










ACTIVITATS D'APRECI, AUTOESTIMA I AFECTE**Cicle Infantil:****P3**



TÍTOL	La mascota		
Nivell	p3		
OBJECTIU	-Reforçar l'autoestima.		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Mascota de la classe	DURADA	Setmanal per cada nen
DESENVOLUPAMENT			
<p>Cada setmana un infant serà el protagonista de cuidar a la mascota de la classe. Pot jugar amb ella, fer les activitats d'aula tenint-la al seu costat, fer-li dibuixos,...però sempre que algú company/a de la classe la necessiti per quan estigui trist o hagi tingut algún conflicte també li podrà oferir per sentir-se millor.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Abraçades musicals			
NIVELL	p3			
OBJECTIU	-Afavorir el sentiment de pertinença al grup, desde una acollida positiva a tots i totes.			
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula	
MATERIAL	Música enregistrada o instruments musicals.	DURADA	30 minuts	
DESENVOLUPAMENT				
<p>Els infants aniran ballant al ritme de la música per la classe. Quan la música deixi de sonar cada nen/a ha d'abraçar a un altre. La música continua, els infants tornen a ballar i quan la música s'atura s'abraçen amb més companys/es, i així fins que les abraçades es fan més grans. L'objectiu és intentar arribar a fer una gran abraçada final entre tots i totes.</p>				
				
OBSERVACIONS	Cada infant pot explicar com s'ha sentit al realitzar el joc (hem trobat fàcilment una parella?, m'ha agradat?, he estat content,...?)			

TÍTOL	Conte: Orelles de papallona		
NIVELL	p3		
OBJECTIU	-Augmentar l'autoestima i sentir-se estimat i valorat pel grup.		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Conte	DURADA	1 sessió
DESENVOLUPAMENT			
<p>Començem explicant el conte Orelles de papallona i fem una reflexió conjunta sobre què opinen quan algú es riu d'un altre ja sigui per les coses que fa o perquè físicament ens cridi l'atenció. Després per torns cada infant es posa dret a la rotllana i la resta de companys/es van dient coses positives del què pensen d'ell (juga molt bé amb mi, comparteix les joguines, sempre està content/a, li agrada explicar coses,...).</p>			
			
OBSERVACIONS	Per facilitar l'expressió oral podem ensenyar imatges d'infants compartint joguines, ajudant als altres,...		




P4


TÍTOL	Conte "7 ratolins cecs"			 	
NIVELL	P4				
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Treballar i reflexionar sobre la percepció, i com les primeres impressions no ens deixen gaudir i apreciar el bo de les persones. 				
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula		
MATERIAL	Conte	DURADA	25minuts		
DESENVOLUPAMENT					
<p>Se li dóna a cada taula/grup un retall de paper que representa una part del cos d'un animal (i així se'ls hi diu). A partir d'aquí, es demana a l'alumnat que intentin esbrinar de quin animal es podria tractar. Un cop donen la seva opinió, juntem els retalls de cada taula per descobrir el misteri. A continuació explicariem (si el tenim) el conte (si no, es veuria per YouTube), per intentar, en última instància, fer una reflexió sobre la percepció, i com les primeres impressions poden distorsionar la realitat.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div>					
OBSERVACIONS	<p>El conte és divertit i els hi ha agradat molt. No obstant, el nivell de reflexió que requereix aquesta activitat potser és massa complex per un P4. Recomanen fer l'activitat de forma puntual i sense aprofundir tant en els conceptes preestablerts.</p>				

TÍTOL	Rotllana de l'amistat		
NIVELL	P4		
OBJECTIU	-Fomentar l'apreci i autoestima entre els companys/es		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Pilota o ninot	DURADA	25 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>Farem una rotllana amb totes les nenes i els nens i, amb una pilota (o ninot) que servirà d'eina per tenir el torn de paraula, cada nen/a dirà una cosa bonica i que li agradi del company/a situat a la seva esquerra. Així, s'aniran passant la pilota un a un fins que tots els nens i nenes hagin tingut el torn de paraula.</p>			
			
OBSERVACIONS	<p>Tot i ser molt simple, l'activitat ha funcionat molt bé, aconseguint que els infants expressin sentiments molt sincers cap a altres companys/es. No es fa llarga i els beneficis que comporta són sorprenents. Considerem que s'hauria d'establir com una activitat recurrent durant el cicle d'infantil.</p>		

TÍTOL	Conte "El punt"		 	
NIVELL	P4			
OBJECTIU	-Fomentar l'autoestima desde el respecte.			
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula	
MATERIAL	Conte i retoladors	DURADA	40 minuts	
DESENVOLUPAMENT				
<p>L'activitat es centra en explicar la història d'un nen sense gaire autoestima que poc a poc descobreix que un petit gest pot canviar aquesta percepció per complet. En aquest cas, el simple fet de dibuixar un punt - el que li succeeix al protagonista del conte- pot obrir un món de possibilitats creatives que, sense dubte, fomenten l'augment de l'autopercepció, la motivació i l'autoestima. Un cop explicat el conte, es pot animar als infants a que dibuixin el seu punt de la forma més especial possible.</p>				
 				
OBSERVACIONS	<p>El conte va agradar als infants i van gaudir de l'activitat donat el caire especial, personal i únic que conferia el disseny del seu propi punt. Considerem que aquesta activitat es podria mantenir en futurs cursos.</p>			

P5

TÍTOL	<p style="text-align: center;">LES ULLERES POSITIVES (vermelles)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="font-size: small;"> <p>Departament de Cultura i Regeneració i Educació</p> <p>EMOCIONS I CONVIVÈNCIA Per a l'atenció de les necessitats emocionals i socials dels alumnes de l'Àrea Bàsica</p> <p>Unió Europea Fons Social Europeu 2020-2023</p> </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div>		
NIVELL	P5		
OBJECTIU	Coneixe's a un mateix		
ORGANITZACIÓ	Individual	ESPAI	Racó de l'aula
MATERIAL	Ulleres	DURADA	5 min
DESENVOLUPAMENT			
<p>Destinem un raconet de l'aula per fer l'activitat, allà hi haurà les "ulleres positives", unes ulleres especials i diferents. El nen o nena es posarà les ulleres i intentaran parlar d'ells mateixos, de les coses que els agrada d'ells i positives que tenen, que fan i que senten.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>			
OBSERVACIONS	<p>L'adult ajuda als infants amb alguns exemples, sobretot al principi, és un exercici que cal anar practicant perquè de mica en mica, vagin reconeixent aquests atributs positius i sàpiguen posar-hi paraules. *ha costat força</p>		

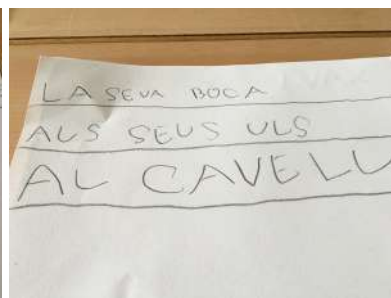
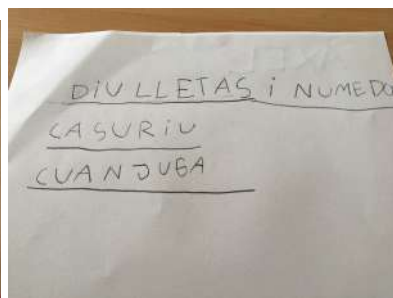
TÍTOL	Què m'agrada de tu?		
NIVELL	P5		
OBJECTIU	Observar i Apreciar els atributs dels altres.		
ORGANITZACIÓ	Individual	ESPAI	A l'aula (raconet tranquil per poder pensar)
MATERIAL	Full i llapis	DURADA	30 min (escriure els tres atributs i posar-ho en comú)

