



IDENTITAT



CONVIVÈNCIA



RESPONSABILITAT



Edita Fundació "la Caixa"

Òrgans de Govern de l'Obra Social "la Caixa"

COMISSIÓ D'OBRES SOCIALS

President	Isidre Fainé Casas
Vicepresidents	Salvador Gabarró Serra Jordi Mercader Miró Manuel Raventós Negra
Vocals	Marta Domènech Sardà Javier Godó Muntañola Immaculada Juan Franch Justo B. Novella Martínez Magí Pallarès Morgades
Secretari	Alejandro García-Bragado Dalmau
Director general de "la Caixa"	Joan Maria Nin i Génova
Director executiu de l'Obra Social	Josep F. de Conrado i Villalonga

PATRONAT DE LA FUNDACIÓ

President d'honor	Josep Vilarasau Salat
President	Isidre Fainé Casas
Vicepresident 1er	Ricard Fornesa Ribó
Vicepresidents	Salvador Gabarró Serra Jordi Mercader Miró Joan Maria Nin i Génova
Patrons	Ramon Balagueró Gañet M. Amparo Camarasa Carrasco Josep F. de Conrado i Villalonga Marta Domènech Sardà Manuel García Biel Javier Godó Muntañola Immaculada Juan Franch Juan José López Burniol Montserrat López Ferreres Amparo Moraleda Martínez Miquel Noguer Planas Justo B. Novella Martínez Vicenç Oller Compañ Magí Pallarès Morgades Alejandro Plasencia García Manuel Raventós Negra Leopoldo Rodés Castañé Luis Rojas Marcos Lluc Tomás Munar Francesc Tutzó Bennasar Josep Vilarasau Salat Núria Esther Villalba Fernández Josep Francesc Zaragoza Alba
Secretari (no patró)	Alejandro García-Bragado Dalmau
Vicesecretari (no patró)	Óscar Calderón de Oya
Director general	Josep F. de Conrado i Villalonga

Àrea d'Integració Social

Director	Albert López
Programa	Joves amb valors
Subdirectora	Joana Prats
Coordinació del programa	Elisabet Yanovsky

KITSCAIXA VALORS

Concepte general i disseny del material	Toni Cirera
Continguts i redacció guia	Teresa Cirera, Anna Carpena, Marta Berrocal, Ana Carrera i Gabriela Rubio
Disseny gràfic Correcció i traducció Fotografies	Miquel Puig Lluís Garcia Eloi Bonjoch
Il·lustracions	Marta Balaguer, Arnal Ballester, Gabriela Rubio, Marc Torrent, Assumpta Cirera, Alfonso Cobas i Lina Velázquez
Enregistrament CD	Olivia Sound, Toni Colomer, Xevi García, Mar Nicolás, Esperança Domènech i Daniel Albiac
Producció	Marc Ruiviejo, Gloria Escorihuela, Lluís Blanc, Carolina del Bosque i Joana Salas (Produccions Educatives)
Assessorament	Anna Carpena, M ^a Rosa Buxarrais i Miquel Martínez
Agraïments	Mercè Escardó, Eva Bach, M. del Tura Bovet, els mestres i alumnes del CEIP l'Era de Dalt (Tona), i més de 50 industrials i artesans que han participat en aquesta producció.
Impressió	Gràfiques Ortells S. L.

© dels textos, els autors
© de les fotografies, Eloi Bonjoch
© de les il·lustracions, els il·lustradors
© de l'edició, Fundació "la Caixa", 2007

Dipòsit legal: xxxxxxxxxx



06 PRESENTACIÓ

09 EDUCACIÓ EN VALORS

Anna Carpena

12 KITS CAIXA VALORS

14 KIT IDENTITAT

16 QUALITATS PERSONALS

20 AUTORETRAT

22 EMOCIONS I SENTIMENTS

26 DIBUIXOS CENTRATS

28 INTERIORITZACIÓ

32 KIT CONVIVÈNCIA

34 EMPATIA

40 TREBALL COL·LABORATIU

42 RESOLUCIÓ DE CONFLICTES

46 INTERIORITZACIÓ

48 KIT RESPONSABILITAT

50 CADENA DE RESPONSABILITAT

56 GESTIÓ D'ESTATS D'ÀNIM

59 CONSUM D'AIGUA

62 INTERIORITZACIÓ

61 BIBLIOGRAFIA

66 MANTENIMENT DELS KITS CAIXA VALORS

L'Obra Social "la Caixa" ha creat el programa "Joves amb valors", amb l'objectiu de contribuir a fomentar els valors ètics i de convivència, així com potenciar el paper actiu dels joves en la construcció de la societat. El programa consta de diverses activitats de sensibilització —una exposició, tallers educatius i activitats familiars—, d'una publicació i d'un concurs, el qual promou la participació social dels nois i noies i reconeix la tasca altruista que estan duent a terme molts joves que impulsen projectes de servei a la comunitat. El resultat ha estat molt positiu: s'han donat a conèixer projectes que ja estaven en marxa i se n'han generat de nous; s'ha estimulat el debat i s'ha fomentat una imatge positiva dels joves, els quals esdevenen un model per a d'altres joves. Així doncs, hem fet visible que els nois i noies tenen ganes de fer coses pels altres, d'implicar-se en iniciatives solidàries i de participar en la vida de la comunitat.

