

The background of the image features several stylized, overlapping hands in various colors including red, green, yellow, orange, pink, purple, and blue. The hands are rendered in a watercolor-like style with soft edges and are positioned as if reaching upwards from the bottom of the frame.

Metacognição e Aprendizagem Sócio Emocional



CERTIFICADO DE REGISTRO DE DIREITO AUTOREAL

A Câmara Brasileira do Livro certifica que a obra intelectual aqui registrada encontra-se registrada nos livros e registros da Lei nº 5.107/1966 da Câmara Brasileira do Livro.
Confirma a determinação legal a obra aqui registrada não poder ser copiada, utilizada, reproduzida ou divulgada sem a autorização do autor autorizado.

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

Registro nº 1.000.000.000.000
Código: 1.000.000.000.000

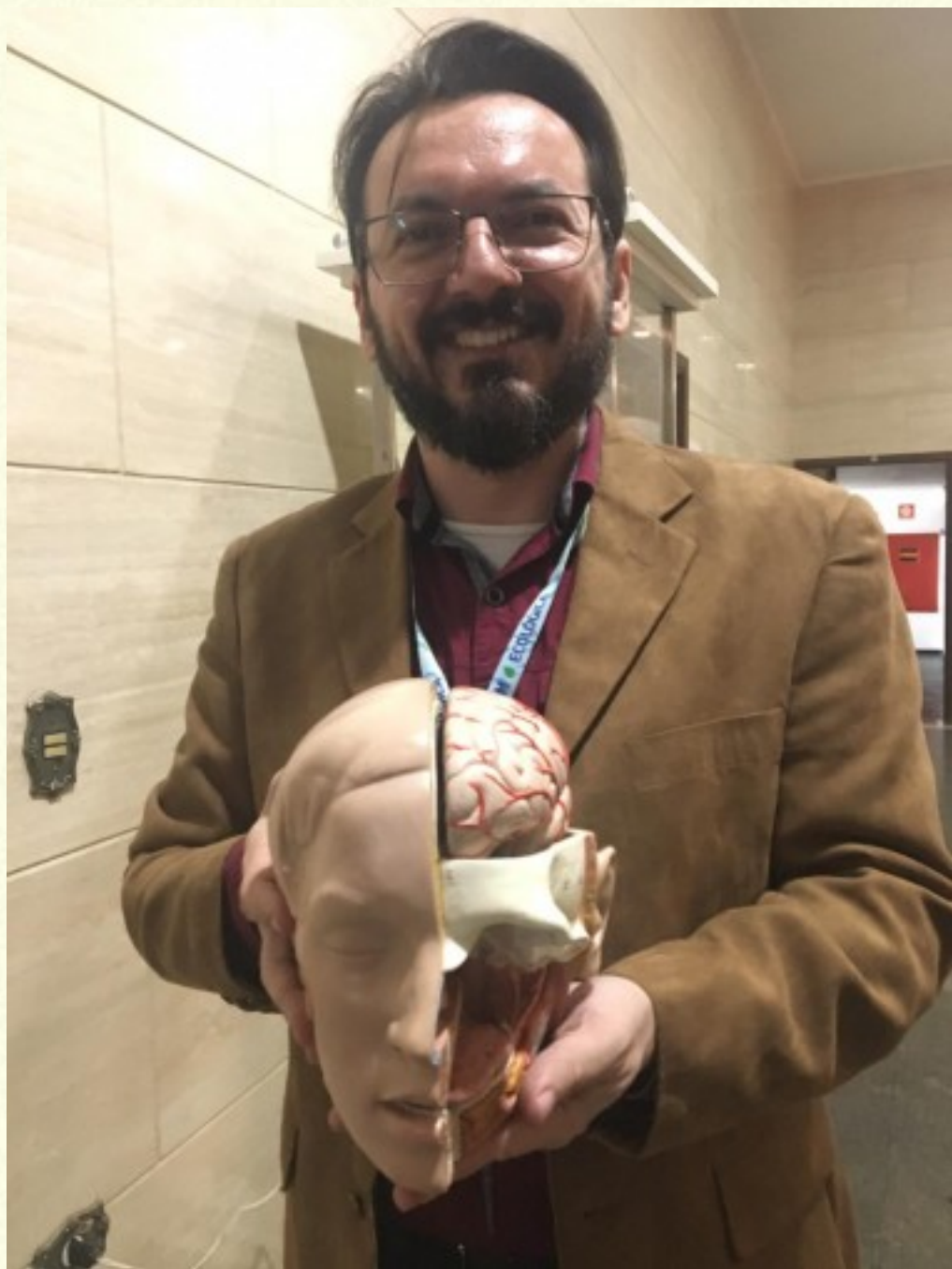
ISBN

Capa:

<https://images.app.goo.gl/BAbmCLBhXuAXJ5js8>

Dedicatória

A todos que, nesta vida, contribuíram para meu desenvolvimento cognitivo e metacognitivo.