DESENVOLUPAMENT

A cada infant se li dóna un paper amb el nom d'un company/a de la classe de manera aleatòria. Aquest/a ha d'escriure dos o tres coses que li agradin del seu company/a (físiques o personals). Els posem tots dins una caixa o bústia. Un cop tothom ho hagi escrit, l'adult llegirà en veu alta tots els comentaris. Es pot llegir de manera anònima i/o amb la resta del grup per esbrinar de qui són.



comentar les característiques






OBSERVACIONS	<p>Repetir aquesta activitat perquè toquin diferents companys/es a descriure. Fer-la un cop al mes per anar practicant i agafant vocabulari en relació a les emocions i els sentiments envers als altres.</p> <p>*la primera vegada que l’hem realitzat ha costat força trobar les paraules per descriure els seus companys.</p>
---------------------	--

TÍTOL	LA CAPSETA  		
NIVELL	P5		
OBJECTIU	Confiar en un mateix (l’autoestima)		
ORGANITZACIÓ	A la rotllana	ESPAI	A l’Aula
MATERIAL	Un mirall	DURADA	30 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>La dinamitzadora explica el següent: “Ara us ensenyaré una capseta un per un i ningú por explicar el què hi ha dins. Mirareu en silenci el seu contingut i esperareu que l’hagi vist tothom. Us donaré unes pistes, a veure si ho endevineu. Però recordeu: no podeu dir res!. Aquí dins hi ha una persona molt important, la més important de la vostra vida; una persona molt bonica i que val molt. Una persona que té moltes coses bones, moltes qualitats. Una persona que estimeu molt i també és estimada per molta gent...”</p> <p>Quan miren dins la capseta, hi veuran la seva imatge reflectida al mirall. Després es comenta què han sentit, què pensaven que hi havia, si els agrada allò que veuen i per què i el que no els hi agrada del que veuen, etc.</p> 			
OBSERVACIONS	Fixar-se molt en l’expressió primera i la reacció que fan només veure al mirall.		


Cicle Inicial:


1r


TÍTOL	Vaig de viatge		
Nivell	Primer		
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Afavorir l'afirmació. - Treballar la cohesió de grup. 		
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	ESPAI	Exterior o interior.
MATERIAL	Antifaços o mocadors, xiulet pel docent.	DURADA	30 minuts.
DESENVOLUPAMENT			
<p>El grup forma una rotllana i s'asseu a terra. Qui dirigeix l'activitat comença dient: "Marxo de viatge a..." (pot escollir el lloc) "i m'emporto un..." per exemple una abraçada, donant-li a algú a qui té a la seva dreta. Aquesta persona ara diu "Marxo de viatge a... i m'emporto una abraçada i una carícia" (donant-li les dues coses a una altra persona). Així successivament. Es tracta d'imaginar que marxem de viatge i dir alguna cosa nostra que ens agradaria dur o alguna cosa que ens agradaria donar a algú.</p>			
OBSERVACIONS	Poden endur-se coses que els hi agradin de si mateix.		

TÍTOL	Afecte no-verbal		
NIVELL	Primer		
OBJECTIU	- Estimular el sentiment d'acceptació en grup mitjançant l'expressió no-verbal.		
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	ESPAI	Exterior o interior.
MATERIAL		DURADA	30 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>Un participant o una participant, amb els ulls tancats, se situa en el centre i la resta en cercle al seu voltant. Les persones s'acosten i expressen sentiments positius de manera no-verbal, de la manera que desitgin, durant un temps limitat. Després la persona del centre canvia, fins que tothom o qui vulgui participi. Es tracta que tot el grup expressi a una persona, successivament, sentiments positius.</p>			
			
OBSERVACIONS	<p>El joc es fa en silenci. Va anar força bé, encara que les mostres d'afecte eren sempre carícies o abraçades. Potser és oportú, abans de portar-la a terme, parlar sobre què és una mostra d'afecte i de quantes maneres la podem expressar. De totes maneres és una activitat molt positiva i molt necessària.</p>		


TÍTOL	Passadís de la fama	 	
NIVELL	Primer		
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular el sentiment d'acceptació. - Treballar la cohesió de grup. - Apujar l'autoestima. 		
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	ESPAI	Exterior o interior.
MATERIAL		DURADA	30 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>Es formen dues files. Les persones es posen l'una costat de l'altra. Un participant o una participant passa pel centre de les dues files. La resta ha de dir coses positives de qui passa pel mig i, sobretot, aplaudir i xiular. Així successivament fins que tots i totes hagin passat pel centre del passadís. Es tracta de donar protagonisme i de donar energia positiva a qui passa pel centre de les files.</p>			
		<p style="text-align: right;">al</p>	
OBSERVACIONS	<p>Molt bona rebuda per part de l'alumnat. La resposta, en general, va ser positiva i molt agraïda. Gairebé mai ningú ens aplaudeix i quan el rebem ens sentim incòmodes. Això mostra la falta d'apreciació positiva de cada persona. Aquesta activitat permet que per un moment, sense motiu, rebis un fort aplaudiment i un munt d'elogis perquè sí, perquè te'ls mereixes.</p> <p>És important treballar prèviament el vocabulari, per ajudar a qui participa i a que l'activitat funcioni millor i sigui més significativa per a tothom.</p>		

TÍTOL	Correspondència amb mi mateix/mateixa												
NIVELL	Primer												
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular el sentiment d'acceptació. - Afavorir l'autoconcepte positiu. - Adquirir vocabulari per denominar qualitats personals. - Practicar l'autoverbalització positiva. - Ser conscient d'allò que ens fa sentir orgullosos. 												
ORGANITZACIÓ	Grup reduït.	ESPAI	Exterior o interior.										
MATERIAL	Full DIN-A 4, llapis, model d'una carta.	DURADA	60 minuts										
DESENVOLUPAMENT													
<p>Sessió 1</p> <p>Els primers atributs que introduïrem seran senzills, com simpàtic i simpàtica, o afectuós i afectuosa, i posteriorment, mica a mica, es poden anar introduint els més complexos fins arribar a qualitats més elaborades, com pot ser enèrgic i enèrgica. A continuació els escriurem en un full i els penjarem per la classe en un lloc visible. Tot seguit demanarem a l'alumnat se situï sota d'aquells atributs que què s'identifiquen. D'aquesta manera s'estructura l'aprenentatge del vocabulari nou, assegurant-nos que s'ha entès el concepte i no s'escull un atribut a la babalà. Els atributs poden ser:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">Afectuós/afectuosa</td> <td style="width: 50%;">Generós/generosa</td> </tr> <tr> <td>Agraït/agraïda</td> <td>Honest/honesta</td> </tr> <tr> <td>Atrevit/atrevida</td> <td>Responsable</td> </tr> <tr> <td>Divertit/divertida</td> <td>Simpàtic/simpàtica</td> </tr> <tr> <td>Enèrgic/enèrgica</td> <td>Tranquil/tranquil·la</td> </tr> </table> <p>Sessió 2</p> <p>Demanarem que s'escriuin una carta fent servir alguns dels atributs treballats a l'aula. La carta haurà de dir:</p> <p>Estimada/estimat (<i>nom de la nena o nen que escriu</i>),</p> <p>El que més m'agrada de tu és</p> <p>Estic orgullós/orgullosa de tu perquè</p> <p>Una abraçada.</p> <p>(Nom).</p>				Afectuós/afectuosa	Generós/generosa	Agraït/agraïda	Honest/honesta	Atrevit/atrevida	Responsable	Divertit/divertida	Simpàtic/simpàtica	Enèrgic/enèrgica	Tranquil/tranquil·la
Afectuós/afectuosa	Generós/generosa												
Agraït/agraïda	Honest/honesta												
Atrevit/atrevida	Responsable												
Divertit/divertida	Simpàtic/simpàtica												
Enèrgic/enèrgica	Tranquil/tranquil·la												
OBSERVACIONS													


TÍTOL	Abraçades musicals		 	
NIVELL	Primer			
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Afavorir l'afirmació. - Treballar la cohesió de grup. 			
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	ESPAI	Exterior o interior.	
MATERIAL	Música, ordinador, altaveus.	DURADA	30 minuts	
DESENVOLUPAMENT				
<p>Al ritme de la música, l'alumnat salta i balla per l'espai. Quan s'atura, cada persona abraça a una altra. A continuació, torna a sonar la música i quan s'aturen abracen a tres persones, així progressivament fins a arribar a una abraçada final.</p>				
OBSERVACIONS	Tenir en compte que ningú es quedi sense abraçada.			

