uma ferramenta que estimula e liberta o Cérebro;
- Um método muito eficaz que permite absorver informação;
- Tem uma estrutura própria, que começa no centro e se vai construindo com linhas, símbolos, palavras, cores e imagens e conceitos simples;
- Converte uma longa lista de informação numa imagem colorida e organizada que se memoriza facilmente;

# Benefícios da aplicação de um mapa mental no ensino

- ▶ Ajuda a recordar palavras de forma mais eficaz, melhorando a capacidade de memorizar;
- ▶ Ajuda a usar com mais eficácia a nossa capacidade mental de armazenamento;
- ▶ Mantem a criatividade ativa.
- ▶ Aumenta o entusiasmo na sala de aula aumentando a confiança dos alunos e a sua capacidade de dominar os temas propostos.

# As aplicações dos mapas mentais

Os mapas mentais são uma maneira criativa, visualmente atraente e divertida para:

- ▶ **Pesquisar** - separar e esclarecer ideias e tópicos complexos;
- ▶ **Rever** - fazer anotações e estudar para exames;
- ▶ **Evitar a subcarga de informação;**
- ▶ **Fazer Brainstorm** - em grupo ou individualmente na preparação para debates, trabalhos escritos ou para obter uma perspetiva mais completa de um tema;
- ▶ **Definir objetivos pessoais ou académicos;**
- ▶ **Planificar apresentações ou sessões para o ensino.**

# Sete passos para elaborar um mapa mental

1. Começar no centro de uma folha de papel na horizontal - Dá- nos liberdade para nos exprimirmos com mais liberdade e naturalidade.;
2. Usar uma imagem ou desenho para a ideia central - uma imagem vale mais que mil palavras e estimula a imaginação. Uma imagem é mais interessante e ajuda na concentração.
3. Usar várias cores ao longo da construção do mapa - dão mais vivacidade ao mapa e estimulam o cérebro dando mais energia e imaginação criativa

- 4 . Fazer a ligação à imagem central através de linhas secundárias e através destas linhas fazer vários níveis;
5. Fazer linhas curvas em vez de retas - são mais estimulantes para o cérebro;
6. Use uma palavra chave por cada nível - torna o mapa mais flexível;
7. Use várias imagens ao longo da construção do mapa - torna o mapa mais interessante e estimula mais a imaginação.

Num estudo feito à utilização de mapas mentais no ensino verificou-se que em 80% dos alunos este método ajudou-os a compreender melhor conceitos e ideias. Alunos com menos capacidades cognitivas podem beneficiar mais do uso de mapas mentais do que os alunos com mais capacidades.

