

فواید اوریگامی برای کودکان

تاریخ روزرسانی: ۲۳ شهریور ۱۴۰۱

بطور خلاصه، اوریگامی هنر تا کردن کاغذ است. امروزه این هنر به شدت در حال فراگیر شدن است و توجهات زیادی را به خود جلب کرده است. این هنر هم برای کودکان و هم برای بزرگسالان جذاب بوده و بدلیل کاربردهای علمی فراوانی که دارد به سرعت به محیط های آموزشی نیز نزدیک شده است. استفاده از اوریگامی همراه با تدریس نوارها و دستورالعملها، میتواند به رشد مثبت ذهن کودک کمک کند. حتی اوریگامی میتواند تمرینی مناسب برای مغز، بهبود حافظه، تمرکز، اعتماد به نفس و صبر دهد. این هنر ریشه ژاپنی دارد و بخشی از آن، از فرهنگ چین نیز هست. «اورو» به معنی تا کردن و «گامی»، به معنای کاغذ است. اوریگامی توسط استاد بزرگ اوریگامی، آکیرا یوشیزاوا محبوبیت پیدا کرد.

اوریگامی مهارتی است که همه میتوانند آنرا امتحان کنند و یک تمرین خوب برای مغز است. در ژاپن بدلیل مزایای زیاد این هنر، اوریگامی به بخشی از برنامه درسی مدارس ابتدایی تبدیل شده است. بطور کلی، این هنر مهارتهای زیر را گسترش میدهد:

- مهارتهای فضایی
- مهارتهای تفکر
- مهارتهای تحلیلی
- مهارتهای خلاقانه
- مهارتهای رفتاری
- مهارتهای حرکتی

جنبه های آموزشی اوریگامی

آیا آخرین باری که با کاغذ، یک اوریگامی هواپیما یا ستاره درست کرده اید را به یاد دارید؟ احتمالاً پاسختان نه خواهد بود. چرا که در اکثر افراد، اوریگامی تنها یک سرگرمی در نظر گرفته میشود. اما بهتر است، اثربخشی این هنر بر مهارتها و تواناییها در نظر گرفته شود. این هنر تا کردن کاغذ برای بزرگسالان و کودکان بطور یکسان ضروری است. هنر اوریگامی باستانی علاوه بر مزایای درمانی برای کودکان، برای کلاسهای امروزی نیز مفید است.



فواید اورگامی

۱) رشد مهارت‌های ریاضی و استدلال

با وجود اینکه اورگامی تاریخچه طول و درازی دارد، استفاده از اورگامی در آموزش مفاهیم ریاضیمانند هندسه نسبتاً جدید است. در کلاسهای هندسه، دانش آموزان میتوانند مفاهیمی مانند تقارن و اشکال را با یک تکه کاغذ درک کنند. اورگامی بدلیل ارائه تجربه بصری واقعی، یادگیری را افزایش میدهد و زمانی که کودک درس را بصورت اورگامی ببیند، یادگیری او دائمی میشود. همچنین کودک به جای آنکه یک ناظر منفعل باشد، میتواند فعالانه تمرین کند و خلاقیت‌های ذهنی را خود را بکار گیرد. چند مورد که میتواند در مفاهیم ریاضی با استفاده از اورگامی آموزش داده شود، شامل موارد زیر است:

- **مفهوم تقارن:** آموزش الگوهای متقارن و نامتقارن
- **اندازه گیری:** ایجاد یک هواپیمای اریگامی یا هر شکل دیگری نیاز به درک اندازه گیری دارد.
- **هندسه:** مفاهیم اشکال مختلف مانند مربع، مثلث و مستطیل در اورگامی گنجانده شده است. بواسطه درست کردن هر کدام، کودک به راحتی خواهد فهمید هر شکل چیست.
- **درک سه بعدی:** یادگیری اریگامی فرآیندی است که در آن دانش آموز باید هم گوش کند و هم انجام دهد. به عبارتی هرچه بیشتر گوش کند، بیشتر یاد خواهد گرفت. به همین علت، توانایی درک سه بعدی در کودکان بهبود پیدا میکند.