TÍTOL	Una classe generosa		
NIVELL	Primer		
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupar el sentiment d'apreci per aquelles persones que conviuen a la mateixa comunitat. - Desenvolupar el coneixement sobre com actuen les persones generoses i agraïdes. - Desenvolupar emocions positives cap a les persones agraïdes. 		
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	ESPAI	Exterior o interior.
MATERIAL	Projector, curtmetratge "Snack Attack" https://www.youtube.com/watch?v=38y_1EWIE9I i "A Joy Story"	DURADA	60 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>A través del curtmetratge "Snack Attack", l'alumnat i reflexiona sobre el comportament de la dona i del noi. Aviat s'adonen del descuit de la dona i de la generositat del noi. I a partir del curtmetratge "A Joy Story", l'alumnat s'adona que ser una persona generosa pot arribar a ser molt gratificant. A partir d'aquí, es posa en pràctica el regalar alguna cosa a la resta de l'escola sense esperar res a canvi.</p>			
OBSERVACIONS	Tenir en compte que ningú es quedi sense abraçada.		

2n

TÍTOL	Meta - Desig		
NIVELL	2n de primària		
OBJECTIU	<p>Aprendre a explicar tots els detalls d'un conflicte i estimular la imaginació i creativitat en la recerca de solucions.</p> <p>Afavorir l'afirmació d'un mateix i el recolzament del grup davant un conflicte.</p>		
ORGANITZACIÓ	4 grups de 6 persones.	ESPAI	Classe
MATERIAL	Pissarra i guix o un paper i llapis.	DURADA	1h
DESENVOLUPAMENT			
<p>Comencem dient en veu alta tots els problemes que cadascú té a la seva ment, sense donar ningun punt de vista al respecte. S'escriuen al full o a la pissarra de forma que tots els components el grup els puguin veure.</p> <p>Després, un dels components escull el problema que li sembla més important o significatiu (probablement serà un que ell/ella hagi suggerit) i explica detalladament al grup per a que tots entenguin.</p> <p>A continuació, tots diuen una "Meta-Desig" o un "desig de fantasia" que els hi agradaria que passés si tot fos possible, com a possible solució al problema. Per exemple, poden donar una situació completament imaginària ja que la fantasia també forma part de la resolució en aquest moment.</p> <p>Un cop donada una situació imaginària o fantàstica, tothom ha de donar una solució realista, que pugui solucionar el problema. Les metes-desig s'escriuen al full i s'entreguen a la persona que havia suggerit el conflicte.</p> <p>Repetirem el procés per a cadascun dels participants.</p>			
OBSERVACIONS			

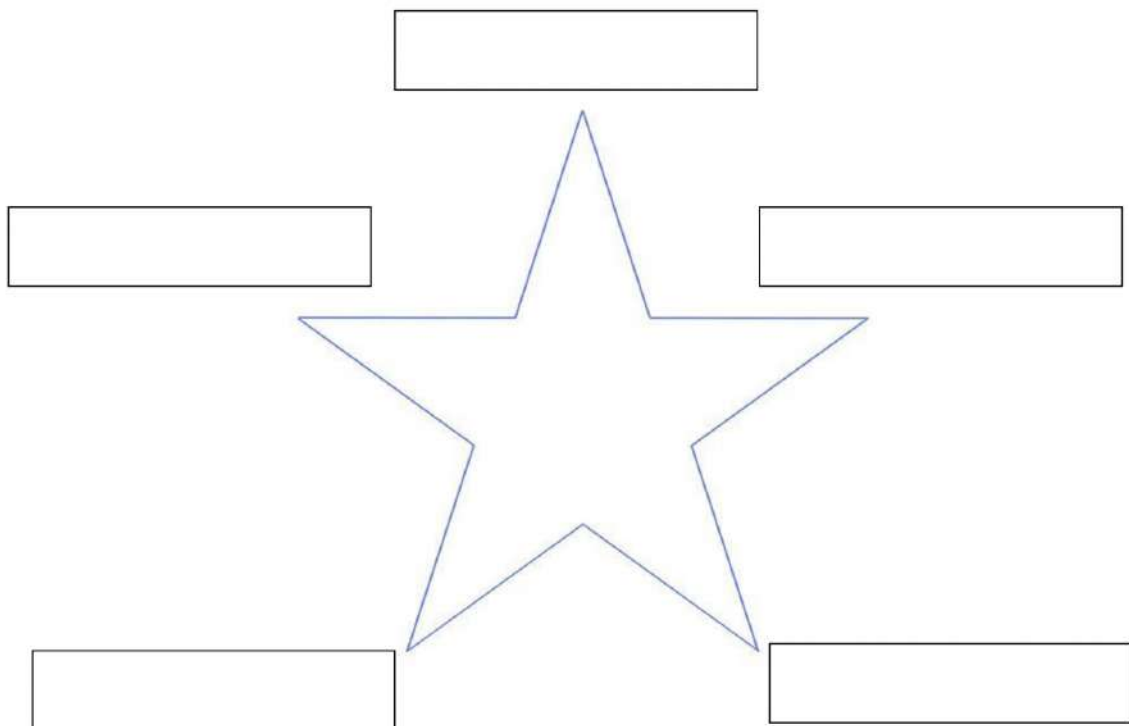
TÍTOL	Si jo fos...		
NIVELL	2n de primària		
OBJECTIU	Afavorir el coneixement i l'aprovament i afirmació de tots els participants en el grup classe.		
ORGANITZACIÓ		ESPAI	
MATERIAL	Una tarjeta o postal per persona. Un llapis. Xinxetes i un mur per enganxar.	DURADA	
DESENVOLUPAMENT			
<p>Es reparteix una tarjeta a cadascú que porta una serie de frases per completar:</p> <div style="text-align: center; background-color: #f0f0f0; padding: 10px; border: 1px solid #ccc;"> <p>SI JO FOS...</p> <p>Si jo fos un cotxe, seria un _____</p> <p>Si jo fos un lloc del món, seria _____</p> <p>Si jo fos un animal, seria un _____</p> <p>Si jo fos un estil de música, seria _____</p> </div> <p>Quan tots hagin acabat, recollirem les targetes, les barallarem i les tornarem a repartir. Cadascú anirà llegint en veu alta, successivament, la targeta que li ha tocat. El grup ha d'intentar saber qui és la persona que ha escrit eixa informació, discutint una mica qui pensen que és, ja que sols tindran tres oportunitats per tal d'endevinar qui és el propietari de la targeta. Quan s'hagi resolt i es sàpiga qui és el propietari, s'agafa la targeta, es posa el nom i s'enganxa al mur amb una xinxeta, fins que tots estiguin enganxats.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Som superestrelles																							
NIVELL	2n de primària																							
OBJECTIU	Acceptar com som i apreciar les coses bones que tenim. Treballar l' autoestima i veure que tots aportem coses positives al grup.																							
ORGANITZACIÓ	Individualment	ESPAI	Classe																					
MATERIAL	Una estrella per a cadascú, llapis per dibuixar i colors per pintar allò fet. Cordill per penjar les estrelles a la classe.	DURADA	1h																					
DESENVOLUPAMENT																								
<p>Fem una prèvia conversa sobre què pensen ells de les estrelles, quina importància tenen i per què creuen que brillen tant.</p> <p>Després de parlar de les estrelles, fem una posada en comú de coses positives que podem tenir les persones i fem una llista. El/la docent tindrà un llistat per ensenyar posteriorment als alumnes, com aquest:</p>																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">BONA PERSONA</td> <td style="padding: 5px;">BON AMIC</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">AMABLE</td> <td style="padding: 5px;">SIMPÀTIC/A</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">ATENT/A</td> <td style="padding: 5px;">RESPECTUÓS/A</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">AMIGABLE</td> <td style="padding: 5px;">COMPRESIU/VA</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">CREATIU</td> <td style="padding: 5px;">DIVERTIT/DA</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">SINCER</td> <td style="padding: 5px;">SOMRIENT</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"></td> <td style="padding: 5px;">CARINYÓS/A</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"></td> <td style="padding: 5px;">ALEGRE</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"></td> <td style="padding: 5px;">GENERÓS/A</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"></td> <td style="padding: 5px;">TREBALLADOR/A</td> </tr> </table>					BONA PERSONA	BON AMIC	AMABLE	SIMPÀTIC/A	ATENT/A	RESPECTUÓS/A	AMIGABLE	COMPRESIU/VA	CREATIU	DIVERTIT/DA	SINCER	SOMRIENT		CARINYÓS/A		ALEGRE		GENERÓS/A		TREBALLADOR/A
BONA PERSONA	BON AMIC																							
AMABLE	SIMPÀTIC/A																							
ATENT/A	RESPECTUÓS/A																							
AMIGABLE	COMPRESIU/VA																							
CREATIU	DIVERTIT/DA																							
SINCER	SOMRIENT																							
	CARINYÓS/A																							
	ALEGRE																							
	GENERÓS/A																							
	TREBALLADOR/A																							

