

Gestió emocional

Dinàmica
Experts i expertes
en emocions



Gestió Emocional



Dinàmica

Experts i expertes en emocions



Edat aproximada

Cicle superior de primària.



Durada

1 hora.



Objectiu general

Potenciar la consciència emocional.



Objectius específics

- Reconèixer emocions concretes i la seva expressió.
- Treballar en equip.



Material necessari

No es necessita cap material.



Font

5 Kxs de convivència. Centres. Projecte educatiu. Projecte de convivència. Recursos. 5kxs. XTEC - Xarxa Telemàtica Educativa de Catalunya (gencat.cat).



Desenvolupament

Feu grups de sis persones. Repartiu un paquet de plantilles d'ovals amb les emocions escrites (sis en total) de forma que a cada persona li'n toqui una (si no sou sis, descarteu-ne alguna). Formeu els seminaris, és a dir agrupeu-vos totes les persones que tenen una mateixa emoció. En el seminari, i per torns, expliquen la seva emoció i com l'han representat, i després decideu quina és la millor manera d'expressar l'emoció i dibuixeu-la en una cara. Cada persona experta en una emoció torna al grup inicial i, per torns, expliquen la seva emoció i com l'han representat. Posada en comú explicant com ha anat i mostrant el resultat dels dibuixos.

Per acabar, es valorarà la dinàmica.



Avaluació

Hi ha 2 fitxes d'avaluació:

- Una pel docent.
- Una per l'alumnat.

Gestió Emocional

Dinàmica

Experts i expertes en emocions



Autoavaluació alumne

Pinta les estrelles en funció del grau d'acord amb aquestes afirmacions:

He participat seguint tots els passos de l'activitat



He mostrat interès per l'activitat d'avui



He treballat de manera ordenada i constant



He mostrat tolerància i respecte envers els companys



Què és el més important que he après avui?

Què canviaries de la dinàmica del grup?

Gestió Emocional

Dinàmica

Experts i expertes en emocions



Avaluació de la dinàmica

Nom de la dinàmica:	
Docent:	
Curs:	Lloc:
Data:	Hora:

Indica el teu grau d'acord amb aquestes afirmacions respecte a la dinàmica realitzada, tenint en compte que 1 vol dir gens d'acord i 5 vol dir totalment d'acord.

Preguntes	Grau d'acord				
	1	2	3	4	5
L'alumnat ha entès la dinàmica	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ha participat tot l'alumnat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
S'ha mostrat tolerància i respecte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
S'ha dut a terme una escolta activa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
S'ha afavorit la confiança entre els membres del grup classe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
S'ha generat cohesió de grup	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
S'han assolit els objectius de la dinàmica	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
El temps previst per la dinàmica ha estat adient	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Gestió Emocional

Benestar
per
estar
bé

Dinàmica

Experts i expertes en emocions



Plantilla oval