Prof. Me. Jander Temístocles de Oliveira

Sobre o autor

Jander Temístocles de Oliveira Professor do Ensino Fundamental ao Superior há 25 anos, é Mestre em Saúde da Comunicação Humana pela FCMSCSP, Especialista em Tradução e Licenciado e Bacharel em Letras pela Unifieo. Pesquisador e aplicador das Sete Artes Liberais por meio de cursos e palestras.

www.facilincluir.com.br

INTRODUÇÃO

A prática ou atitude conhecida por metacognição é de extrema relevância para a escola o século XXI - pois a relação entre metacognição ou a capacidade de pensar sobre seu próprio pensamento e a tomada de decisão responsável é particularmente forte; esse relacionamento depende das competências para Aprendizagem Sócio-Emocional (ASE) de autoconsciência e autogestão. Por exemplo, ser reflexivo e atento ao seu próprio processo de tomada de decisão pode ajudá-lo a evitar desafios comuns de tomada de decisão, incluindo falácias lógicas (por exemplo, generalizações excessivas, pensamento circular), crenças limitantes ou subestimações do que é possível (levando à aversão ao risco) , e vieses de julgamento ou valorização de certos fatores acima de outros, em vez de serem objetivos.

Além disso, poder regular com sucesso suas emoções, pensamentos e comportamentos ao encontrar problemas pode ajudar a evitar escolhas baseadas em impulsos e, em vez disso, fazer escolhas consideradas e construtivas que levam em consideração uma variedade de informações.

CAPÍTULO 1

COGNIÇÃO E METACOGNIÇÃO

Antes de falarmos no processo da metacognição faz-se necessária uma breve explicação sobre a cognição e seus processos.

Cognição é um termo que se refere aos processos mentais envolvidos na obtenção de conhecimento e compreensão. Esses processos cognitivos incluem pensar, conhecer, lembrar, julgar e resolver problemas. Essas são funções de nível superior do cérebro e englobam **linguagem, memória, imaginação, percepção e planejamento.**

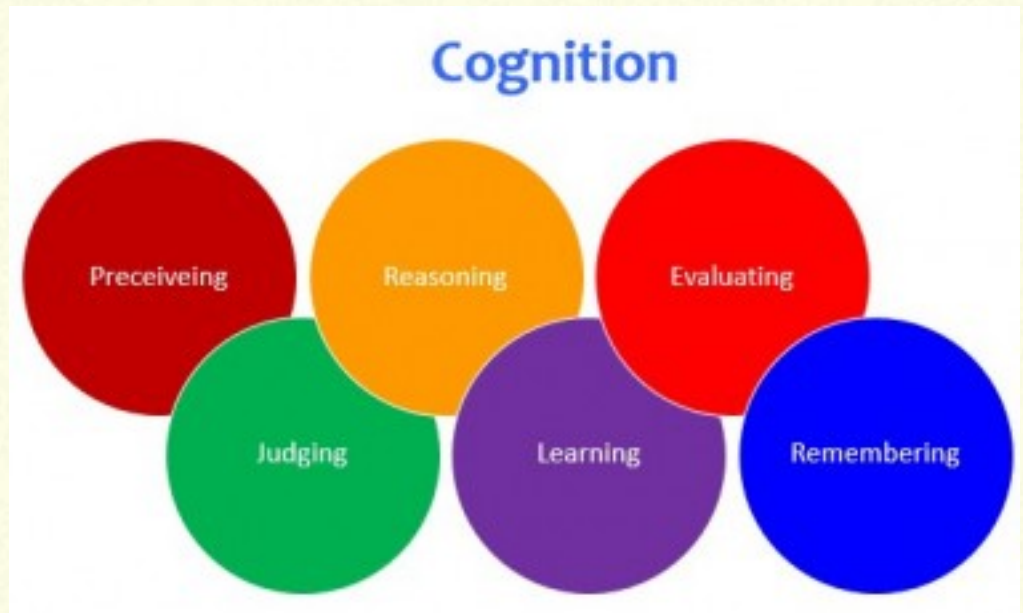
Para Salles e Rodrigues (2014, p.93), a linguagem é uma habilidade cognitiva bastante complexa, importante para a socialização e a comunicação humana.

A memória é a faculdade do cérebro pela qual dados ou informações são codificados, armazenados e recuperados quando necessário. É a retenção de informações ao longo do tempo com o objetivo de influenciar ações futuras.