Posteriorment, els hi donem una superestrella a cadascú i els direm que tots tenim característiques úniques i especials: alguna cosa que fem bé, alguna cosa amb la qual gaudim o alguna característica del nostre cos que ens agrada. Hem de deixar que els nens comparteixin les característiques seves que consideren especials.

Els demanarem que es dibuixin en mig de l'estrella; després han d'escriure les seves característiques especials a les cinc puntes de l'estrella. Les estrelles es poden decorar al gust de cada alumne.



Els animarem a mirar les estrelles dels companys. Després les poden penjar amb cordill a la classe per a així tots saber quines són les característiques que cadascú pensa té especials.






OBSERVACIONS


--

TÍTOL	Carta a mi mateix	 	
NIVELL	2n de primària		
OBJECTIU	Realitzar un escrit reflexiu i autocrític d'un mateix.		
ORGANITZACIÓ	Individual	ESPAI	Classe
MATERIAL	Full per escriure la carta, llapis i goma. Carta del docent.	DURADA	1h
DESENVOLUPAMENT			
<p>El docent prepara una carta prèviament com si s'hagués escrit quan era petit. es poden incloure moments feliços, ambicions, quines coses vol fer en el futur..., a partir d'aquí captem l'atenció dels nostres alumnes per tal de dir-los que ara seran ells els que faran el mateix.</p> <p>Se'ls hi diu després de la lectura que han d'escriure una carta de moments feliços que han viscut el darrer any, ja sigui amb la família, amb els seus amics, al col·legi. A més, quines coses els hi agradaria fer en un futur (què els hi agradaria fer, com es veuen en un futur, quina professió els hi agradaria...).</p> <p>La finalitat de l'activitat és veure com es veuen els alumnes en aquest moment, com pensen que són i quines vivències els hi marquen més actualment.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	La caixeta de la gratitud.		
NIVELL	2n de primària		
OBJECTIU	Posicionar-se al costat optimista i reflexiu, que se n'adonin de les coses que tenen i no únicament ho enfoquin en allò que els hi falta i que apreciïn tot el que tenen.		
ORGANITZACIÓ	Individual	ESPAI	Classe
MATERIAL	Pot de plàstic dur, petits papers per escriure, llapis i goma.	DURADA	1h (elaboració) Setmanalment (lectura i reflexió)
DESENVOLUPAMENT			
<p>Agafem un pot, ampolla o caixa (preferiblement que sigui transparent) i el decorem entre tots. Poden fer dibuixos, escrits, títol per al pot.. Els hi direm que eixe pot s'ha convertit en el nostre POT DE LA GRATITUD.</p> <p>En petits papers anirem escrivint (alumnes i mestres) totes aquelles coses que podem agrair, com per exemple, situacions de coses que ens han passat en el dia a dia. Ho escrivim en un full petit, ho dobleguem i ho introduïm al nostre "pot de la gratitud".</p> <p>Al final de la setmana, dediquem un temps per llegir els paperets d'agraïment. Els convidem a la reflexió, que descobreixen totes les coses, persones o situacions per les que podem agrair.</p>			
OBSERVACIONS			


Cicle Mitjà:**3r**

TÍTOL	Cartells d'autoconcepte		
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Acceptar el que som i com som. Augmentar la nostra autoestima .		
ORGANITZACIÓ	Grup classe	ESPAI	Classe
MATERIAL		DURADA	20min
DESENVOLUPAMENT			
<p>El o la mestra col·loca a diferents parts de la classe cartells amb qualitats acadèmiques, socials i físiques. Per exemple, "sóc simpàtic/a" "Jugo molt bé a bàsquet". Els cartells s'han de fer com si fossin cartells publicitaris, amb petites pestanyes amb el telèfon de l'anunciant a la part inferior.</p> <p>Els nens i les nenes aniran cap als cartells que creuen que els defineix millor. Després, han d'arrencar una de les pestanyes i enganxar-les a un dibuix que ells mateixos han realitzat anteriorment.</p> <p>Finalment, explicaran el per què dels adjectius que han escollit i exposaran a la classe com consideren que ells/elles són.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Siluetes positives		
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Desenvolupar l' autoestima Afavorir l'actitud de valoració positiva.		
ORGANITZACIÓ	Grup classe	ESPAI	Aula o gimnàs
MATERIAL	Paper d'embalar Retoladors Material per escriure	DURADA	60min
DESENVOLUPAMENT			
<p>Els infants, per parelles, es dibuixen la silueta en el paper d'embalar, a tamany real. Després es retalla i tothom de la classe haurà d'escriure coses positives al voltant de la silueta de paper de la persona en concret.</p> <p>Després es farà una reflexió llegint tot el que els companys i les companyes han escrit de nosaltres.</p> <p>Una variant que es podria fer és, en comptes de retallar tota la silueta del cos, fer només la silueta de la mà i escriure en els 5 dits 5 coses positives i després penjar-les a la classe, ja que fent tota la silueta es necessita molt paper i molt espai per penjar-la.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Què se'm dona bé?		
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Millorar l'autoconcepte de nosaltres mateixos i mateixes.		
ORGANITZACIÓ	Grup classe	ESPAI	Aula
MATERIAL	Material per escriure Cartolina	DURADA	30-45min
DESENVOLUPAMENT			
<p>Cada alumne escriu en una nota coses que se li donen bé i coses que li agradaria millorar. A continuació exposen, utilitzant la mímica, el que han escrit a la nota i els companys i companyes han d'endevinar-ho.</p> <p>Després de cada representació es pot generar un debat sobre si és veritat el que ha dit la persona d'ell/a mateix/a.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	L'entrevista	 	
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Desenvolupar un autoconcepte positiu de nosaltres mateixos.		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Material per escriure	DURADA	45 minuts
DESENVOLUPAMENT			
<p>Explicarem als nens i les nenes que han de fer-se una entrevista a sí mateixos/es. Per tant, han de pensar quines coses es preguntarien, com es presentarien a si mateixos i quines coses bones dirien d'ells mateixos per tal que els anés bé l'entrevista.</p> <p>Un cop ho hagin escrit, podran explicar-ho en veu alta als seus companys i companyes. D'aquesta manera, intentem que cada infant miri dins seu i busqui coses positives de si mateix/a per poder-les explicar.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Gràcies pel que has fet per mi		
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Appreciar el valor que tenen els actes que els altres fan cap a nosaltres. Saber donar les gràcies.		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Material per escriure Cartell "Gràcies pel que has fet per mi"	DURADA	1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>Aquesta activitat la dividirem en dues parts. En primer lloc, tots els infants es col·locaran en un cercle al centre de la classe. En cas que no sigui possible, tothom al seu lloc. Tancaran els ulls i els posarem una música relaxant que agradi als infants, preferiblement sense lletra.</p> <p>Seguidament, se'ls diu (encara amb els ulls tancats): "Vull que us imagineu a una persona que hagi fet alguna cosa bona per tu en aquests últims dies. Aquesta persona pot ser algú de l'escola, algú de la classe, un familiar, un amic o una amiga... Pensa qui és i com li agrairies el que va fer per tu. Quan tothom tingui la persona, anirem seient als nostres llocs, no ens oblidem de la persona que tenim en ment."</p> <p>En aquesta segona part, repartirem un cartellet petit de "Gràcies pel que has fet per mi". Darrera d'aquest cartellet, escriurem allò que va fer la persona i el nom de la persona.</p> <p>Quan acabem, si és una persona de la classe li donarem i si és una persona externa a l'escola ens esperarem a veure'l o a veure-la per donar-li.</p>			
OBSERVACIONS			