۲) هماهنگی و تناسب چشم و دست

اریگامی هنری است که هم مهارت‌های شناختی و هم مهارت‌های حرکتی را درگیر میکند. پژوهشها حاکی از آن است که تا کردن از دو طریق میتواند کمک کند:

- تقویت تلفیق و روی هم قرار دادن در کودکان
- اصلاح استراتژیهای انطباق و سازگاری در کودکان

بنابراین، هماهنگی دست و چشم آنها بهتر شده و مهارت های ادراکی آنها تقویت میشود.

۳) ایجاد نگرش حل مسئله

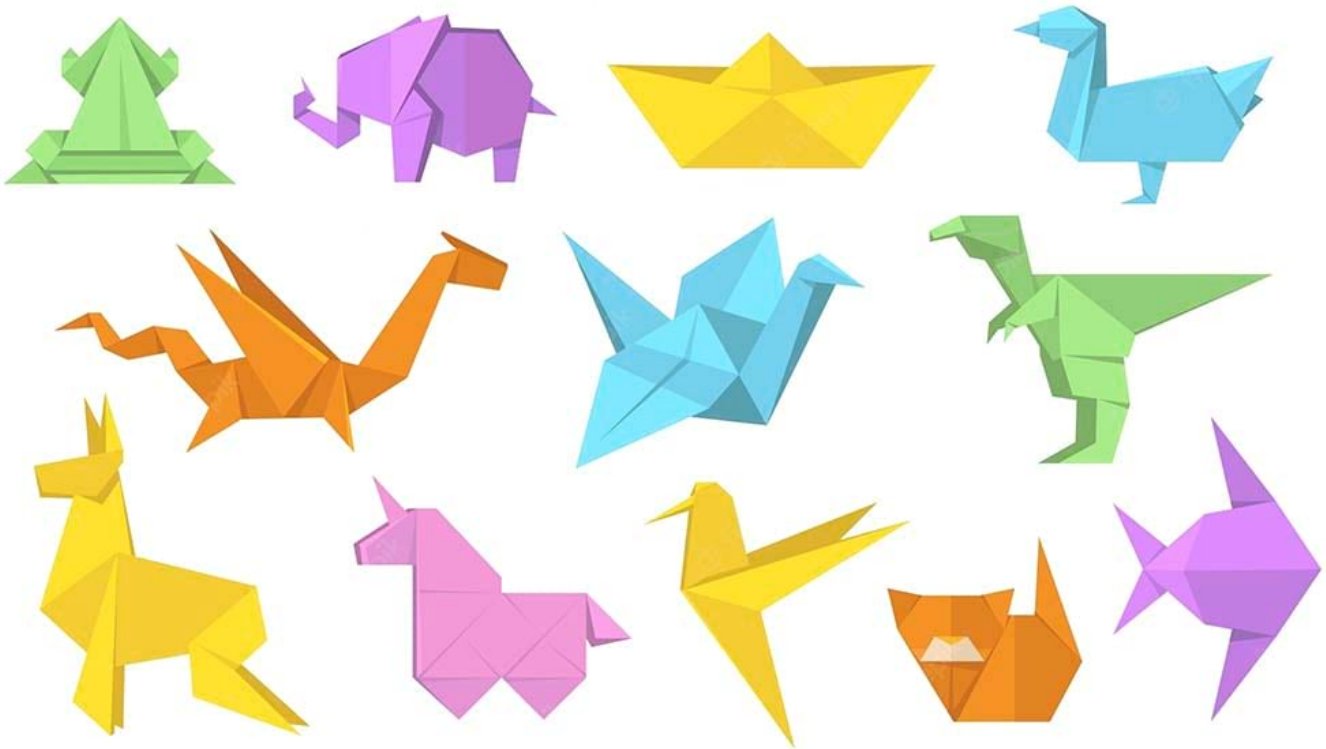
این نکته را نباید فراموش کرد که اوریگامی تنها یک بازی کودکانه نیست. این هنر جنبه جدیدی را به دنیای هنری آورده است که در آن هر تا از کاغذ بطور همزمان از شناخت و خلاقیت استفاده میکند. همچنین اوریگامی به توسعه و گسترش تئوری های علمی کمک میکند و در بین محققان و دانشمندان استفاده زیادی دارد. بسیاری از دانشمندان از مدل های اوریگامی خود به عنوان یک تمرین حل مسئله استفاده میکنند. به همین علت اوریگامی، یک ابزار ضروری در زمینه ریاضیات و مهندسی مکانیک به حساب می آید. وقتی صحبت از ایجاد تواناییهای حل مسئله میشود، تمرینات یادگیری اوریگامی شامل دو جنبه است:

- ترتیب دهی و توالی یابی
- رشد

هر دو مهارت، برای ایجاد حل مسئله نیاز است. به وجود آمدن دیدگاه حل مسئله، بطور قابل توجهی بر رفتار و شخصیت کودکان تاثیر میگذارد.