A imaginação é a capacidade de produzir e simular novos objetos, pessoas e ideias na mente, sem nenhuma entrada imediata dos sentidos. Também é descrita como a formação de experiências na mente, que podem ser recriações de experiências passadas, como lembranças vívidas com mudanças imaginadas, ou podem ser cenas completamente inventadas e possivelmente fantásticas.

A percepção é um fenômeno onde o cérebro entra em contato com o ambiente por meio dos órgãos dos sentidos, que respondem aos diversos estímulos, como luz, ondas sonoras e pressão.

A informação é transmitida na forma de sinais elétricos a áreas especializadas do córtex cerebral para ser processada em sensações como a visão, audição e tato.



<https://images.app.goo.gl/74xqPELBTUCAV37o9>

O planejamento

O planejamento é uma capacidade cognitiva fundamental que faz parte das funções executivas. Esta função executiva depende de elementos como a plasticidade cerebral (ou neuroplasticidade), mielinização, estabelecer novos caminhos ou conexões sinápticas, etc.

Os córtices frontal e parietal precisam se comunicar a fim de realizar eficazmente as tarefas do funcionamento executivo. A comunicação eficaz entre essas regiões não está totalmente desenvolvida até o final da adolescência, e isso pode explicar por que as habilidades do funcionamento executivo não amadurecem até o final da segunda década de vida.

METACOGNIÇÃO

A metacognição é um campo de estudos relacionado à consciência e ao automonitoramento do ato cognitivo. Consiste na aprendizagem sobre o processo da aprendizagem ou a apropriação e comando dos recursos internos se relacionando com os objetos externos.

Conhecimento que um indivíduo tem acerca dos próprios processos cognitivos (mentais), sendo capaz de refletir ou entender sobre o estado da sua própria mente (pensamento, compreensão e aprendizado). *Meta* + cognição, do latim *cognitio. onis*, ação de conhecer.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DESTE CAPÍTULO

CARTER, Rita. O Livro do Cérebro. / Rita Carter et al.; tradução de Frances Jones. - Rio de Janeiro: Agir, 2012.

FUENTES, Daniel. Neuropsicologia: teoria e prática / Organizadores, Daniel Fuentes ... (et al.). - 2.ed. - Porto Alegre: Armad, 2014.

KNAPP, Katie; MORTON, J. Bruce. Desenvolvimento do Cérebro e Funcionamento Executivo. Enciclopédia sobre o Desenvolvimento na Primeira Infância. Western University, Canadá Janeiro 2013

Szczelkun, Stefan (2018-03-03). SENSE THINK ACT: a collection of exercises to experience total human ability. Stefan Szczelkun. ISBN 9781870736107.

CAPÍTULO 2

A IMPORTÂNCIA DA METACOGNIÇÃO

Conforme já mencionado no capítulo anterior, a Metacognição é a capacidade de examinar como você processa pensamentos e sentimentos. Essa habilidade incentiva os alunos a entender como eles aprendem melhor. Também os ajuda a desenvolver habilidades de autoconsciência que se tornam importantes à medida que envelhecem nos processos de planejamento e tomada de decisão.

Metacognição refere-se à consciência e capacidade de regular o próprio pensamento. Alguns exemplos cotidianos de metacognição incluem: consciência de que você tem dificuldade em lembrar o nome das pessoas em situações sociais. lembrando-se de que você deve tentar lembrar o nome de uma pessoa que acabou de conhecer.

Os alunos com boas habilidades metacognitivas estão no comando de seu próprio processo de aprendizagem, através do qual podem executar uma tarefa de aprendizagem com mais eficiência.

Além desses três componentes, a metacognição também possui três tipos diferentes de conhecimento metacognitivo:

Conhecimento declarativo.

Conhecimento processual.

Conhecimento condicional.

Retomando, essa habilidade incentiva os alunos a entender como eles aprendem melhor. Também os ajuda a desenvolver habilidades de autoconsciência que se tornam importantes à medida que envelhecem. Usando a metacognição, os alunos entendem as situações, processos e métodos que funcionam melhor para eles.

Os estudantes que recebem instruções sobre metacognição desenvolvem habilidades que os tornarão mais bem-sucedidos em suas carreiras acadêmicas e profissionais.

Quanto mais capaz o aluno entender como ele aprende, lembra e processa as informações, mais informações ele reterá. Essa habilidade está mais ligada ao desenvolvimento de melhores habilidades de memória, que é um preditor de futuro sucesso acadêmico.

Na vida adulta, a metacognição está bem-desenvolvida, na maioria das vezes, propicia e consiste no primeiro estágio daquilo que chamamos '*mindfulness*' ou atenção plena (estado de atenção e alerta para o que se passa na mente sem julgamentos).