GRÀCIES PEL QUE HAS FET PER MI


GRÀCIES PEL QUE HAS FET PER MI



GRÀCIES PEL QUE HAS FET PER MI

GRÀCIES PEL QUE HAS FET PER MI

TÍTOL	Acabem la història		
NIVELL	3r		
OBJECTIU	Apreciar els actes que fan els altres per nosaltres. Aprendre a valorar i donar les gràcies		
ORGANITZACIÓ	Gran grup	ESPAI	Aula
MATERIAL	Material per escriure	DURADA	1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>El/la mestre/a comença explicant una història que els nens i nenes hauran d'acabar.</p> <p>La història: Una dona gran va caminant per carrer carregada amb bosses. De sobte, una nena s'acosta a ella i li ofereix la seva ajuda per creuar el carrer. Ella accepta sorpresa i les dues parlen mentre caminen. Quan acaben el recorregut, què creus que fa la dona? I la nena?</p> <p>Després, els nens i les nenes hauran de pensar què creuen que fa la dona i la nena i escriure-ho a un full de paper, amb la intenció d'acabar la història.</p> <p>Un cop han acabat, alguns voluntaris/es llegiran el final de la seva història.</p> <p>La reflexió: l'objectiu està en veure quants infants han escrit en el final que la dona gran dona gràcies a la nena. I, a més, com li dona les gràcies. Quan tots i totes les voluntàries hagin acabat de llegir, s'ha de començar la reflexió.</p>			
OBSERVACIONS			

4t

TÍTOL	<p>“El corro de la tarde” La alternativa del juego (Paco Gascon Beristain)</p>	
NIVELL	4t	
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Afavorir l'autoestima i afirmació del grup i d'un mateix. - Aprendre a pensar en positiu 	
ORGANITZACIÓ	Gran grup	
MATERIAL	No necessitem material	
DESENVOLUPAMENT		
<p>Previa (parlar sobre qualitats positives que podem tenir)</p> <p>Tot el grup es col·loca asseguts formant una rotllana. El mestre explica que cada persona ha de reconèixer i dir alguna qualitat positiva de les persones que tenen al seu costat.</p> <p>Exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dir la flor, l'animal o l'arbre que et recorda la persona que tens al costat. - Dir una qualitat positiva de la persona que tens situada a la teva esquerra i oferir una de les teves qualitats a la persona que tens a la teva dreta. - Dir una paraula o paraules positives que expressin els teus sentiments agradables al estar amb el grup. <p>L'objectiu del joc consisteix en saber dir les coses positives del companys, ja que sovint sempre surten les coses negatives però les positives ens costen més de dir o veure.</p>		
OBSERVACIONS	<p>Hem de fer veure als nostres alumnes que és important saber extreure, observar i dir les qualitats positives de les persones que ens envolten.</p>	

TÍTOL	Les avions de les qualitats.	 
NIVELL	4t	
OBJECTIU	- Afavorir l'autoestima i afirmació del grup i d'un mateix.	
ORGANITZACIÓ	Gran grup	
MATERIAL	Full de paper blanc i un llapis.	

DESENVOLUPAMENT

Previa (parlar sobre qualitats positives que podem tenir) projectar a la pissarra un llistat de possibles qualitats positives.





Cada participant agafa un full de paper en el qual hi posa el seu nom, un cop fet cada participant fa un avió de paper amb el full on ha posat el seu nom. Un cop fet i a la senyal del mestre tots llençaran el seu avió de paper. A partir d'aquí cadascú agafa l'avió que tingui més a prop l'obra, mira el nom i haurà d'afegir una qualitat positiva d'aquella persona. Aquest mateix procés el podem repetir les vegades que creiem necessari.


Un cop finalitzada l'última llançada cada persona haurà de portar l'avió al seu propietari.


Per acabar la dinàmica podem donar la oportunitat a algunes persones de poder llegir les seves qualitats, parlar d'elles, si hi estan d'acord, si els ha costat trobar qualitats positives dels companys...



OBSERVACIONS	Abans de començar s'ha de deixar clar que tothom tenim qualitats positives i que hem de saber buscar-les i ser sincers i sinceres.
---------------------	--

TÍTOL	La bústia	 
NIVELL	4t	
OBJECTIU	- Afavorir l'autoestima i afirmació del grup i d'un mateix.	
ORGANITZACIÓ	Gran grup.	
MATERIAL	Un sobre	
DESENVOLUPAMENT		
<p>Previa (parlar sobre qualitats positives que podem tenir)</p> <p>Repartim un full de paper a cada alumne perquè elabori un sobre personalitzat. Una vegada cada nen/a ha dissenyat i customitzat el seu sobre, ja sigui amb colors, papers, teles, adhesius, ... destinem un espai de l'aula per penjar aquests sobres, els quals tindran la funció de bústia. Tot seguit, expliquem als alumnes que poden enviar-se notetes anònimes destacant alguna acció positiva que ha dut a terme el destinatari durant la setmana o alguna virtut que vol exaltar-li.</p> <p>Aquesta activitat té la durada d'una setmana i hem de deixar clar que hem d'intentar que tothom rebi correspondència. Si observem que hi ha algú que no podem afegir alguna nota exaltant alguna qualitat positiva.</p>		
OBSERVACIONS		


TÍTOL	L'estrella	
NIVELL	4t	
OBJECTIU	- Afavorir l'autoestima, afirmació i autoimatge	
ORGANITZACIÓ	Primera part individual Segona part gran grup.	
MATERIAL	Fulls de colors amb una estrella dibuixada, fotografia de cada alumne/a gomets, colors.. per decorar	
DESENVOLUPAMENT		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Farem una superestrella per a cada alumne amb paper o cartolina. 2. Els direm que tots tenim característiques úniques i especials: alguna cosa que fem bé, alguna cosa amb la qual gaudim o alguna característica del nostre cos que ens agrada. Hem de deixar que els nens comparteixin les característiques seves que consideren especials. 3. Els demanarem que enganxin la seva fotografia enmig de l'estrella; després han d'escriure les seves característiques especials a les puntes de l'estrella. Les estrelles es poden decorar al gust de cada alumne. 4. Els animarem a mirar les estrelles dels companys. Després les poden penjar per la classe i formar tot un grup d'estrelles. També es poden aferrar a les finestres, a la paret, al tauler de suro, etc. 		
OBSERVACIONS	Si tenim algun alumne/a que li costa veure les seves qualitats l'ajudarem a veure-les.	