۴) تقویت خلاقیت

اوریگامی خلاقیت و کنجکاوی دانش آموزان را تحریک میکند. با هر تا کردن، کودک مشتاقانه منتظر است تا نتیجه نهایی را پیش بینی کند. در نهایت، بازی و تا کردن کاغذ با دست کودکان، به آنها حس موفقیت میدهد. آنها میتوانند یک هواپیما، گل، خرگوش یا حتی یک فیل درست کنند. با اوریگامی تعداد بی شماری وسیله میتوان درست کرد که این ویژگی، قدرت خلاقیت آنها را بیشتر آزاد میکند.



۵) ارتقا مهارت های اجتماعی

اجتماعی بودن و معاشرت با دیگران، عضو جدایی ناپذیر رشد افراد است. اوریگامی نیز میتواند یک ابزار کاربردی و قدرتمند برای ایجاد مهارتهای اجتماعی لازم در کودکان باشد. چرا که بواسطه آن، کودکان و بزرگسالان میتوانند دور یکدیگر جمع شوند و به یادگیری و خلق چیزهای بدیع مشغول شوند. در مدارس معمولاً برای آموزش اوریگامی، دانش آموزان بصورت تیمی و مشارکتی به یادگیری مشغول خواهند شد که این مسئله، باعث بهبود مهارتهای اجتماعی و کاری تیمی آنها میشود.

همچنین در مدارس اوریگامی به عنوان یک پروژه گروهی ارائه میشود که بواسطه آن، تعامل دانش آموزان را تحریک، ارتباطات را ایجاد و مهارتهای مکالمه را تقویت میکند. در این شرایط کودکان میتوانند با یکدیگر، از طریق مشاهده و پیروی از دستورالمعل ها به دانش غنی دست پیدا کنند. اوریگامی بیشتر شبیه یک مدیتیشن است که تنها با تمرین و صبر عمیق تر میشود. بنابراین این کار مهارتهای اجتماعی مناسبی را در کودکان در سالهای اولیه رشد آنها ایجاد میکند.

۶) کمک به سلامت عمومی

اوریگامی به عنوان یک مهارت فوق العاده ذهنی و خلاق، فواید درمانی نیز دارد. پس اینکه فرد موفق به ساخت اوریگامی مورد نظر خود میشود، احساس موفقیت و رضایت فردی بالایی را تجربه میکند که سبب ارتقای سلامت عمومی میشود.

۷) بهزیستی روانی

اوریگامی بیشتر به عنوان وسیله ای برای استراحت شناخته شده است. روانپزشکان و روانشناسان بسیاری اوریگامی را به عنوان یک فعالیت سرگرم کننده توصیف میکنند که بواسطه آن، سلامت روانی فرد بهبود پیدا میکند.

این هنر تمرین مناسبی برای رها شدن از استرس و زندگی در زمان حال است. از آنجایی که اوریگامی به تمرکز بالایی لازم دارد، میتواند راهکاری مناسب برای یادگیری حذف صداهای منفی داخلی، خارجی و تمرکز روی کار باشد. همچنین پس از تکمیل کار، حس موفقیت پس از آن میتواند به ایجاد عزت نفس و اعتماد به نفس کمک کند.

جمع بندی

اوریگامی، هنری ارزان و مقرون به صرفه است که اصالتی ژاپنی دارد. این هنر را میتوان از هر جایی آموخت. چرا که تنها چیزی که لازم دارد، یک برگ کاغذ است و پس از اینکه کاغذ را تا میکنید و اوریگامی مورد نظر خود را درست میکنید، احساس شادی خواهید داشت. به عبارتی میتوان کل این فرآیند را مانند یوگا و مدیتیشن، بسیار آرامبخش توصیف کرد. همچنین این هنر، بر تفکر متمرکز تاثیر مثبتی خواهد داشت که این نوع تفکر، از عادات اصلی افراد موفق است. به این ترتیب، آموزش اوریگامی در مدارس، مهارتهای شناختی و نگرش سالم را در دانش آموزان تقویت میکند.

منبع: koolstories.com