



Η ΛΙΣΤΑ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΜΟΥ

Περιγραφή

Αυτή η δραστηριότητα βοηθάει τους ηλικιωμένους να δημιουργήσουν μία εξατομικευμένη λίστα αναπαραγωγής με τα αγαπημένα τους τραγούδια και μουσικά κομμάτια στα smartphones τους.

Μπορεί να γίνει ατομικά ή με την καθοδήγηση ενός συντονιστή σε ομαδικό περιβάλλον. Η εργασία αυτή προάγει τη γνωστική διέγερση, τον ψηφιακό γραμματισμό και τη συναισθηματική σύνδεση με αγαπημένες αναμνήσεις.

Μαθησιακοί Στόχοι



- Βελτίωση της γνωστικής ικανότητας μέσω της ανάκλησης μνήμης και της λήψης αποφάσεων.
- Ανάπτυξη ή βελτίωση των δεξιοτήτων πλοήγησης μέσω smartphone.
- Προώθηση της συναισθηματικής ευημερίας μέσω της επανασύνδεσης με μουσική με νόημα.
- Ενθάρρυνση της αίσθησης επίτευξης μέσω της δημιουργίας μίας ψηφιακής λίστας αναπαραγωγής



Απαιτούμενος Χρόνος

-

Περιβάλλον Μάθησης

Ατομική ή ομαδική δραστηριότητα

Πρακτικές Συμβουλές

- Η λίστα αναπαραγωγής θα μεγαλώσει: Μην πιέζετε τον εαυτό σας να την τελειώσει τέλεια με μία προσπάθεια.
- Δημιουργήστε διαφορετικές λίστες αναπαραγωγής για διαφορετικές διαθέσεις: για παρακίνηση, για χαλάρωση, με κλασική μουσική, με Χριστουγεννιάτικα τραγούδια...

Για τους συντονιστές:

- Ετοιμάστε έναν απλό γραπτό οδηγό με στιγμιότυπα οθόνης για το πώς να δημιουργήσετε μία λίστα αναπαραγωγής σε κοινές εφαρμογές μουσικής.
- Για όσους δε διαθέτουν εφαρμογές μουσικής, προτείνετε να βρουν τραγούδια στο YouTube ή να χρησιμοποιήσουν την υπάρχουσα μουσική βιβλιοθήκη του τηλεφώνου τους.
- Ενθαρρύνετε την υπομονή και τη θετικότητα, ειδικά για όσους είναι νέοι στα smartphones.

Απαιτούμενα Υλικά

- Smartphones ή ταμπλέτες με πρόσβαση στο διαδίκτυο.
- Μία εφαρμογή ροής (π.χ., Spotify, YouTube Music ή Apple Music) ή τη μουσική βιβλιοθήκη του τηλεφώνου.
- Προαιρετικά: ακουστικά για ατομική ακρόαση.
- Στυλό και χαρτί για την καταγραφή των ιδεών των τραγουδιών, αν χρειαστεί.

Αναμενόμενα Αποτελέσματα

- Αύξηση της αυτοπεποίθησης στη χρήση των smartphones και των μουσικών εφαρμογών.
- Μία εξατομικευμένη λίστα αναπαραγωγής που οι συμμετέχοντες μπορούν να απολαμβάνουν επανειλημμένα.
- Ενίσχυση της συναισθηματικής ευεξίας μέσω της επανασύνδεσης με μουσική με νόημα.
- Ενίσχυση της ανάκλησης της μνήμης καθώς οι συμμετέχοντες αναπολούν τραγούδια που αγαπούν.