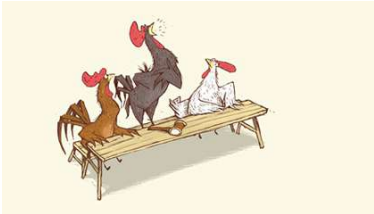

TÍTOL	La escala cap a la millora	
NIVELL	4t	
OBJECTIU	- Afavorir l'autoestimapersonal	
ORGANITZACIÓ	Individual	
MATERIAL	Full de "chek list"	
DESENVOLUPAMENT		
<p>Cada alumne/a haurà de pensar 4 o 5 coses a millorar a l'escola, com per exemple: relacionar-se amb els companys, participar més a les activitats, fer els deures sempre, treure bona nota a alguna activitat... han de ser objectius a curt plaç i realistes. Aquests objectius setmanalment o quinzenalment els hauran de repassar i mirar si s'han aconseguit. Si han aconseguit algún d'ells li hauràn de posar un "chek" o un tampó amb la cara contenta.</p>		
OBSERVACIONS	Els objectius que es plantegen han de ser realistes i que es puguin realitzar en un període de temps curt	

CHEKING LIST

_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



TÍTOL	La unió fa la força	
NIVELL	4t	
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Aprendre a consensuar les decisions col·lectives. - Millorar les relacions i la convivència. 	
ORGANITZACIÓ	Gran grup	
MATERIAL	Plataforma dura o cartolina, post-it, tires de paper i retolador.	
DESENVOLUPAMENT		
<p>Sessió 1: Explicació del conte “La unió fa la força” i posterior visualització de les imatges es fan preguntes sobre les maneres d’organitzar-se: per batallons? Per colors? Per grandària? Qui anirà al capdavant del nou exèrcit de gallines? Les negres potser, ja que el seu gall té molt de carisma? I per què ha de tenir el comandament un gall i no una gallina?</p> <p>Després de moltes discussions decideixen anar mesclades. <i>—Unir-se no és dividir-se, és barrejar-se!—</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		
<p>Sessió 2: - Reconeixement de les qualitats dels protagonistes</p> <ul style="list-style-type: none"> * gall negre * gall pèl roig * gallina blanca <p>Parlarem del concepte d’equitat i de quina de les diferents propostes els sembla més equitativa.</p> <p>Activitat 1.- Cada alumn@ es classificarà segons senti quin és el seu tarannà.</p>		



PARLA BÉ
ÉS UN LÍDER
PROPOSA TREBALLAR JUNTS
PERÒ NO BARREJATS



♀ VALENTA
♀ PLANTA CARA ALS GALLS
♀ PERCEP LES INJUSTÍCIES
♀ PROPOSA ANAR BARREJATS
♀ BUSCA L'EQUITAT



TAMBÉ PARLA BÉ
TAMBÉ VOL SER UN LÍDER
PROPOSA 3 EXÈRCITS PER
COLORS

Sessió 3: Reflexionem també en com debaten els temes i en la forma en com es dirigeixen. Destacarem el valor del respecte, sense cap mena d'insult, de l'ús de la paraula. També és interessant veure com es comprova l'eficàcia de cada proposta abans de rebatre-la. Són actituds que hauríem de tenir sempre presents.

Activitat 2. Aquí també farem un treball d'autoconeixement acompanyat d'una argumentació.

QUAN PARLO SÍ EM SENTO ESCOLTAT O ESCOLTADA	QUAN PARLO NO EM SENTO ESCOLTAT O ESCOLTADA
QUI ES CREU VALENT O VALENTA COM LA NOEMI	

Altres preguntes relacionades amb el tema poden ser: Què fas quan veus injustícies, com actues? Què no fas, i per què? Es pot preguntar tipus actitud davant la solidaritat, la tolerància, la democràcia i la convivència.

Sessió 4: “UNIR-SE NO ÉS DIVIDIR-SE, ÉS BARREJAR-SE”

A partir del lema cada alumne escriurà en una tira de paper quines coses fem ja barrejats i quines les podem repensar o idear-ne d'altres que no ho havíem pensat.

Sessió 5: Carta de convivència

Consensuada la idea de l'eslògan o lema els alumnes es comprometen a signar una carta de convivència. *[foto carta]*

Com cloenda per tal de comprovar la bona harmonia i convivència signada a la carta decidiran quina imatge d'unitat els representa i la reproduiran en una figura gran on hi cabran tot els noms de la classe.

La figura es fraccionarà, de manera que sempre que estigui sencera serà senyal de bona convivència.


[foto figura]

OBSERVACIONS	Es pot puntuar el seguiment de la bona convivència amb el ClassDojo, tant a nivell individual com grupal.
---------------------	---




Cicle Superior:

5è

TÍTOL	El meu arbre (Autoestima individual)		
NIVELL	5è de Primària		
OBJECTIU	- Afavorir el coneixement propi i dels altres. - Estimular l'autoafirmació i la valoració positiva de les altres persones. - Millorar la confiança i la comunicació amb el grup.		
ORGANITZACIÓ	Individual en la realització del dibuix. Gran grup en la posada en comú	ESPAI	aula. També és pot fer a l'exterior observant arbres: pati, voltants de l'escola. (fer-ho en DN4)
MATERIAL	Làmines DN3 paper gruixut, llapis, goma retoladors	DURADA	1 sessió de 1'30h.
DESENVOLUPAMENT			
<p>1r- Donarem un DN3 de paper bàsic (gruixut) a cada alumne. Cada persona ha de dibuixar un arbre amb les seves arrels, tronc, branques, fulles i fruits o flors. En acabar repassen el contorn amb rotulador negre.</p> <p>2n- A cada espai escriuran aspectes diferents:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arrels: escriuen les qualitats i capacitats que creuen tenir. - Tronc i branques: escriuen coses positives que fan, coses que se'ls dona bé, habilitats. - Fulles, fruits o flors: escriuen èxits, triomfs o objectius que s'han proposat i han assolit. <ul style="list-style-type: none"> ● Per a cada apartat utilitzar un color diferent 			
OBSERVACIONS	És necessari dotar a l'alumnat de vocabulari divers per poder omplir cada espai de l'arbre.		