<https://images.app.goo.gl/G38aZtCjt7fhX8ru8>

Ser capaz de monitorar seu desempenho à medida que avança e 'verificar' seu desempenho é uma habilidade metacognitiva importante. Mantenha um diário - Mantendo um diário do que você fez, do que estava pensando e de como se sentiu, os alunos começarão a desenvolver sua autoconsciência e desenvolver suas habilidades metacognitivas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DESTE CAPÍTULO

Sternberg, R.J. Metacognition, abilities, and developing expertise: What makes an expert student?. *Instructional Science* 26, 127–140 (1998).
<https://doi.org/10.1023/A:1003096215103>

Blog

<https://blog.innerdrive.co.uk/eight-ways-to-develop-metacognitive-skills>

<https://resilienteducator.com/classroom-resources/classroom-metacognition/>

CAPÍTULO 3

APRENDIZAGEM SÓCIO-EMOCIONAL

A aprendizagem sócio-emocional como foi definida em inglês 'Social Emotional Learning' (SEL) tem um papel significativo de equanimidade social e transmissão de práticas que levem em conta as emoções dos alunos, seus sentimentos, dentro e fora da sala de aula - na vida comunitária, social e profissional.

Para tanto, o estágio inicial consiste em preparar a escolar para esta visão e implementar a capacitação docente no sentido de aplicar o processo cíclico de quatro etapas - avaliar, refletir, planejar, ensinar.

Com isso, o professor (a) estará capacitado para lidar com suas próprias contingências e aquelas das realidades individuais dos seus alunos.

Material para o professor:

<https://xsel-labs.com/resources/guides/>

<https://schoolguide.casel.org/resource/adult-sel-self-assessment/>

<https://www.the74million.org/article/social-emotional-learning-boosts-students-scores-graduation-rates-even-earnings-new-study-finds/>

<https://www.edutopia.org/article/teaching-communication-skills>

Nos Estados Unidos, após duas décadas de debates em educação que produziram paixões profundas e divisões mais profundas ainda, tiveram a chance de começar de novo. Um movimento crescente dedicado ao social, emocional, e o bem-estar acadêmico das crianças está remodelando o aprendizado e mudando vidas em toda a América. Com base em seu notável consenso, uma nação em risco é finalmente uma nação em esperança.

E no Brasil, temos algo semelhante acontecendo uniformemente nas unidades da federação como lá? Infelizmente, não.

Esse programa (SEL) nos Estados Unidos tem demonstrado grande avanço em reduzir o bullying escolar, as taxas de evasão e aumentado a autoestima dos alunos que se tornam atuantes e, em decorrência, menos ausentes nas salas de aulas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DESTE CAPÍTULO

Recommendations from the National Commission on Social, Emotional, & Academic Development. PDF

CAPÍTULO 4

Distúrbios de Aprendizagem - Distúrbios Neurológicos

Minha dissertação de mestrado teve por fundamentação a continuidade da inclusão escolar no ensino médio, já que há muita publicação e ações no ensino básico, havendo a necessidade de não abandonar o adolescente ainda não diagnosticado.

Cumprе esclarecer que não é papel do professor diagnosticar; no entanto, cabe ao professor saber reconhecer (para alertar aos pais e tutores) que busquem o devido diagnóstico, bem como estar preparado efetivamente para atuar na inclusão em sala de aula desses alunos com distúrbios de aprendizagem - planejando e ministrando aulas que os contemplem.

Há bastante material disponível ao professor em meu site fruto dessa pesquisa de mestrado.

Visite o site www.facilincluir.com.br para ter acesso a materiais que te ajudarão no pensar, planejar e por em execução em sala de aula métodos e posturas.

Distúrbios de Aprendizagem. Nos dias de hoje, os distúrbios de aprendizagem são muito comuns: déficit de atenção, dislexia, hiperatividade, disgrafia e discalculia são alguns dos problemas que crianças podem ter na vida acadêmica.

Não deixaremos de fora a questão do autismo que já recebeu diversas classificações e, hoje, após a constatação de uma tríade de sintomas o indivíduo pode ser diagnosticado dentro do Transtorno do Espectro Autista (TEA). Duas características principais definem transtornos do espectro do autismo: Déficits persistentes na comunicação e interação sociais e Padrões repetitivos restritos de comportamento, interesses e/ou atividades.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DESTE CAPÍTULO

Bishop, M. Neurocognitive Approaches to Developmental Disorders: A Festschrift for Uta Frith. New York: Psychology Press, 2008.

Sites

www.facilincluir.com.br

<https://www.msmanuals.com/pt-pt/profissional/pediatria/distúrbios-de-aprendizagem-e-desenvolvimento/transtornos-do-espectro-autista>