Καθοδήγηση Βήμα προς Βήμα

Ατομική άσκηση

- **Σκεφτείτε τα αγαπημένα σας τραγούδια:** Ξεκινήστε ανακαλώντας τραγούδια, καλλιτέχνες ή άλμπουμ που αγαπάτε. Σκεφτείτε τη μουσική που σας κάνει ευτυχισμένους, χαλαρούς ή νοσταλγικούς.
- **Ανοίξτε την εφαρμογή μουσικής σας:** Ξεκλειδώστε το smartphone σας και ανοίξτε μια μουσική εφαρμογή της επιλογής σας (Spotify, YouTube Music ή Apple Music). Αν δεν είστε σίγουροι για τον τρόπο πρόσβασης, ζητήστε βοήθεια από κάποιον ή ελέγξτε τις εφαρμογές του τηλεφώνου σας για γνωστά εικονίδια.
- **Αναζήτηση τραγουδιών:** Χρησιμοποιήστε τη γραμμή αναζήτησης στην εφαρμογή για να πληκτρολογήσετε το όνομα ενός αγαπημένου τραγουδιού, καλλιτέχνη ή άλμπουμ. Πατήστε στο αποτέλεσμα για να ξεκινήσετε την ακρόαση.
- **Δημιουργήστε τη λίστα αναπαραγωγής σας:** Βρείτε την επιλογή για τη δημιουργία μιας λίστας αναπαραγωγής (συνήθως πρόκειται για ένα εικονίδιο «+» ή «Προσθήκη»). Ονομάστε τη λίστα αναπαραγωγής σας με κάτι διασκεδαστικό, όπως «Τα αγαπημένα μου» ή «Χαρούμενες μελωδίες».
- **Προσθέστε τραγούδια στη λίστα αναπαραγωγής σας:** Καθώς βρίσκετε τραγούδια που σας αρέσουν, πατήστε στις επιλογές μενού (τρεις τελείες ή το σύμβολο «+») δίπλα στο τραγούδι και επιλέξτε «Προσθήκη στη λίστα αναπαραγωγής». Συνεχίστε να προσθέτετε τραγούδια μέχρι να έχετε μια λίστα που σας αρέσει.
- **Ακούστε και απολαύστε:** Παίξτε τη λίστα αναπαραγωγής σας από την αρχή μέχρι το τέλος. Κάντε οποιεσδήποτε αλλαγές αν σκεφτείτε άλλα τραγούδια που θέλετε να προσθέσετε ή αν θέλετε να αλλάξετε τη σειρά.

Ομαδική άσκηση

- **Μαζευτείτε όλοι μαζί:** Βεβαιωθείτε ότι όλοι έχουν το smartphone τους και ένα στυλό/χαρτί αν χρειαστεί. Ορίστε έναν χαλαρό και υποστηρικτικό τόνο για τη συνεδρία.
- **Εξηγήστε τη δραστηριότητα:** Παρουσιάστε την ιδέα της δημιουργίας μίας λίστας αναπαραγωγής με τα αγαπημένα τους τραγούδια. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να σκεφτούν μουσική από διαφορετικές περιόδους της ζωής τους ή είδη μουσικής που τους αρέσουν.
- **Παρέχετε μία επίδειξη:** Χρησιμοποιώντας μία μεγάλη οθόνη ή το τηλέφωνο του συντονιστή, δείξτε στους συμμετέχοντες πώς να αναζητούν τραγούδια και να δημιουργούν βήμα προς βήμα μία λίστα αναπαραγωγής σε μία δημοφιλή εφαρμογή όπως το Spotify ή το YouTube Music.
- **Προσφέρετε πρακτική βοήθεια:** Περιπατήστε γύρω και βοηθήστε τους συμμετέχοντες καθώς εξερευνούν τις εφαρμογές μουσικής και προσθέτουν τραγούδια στη λίστα αναπαραγωγής τους. Για όσους μπορεί να το θεωρούν δύσκολο, προτείνετε να ξεκινήσετε με ένα ή δύο μόνο τραγούδια.
- **Ενθαρρύνετε την ανταλλαγή:** Αν οι συμμετέχοντες αισθάνονται άνετα, προσκαλέστε τους να μοιραστούν ένα ή δύο τραγούδια από τη λίστα αναπαραγωγής τους με την ομάδα, εξηγώντας ίσως γιατί έχει νόημα γι' αυτούς.
- **Γιορτάστε τα αποτελέσματα:** Μόλις όλοι έχουν τη λίστα αναπαραγωγής τους, ενθαρρύνετέ τους να την ακούνε στο σπίτι και να συνεχίσουν να προσθέτουν τραγούδια με την πάροδο του χρόνου.

Πηγή

Wisamar



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.
Αριθμός Έργου: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799