Vocabulari que ens pot ser d'ajuda

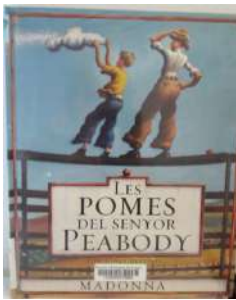
ARRELS: sóc una persona...	sensible	atent/a	atrevit/da	astut/a
	distret/a	tolerant	divertit/da	afectuós/as
	sincer/a	pacient	xerraire	emprenedor/a
	comunicatiu/a	responsable	autònom/a	reflexiu/va
	valent/a	solidari	treballador/a	autèntic/a
	assertiu/va	empàtic/a	optimista	tímid/a
	pacient	creatiu/va	organitzat/ada
Tronc i branques: habilitats, coses que faig bé, que se'm donen bé	ballar	fer manualitats	jugar a...	cuinar
	l'ortografia	córrer, saltar...	anar en bicicleta	dibuixar
	Explicar contes, endevinalles, acudits	escriure receptes, històries	Crear jocs, joguines...	...
Fulles i flors: èxits, triomfs, objectius assolits...	Utilitzar menys plàstic	fer bones presentacions	evitar fer faltes d'ortografia	adquirir velocitat lectora
	llegir-me un llibre sencer al trimestre	aprendre a jugar a ...	reflexionar abans d'enfadar-me	evitar cridar
	contestar de forma respectuosa	respectar el torn de paraula	aixecar-me sense presses	preparar-me l'esmorzar
	fer nous amics o amigues	provar un esport nou com...	organitzar-me el temps	crear un hàbit d'estudi
	Controlar les meves emocions	parlar del que em preocupa amb algú de confiança	ordenar i netejar la meva habitació	preparar-me la motxilla sol/a cada dia ...

TÍTOL	“L’ovella i la llana” (Autoestima individual)			
NIVELL	5è de Primària			
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar el concepte d’autoestima en el curt. - Donar valor a l’autoestima. - Valorar les persones pel que són i no per la seva imatge. 			
ORGANITZACIÓ	gran grup/ individual	ESPAI	Aula	
MATERIAL	enllaç del curt, pantalla digital	DURADA	2 sessions d’una hora o bé una sessió d’una hora i mitja	
DESENVOLUPAMENT				
<p>1r- Es tracta de visualitzar un curs de Pixar “Boundin”. El curt explica com un ovella se sent molt bé amb el seu cos ple de llana però arriba un moment que se l’emporten per esquilar-la. Quan torna se sent malament perquè ja no es veu bé i això fa que pensi que no pot fer el mateix que feia. Un altre animal li farà veure que això no és així.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=S1LEhmhxS0g</p> <p>2n- comentem la visualització. Reflexionem sobre què ens fa sentir bé amb nosaltres mateixos, què ens agrada de nosaltres mateixos/es, què passa quan alguna cosa física o de l’entorn canvia.?...</p> <p>3r- Proposem fer una reflexió escrita exposant si mai ens hem sentit com l’ovella. Donarem un guió previ que els ajudi a organitzar les idees i estructurar el text. Un cop acabat, el passaran a net. Qui vulgui el llegirà en veu alta davant del grup.</p>				
OBSERVACIONS	<p>Per fer la reflexió escrita és important donar un guió que serveixi d’esberrany. Un cop omplert amb les idees principals, passar el text a nen.</p> <p>Valorar com a docent, si les preguntes són adients o cal modificar-les i adaptar-les.</p> <p>Aquesta activitat és molt interessant fer-la quan ja s’ha fet un treball previ sobre un mateix/a.</p>			

TÍTOL	Les pomes del senyor Peabody	 	
NIVELL	5è de Primària		
OBJECTIU	<ul style="list-style-type: none"> - El poder de la “rumorologia”, ús i difusió de rumors. - Discutir sobre les diferents formes de difondre els rumors: les noves i les tradicionals - Prendre consciència, assolir coneixements i adquirir fonaments al voltant de la creació i la gestió de rumors. 		
ORGANITZACIÓ	Gran grup/petit grup	ESPAI	Passadís i aula
MATERIAL	Fotografies, enllaç del curt, cartolines, 4 retoladors	DURADA	4 sessions d'1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>1a sessió: Per grups de 4 acompanyaran a la mestra al punt on hi ha exposades imatges que fan referència a l'acte de fer safareig, la xafarderia, el <i>cotilleo</i>, el boca-orella, fer córrer un rumor.</p> <p>Una vegada cada alumne ja ha vist bé el conjunt de fotos, la pregunta que formula la mestra és: Quina paraula, o acció o verb t'han fet pensar aquestes imatges? Cada paraula l'escriuran en una cartolina comuna, encara que estigui repetida. I així s'actuarà en tot els grups.</p> <p>Seguidament, s'exposaràn totes les cartolines amb les paraules (o petita frase) escrites.</p> <p>Buscarem quines idees són coincidents, quines n'hi ha de noves i preguntarem als protagonistes de cada paraula perquè l'ha escrit.</p>			
<p>2a sessió: Reflexionarem sobre la doctrina del rumor, trobant semblances i diferències d'aquestes expressions.</p> <p>Rumor: Allò que s'escampa sense cap prova</p> <p>Boca-orella: Divulgar informació directament d'una persona a una altra.</p> <p>Xafarderia: Indiscreció que es fa córrer. Parlar dels altres de coses personals. Furgar en la vida dels altres.</p> <p>Safareig: Comentar alguna cosa públicament.</p> <p>Cotilleo: Tractar d'averiguar coses sobre una persona de la seva vida privada. Parlar indiscreta o malintencionadament de les coses dels altres.</p>			
<p>Coneguts els significats Preguntarem quin fet comú i importantíssim tenen aquestes actuacions. Resposta: QUE NO MOSTREN CAP PROVA</p>			
<p>3a sessió: Explicarem o llegirem el conte “Les pomes del senyor Peabody”, molt</p>			



adequat pel tema dels rumors. Un cop llegit farem preguntes de reflexió del tipus: quins canvis va notar el senyor Peabody en el comportament dels seus veïns i veïnes?, Com creieu que se sentia? Algú de vosaltres s'ha sentit d'aquesta manera? Podem parlar del mal que poden arribar a fer les mentides o rumors sobre les persones o entitats, per exemple, què us sembla la idea de reparar el dany causat que proposa el Sr. Peabody? Pot un rumor quedar per sempre? Com es neteja un rumor fals?...



4a sessió: Mostrarem el tall de Grease:

https://www.youtube.com/watch?v=HXOvQPQ_jZc



A partir d'experiències pròpies i els sentiments que genera una rumorologia, **treballarem la idea col·lectiva de si no existeix cap prova constatable el rumor no s'ha d'escampar.**

Finalment, explicarem la història de la Sonia Lamas: *Famosa actriu de cinema i teatre dels anys cinquanta.*

Quan era molt jove, es va difondre el rumor que havia tingut una filla fora del matrimoni. El rumor finalment va resultar infundat, però a ella i al seu marit els va afectar tant que gairebé es divorciaren. Ell, influenciat pels rumors, comença a dubtar d'ella i de la seva fidelitat.

La parella havia decidit no tenir fills per dedicar-se en cos i ànima a les seves carreres professionals.

Amb el temps, les coses es van oblidar i ella va continuar amb la seva exitosa carrera, va recuperar l'estabilitat emocional i la confiança del seu marit.

Van passar un grapat d'anys i la Sonia Lamas ja era velleja quan va haver de ser internada en un geriàtric. L'actriu anava en cadira de rodes i havia perdut la memòria. El més sorprenent de tot és que la Sonia demanava a les infermeres que cridessin a la seva filla, aquella que assegurava haver tingut de jove.

La seva ment recordava la llegenda que tothom havia oblidat, tothom menys ella. Ara, sola i malalta, creia que havia estat mare i exigia la presència de la filla.

5a sessió: Les plomes

Performance final: escampar plomes per tota la sala, emulant al Sr. Peabody.

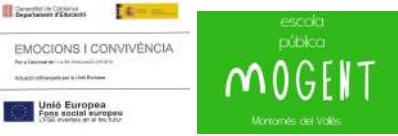
OBSERVACIONS


És important que el missatge cali, que no quedi com una activitat més.



