Écoute attentive

Ascultarea conștientă în comprehensiunea orală

prof. Căpățînă Simona
Limba franceză · clasa a XII-a B

Proiect Erasmus+ 2025-1-RO01-KA121-SCH-000327154 · Liceul de Turism și Alimentație „Dumitru Moțoc” Galați

De ce această metodă

La comprehensiunea orală, mulți elevi se blochează din anxietate: încearcă să înțeleagă fiecare cuvânt și pierd sensul general. Ascultarea conștientă le mută atenția de la teamă la mesaj.



de liniște înainte de audiere

Obiectivele activității



Să-și concentreze atenția înainte de un document audio



Să înțeleagă ideile principale ale unui mesaj oral



Să asculte activ un coleg și să-i reformuleze ideile

Pașii metodei

1

Un minut de liniște

Elevii ascultă sunetele din jur, fără să le judece, ca exercițiu de ancorare.

2

Prima audiere

Fără notițe: doar ascult și observ ce înțeleg.

3

A doua audiere

Cu sarcină de lucru: cine, ce, unde, de ce.

4

Reformulare în perechi

« Si j'ai bien compris, tu dis que… » – fiecare reformulează ideea partenerului.

Cum am aplicat-o la lecție

Momentul lecției

Etapa de comprehensiune orală, înaintea documentului audio sau video.

Tema: « Le monde du travail »

Elevii ascultă un interviu despre primul loc de muncă. După reformularea în perechi, fiecare pereche formulează o idee comună, prezentată clasei.

Ce spune profesorul

« Avant d'écouter, prenons une minute de silence. Écoutez simplement les sons autour de vous… Maintenant, écoutez le document sans écrire. Ne cherchez pas chaque mot, cherchez le message. »

Script pentru profesor – se adaptează la clasă

Adaptări și sfaturi

Document scurt

1-2 minute, pentru a nu suprasolicita atenția.

Două niveluri

Fișe de lucru diferențiate, după nivelul de limbă.

Fără penalizare

Prima audiere nu se evaluează.

Transfer

Aceeași regulă de ascultare la discuțiile din clasă.

Cum măsurăm efectul



Fișa de comprehensiune

Compar rezultatele cu cele de la audierile fără exercițiu.



Autoevaluare

Elevii notează de la 1 la 5 cât de calmi au fost.



Observare

Calitatea reformulărilor din perechi.

Sursa metodei

Metodă preluată din cursul structurat „Cultivating Mindfulness, Wellbeing and Emotional Intelligence”, IDEC S.A., Pireu (25-29.05.2026), și transferată în școală prin activitățile de diseminare ale proiectului Erasmus+ 2025-1-RO01-KA121-SCH-000327154.

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin însă exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.