Cal fer-los conscients als nois i noies de l'acte que estan fent i ensenyar-los a pensar si allò que escampen es pot provar. A partir d'aquí, ja tenen elements per actuar autònomament.

De la mateixa manera que anem educant en el micromasclisme i es materialitza en l'ús de les ulleres liles, s'hauria de trobar un element vistós que ajudés a visualitzar la rumorologia.


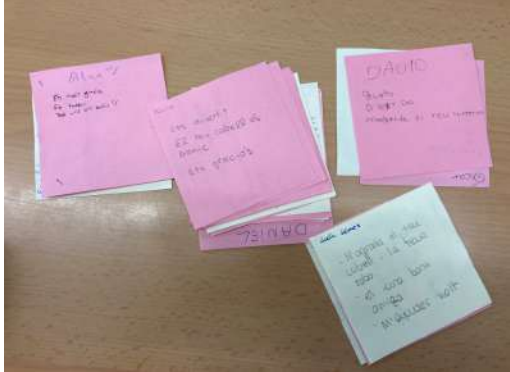
6è




TÍTOL	El meu arbre		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	Afavorir el coneixement propi i dels altres. Estimular l'autoafirmació i valoració positiva dels altres. Millorar la confiança i comunicació del grup.		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe. Primera part individual, després col·lectiva.	ESPAI	Aula
MATERIAL	Fulls i llapis	DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>L'activitat consisteix en que cada persona dibuixi el seu arbre indicant les seves qualitats, realitzacions i èxits. Cada infant dibuixa un arbre, el que més li agradi, amb les seves arrels, branques, fulles i fruits.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En les arrels escriu les qualitats i capacitats que creu tenir. - En les branques ha d'escriure les accions positives que fa. - I en les fulles i fruits, els èxits o triomfs que ha aconseguit. <p>A continuació es fa la posada en comú. Cada alumne exposa el seu arbre en veu alta, explicant de manera detallada cada apartat. En el transcurs de l'explicació, cada participant pot afegir "arrels" i "fruits" que els o les altres li reconeixen i indiquen.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Anunci publicitari d'un mateix		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	<p>Afavorir el coneixement propi i dels altres. Estimular l'autoafirmació i valoració positiva dels altres. Millorar la confiança i comunicació del grup. Augmentar l'autoestima.</p>		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe. Primera part individual, després col·lectiva. I fins i tot per parelles.	ESPAI	Aula
MATERIAL	Fulls i llapis (només si és necessari)	DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>Els i les alumnes, hauran de vendre's un mateix cap als altres. De manera individual, hauran de pensar quines són les seves qualitats, els seus punts forts, aquells apartats on són més hàbils o mostren més destresa.</p> <p>Un cop tingui clar quines són les seves qualitats a destacar, amb certa gràcia, hauran de d'imitar un anunci publicitari i exposar-les davant de tots els seus companys i companyes.</p> <p>Aquesta activitat es pot fer de manera individual cap a tot el grup, o fins i tot per parelles, i que sigui el teu company o companya l'encarregat de vendre't a tu.</p> <p>Si es genera un bon clima de treball a l'aula, on tothom se sent agust i participatiu, podem elaborar diferents categories dels anuncis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La persona més treballadora - La persona més xerraire - La persona que explica els pitjors acudits <p>I que cada infant participi a la categoria que estigui més relacionat amb ell o ella.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	Marxem de viatge/ Comparteixo amb tu		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	Afavorir l'afirmació i cohesió de grup.		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe.	ESPAI	Aula
MATERIAL		DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>Es tracta d'imaginar que anem de viatge, i som nosaltres els encarregats i encarregades d'<i>omplir</i> les maletes dels companys i companyes.</p> <p>Hem de pensar alguna qualitat nostra que ens agradaria compartir amb un company o companya. Tots els nens i nenes han de pensar aquelles qualitats positives que més el defineixen, o aquelles en les que més destaca.</p> <p>Tots els nens i nenes seuen en el centre de la classe formant un cercle. Algú comença dient: "Marxo de viatge a..." (pot triar el lloc) "i et regalo una mica de..." per exemple, <i>simpatia perquè sóc una persona molt riallera i simpàtica</i>.</p> <p>Així successivament, fins que tota la classe hagi regalat/compartit una de les seves qualitats principals als altres.</p> <p>Podem fer diferents voltes, canviant allò que ens emportem; accions tangibles, accions intangibles, emocions...</p>			
			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	1 x 2		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	Afavorir el coneixement propi i dels altres. Augmentar l'autoestima.		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe. Primera part individual, després col·lectiva. I fins i tot per parelles.	ESPAI	Aula
MATERIAL	Fulls i llapis	DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>Els nens i nenes han d'escriure en mig full 1 qualitat que vulguin millorar i 2 qualitats positives.</p> <p>D'aquesta manera els i les alumnes observaran la seva llista de qualitats i veuran que les qualitats a millorar són menys que aquelles qualitats on destaquem. Així seran més autocrítics amb ells mateixos, i pararan atenció en aquelles qualitats on destaquen.</p> <p>Per exemple:</p> <p style="text-align: center;">Sóc massa perfeccionista /// Sóc molt treballadora i em motiva la feina.</p>			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	El que més m'agrada de tu és...		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	Afavorir el coneixement propi i dels altres Millorar la confiança i comunicació del grup Augmentar l'autoestima		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe.	ESPAI	Aula
MATERIAL	Mig full amb el nom d'un alumne de la classe	DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>A cada participant se li lliura un full amb el nom d'un company o companya de la classe. Cadascun ha d'escriure les tres qualitats que més li agrada d'aquesta persona. Tots han de triar tres característiques físiques o personals que li agradin del company que li ha tocat.</p> <p>Després el mestre ajuntarà tots els escrits, i llegirà de forma anònima i en veu alta cadascun dels atributs. El fet que sigui anònim encoratjarà a expressar el que en un altre cas no s'animarien. El fet de demanar que esmentin tres aspectes que els agradin, els ajudarà a veure que tots i totes tenen diferents qualitats positives i agradables. A més, s'adonaran que no tot passa pel físic.</p> <p>Al seu torn, quan a cadascun li arribi el torn d'escoltar les seves qualitats, se sentirà molt content. Fins i tot sorprès de conèixer aspectes de sí que uns altres valoren com a positius.</p> 			
OBSERVACIONS			

TÍTOL	PREMI A ...		
NIVELL	6è de Primària		
OBJECTIU	Afavorir el coneixement propi i dels altres. Estimular l'autoafirmació i valoració positiva dels altres. Millorar la confiança i comunicació del grup. Augmentar l'autoestima.		
ORGANITZACIÓ	Tot el grup classe.	ESPAI	Aula
MATERIAL	Premi/medalla i celo doble cara.	DURADA	Aproximadament 1 hora
DESENVOLUPAMENT			
<p>A cada alumne se li repartirà un paperet amb el nom d'un company o companya de la classe. Aquest haurà de pensar les millors qualitats de la persona que li ha tocat i al mateix temps, quin és el premi que es mereix.</p> <p>Un cop tothom ja hagi pensat quin premi otorgarà, ens col·loquem en cercle per veure'ns els uns als altres. Tot seguit, comença la segona part de l'activitat.</p> <p>L'alumne que vulgui començar, es posarà dret, agafarà la medalla i començarà a escriure el premi que entrega. Per exemple: premi a la més divertida. Quan ho tingui tot preparat haurà d'entregar-lo a la persona corresponent:</p> <p style="padding-left: 40px;">- <i>Jo entrego el premi a la persona més divertida de la classe a la XXX.</i></p>			
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>			
OBSERVACIONS	Tot i que sigui difícil, han d'intentar no repetir els premis que s'entreguen.		