A aquest conjunt d'actuacions, incorporem ara els KITSCAIXA VALORS, un nou recurs educatiu desenvolupat per la Fundació "la Caixa". S'adreça al professorat i alumnat d'educació primària, d'entre 8 i 12 anys, amb la voluntat de potenciar els valors ètics i de convivència. KITSCAIXA VALORS conté un seguit d'eines fàcils d'utilitzar, polivalents i atractives, que permeten plantejar diverses qüestions relacionades amb el coneixement d'un mateix, amb la relació amb els altres i amb la presa de decisions. S'estructura en tres grans apartats que es poden treballar de manera autònoma: identitat, convivència i responsabilitat. Les activitats que es proposen són molt variades. Inclouen des d'activitats per desenvolupar l'autoconeixement i l'empatia, fins a exercicis per adquirir la capacitat de relacionar-se amb els altres i resoldre situacions conflictives. La idea de fons és que, a partir de l'autoestima i del

reconeixement de les nostres qualitats, del domini de les pròpies capacitats i emocions, podem aprendre a respectar les normes i a valorar la diversitat, a ser tolerants i a preocupar-nos pels altres, a dialogar i a comprometre'ns.

Des de fa anys l'Obra Social "la Caixa" intervé en el camp educatiu desenvolupant recursos pedagògics que posa al servei de la comunitat educativa. L'objectiu és facilitar l'abordatge en l'àmbit educatiu de temes d'interès social relacionats amb la comunicació, la salut o el medi ambient, els quals demanen la implicació de tothom. Cada tema es planteja des de diferents punts de vista, seguint una metodologia transversal i participativa, d'acord amb les indicacions d'especialistes en diversos camps. Alumnat i professorat poden dur a terme les seves activitats de manera lliure, prenent com a model els suggeriments que s'inclouen en el kit, i desenvolupar les seves propostes de manera creativa. Així doncs, els KITSCAIXA VALORS esdevenen un conjunt de recursos pedagògics que fomenten hàbits i valors fonamentals en el desenvolupament personal.

La Fundació "la Caixa" vol agrair la seva col·laboració a totes les persones que han participat en aquest projecte, i convidar a la comunitat educativa a incorporar els KITSCAIXA VALORS a la vida de la classe i a enriquir-lo amb les seves experiències.

Educació en valors

Els valors són, en certa manera, punts de referència que guien les nostres accions al llarg de la nostra vida. Els valors donen sentit a les nostres accions, no només a les personals, sinó a les que compartim amb els altres, i a la nostra interacció amb el medi humà i natural. Però els valors de cadascú no són estàtics, es construeixen amb la vivència.

D'altra banda, quan donem valor a les coses, aquestes adquireixen significat. Quan optem per alguna acció, per exemple, és perquè aquesta té valor per a nosaltres. El valor provoca l'interès i el desig d'actuar d'una determinada manera quan el sentir, el pensar i el fer de la persona s'integren en una unitat. Tot això forma part d'un procés que cristal·litza en un sistema de valors.

Cada cultura prima uns valors per damunt d'altres, però alguns es poden considerar universals i servir de base per a una ètica de mínims en una societat plural. Aquesta ètica no defineix una manera de viure, sinó un conjunt de principis mínims que faciliten la trobada amb les altres persones i fan possible la convivència.

Els valors ens inviten a triar i a decidir què posem en marxa i com. Quan una cosa ens atrau, ens hi adherim o no en funció del vincle emocional que hi haguem establert; és el sentiment el que ho està validant. Estimem o desestimem conferint a les coses valors positius o negatius. Perquè els valors es construeixen de manera integrada amb les emocions.

Els valors són el nord de la conducta humana, però de vegades no passen de ser meres declaracions d'intencions que no arriben a materialitzar-se si no hi ha una gestió de les emocions. El fet de pensar que és bo ser solidari, per exemple, no és garantia de solidaritat. Ho serà quan, a més de ser pensament, la solidaritat sigui sentiment i se'n senti el desig de ser-ho i es tingui la força de voluntat per a dur a terme accions solidàries. La raó sola no dona oportunitat de paladejar els valors.



KITSCAIXA VALORS es planteja com una proposta adreçada als infants que pot contribuir, integrant emoció i raó, a la construcció d'uns valors que harmonitzin l'aprendre a ser, l'aprendre a conviure i l'aprendre a habitar el món. Aprendre a ser, per a construir-se com a ésser autònom, feliç i responsable. Aprendre a conviure, per a ajudar a establir vincles i compromisos col·lectius, tot reconeixent-se com a ésser interdependent amb l'altre, amb la societat i amb la natura. Aprendre a habitar el món, per a fer créixer l'interès i el desig de tenir cura dels recursos naturals.

Les activitats i els materials que es presenten volen oferir oportunitats perquè, a través de processos d'autodescoberta, de descoberta de l'altre i de descoberta de l'entorn natural i social, es vagin adquirint valors —sentits i raonats— i la capacitat d'actuar conseqüentment amb aquests valors.

Aprendre a ser requereix capacitat d'autoconeixement i d'autoregulació. L'experiència de coneixement i cura d'un mateix, d'observar-se i d'actuar sobre si mateix amb voluntat de millora, facilita la pau interior necessària per a actuar com a persona responsable amb ella mateixa i amb les altres. En aquest sentit, tenir consciència de les pròpies emocions fa possible comprovar que aquestes es poden modular de manera que les actuacions posteriors siguin les convenients.

Els valors de la convivència es basen en el propi reconeixement en l'altre. Perquè l'altre importi, però, primer cal reconèixer-lo i per a poder-lo reconèixer primer cal el propi reconeixement. La descoberta de la pròpia humanitat porta a sentir l'ésser humà i a desenvolupar l'interès i la responsabilitat pel seu benestar.

L'ètica de la responsabilitat vers la natura, que fa possible la vida, porta a l'acció convençuda d'un consum responsable dels recursos naturals. Trobar un sentit a la manera d'actuar en el consum d'un bé preuat, com ara l'aigua, comporta una implicació personal responsable.

La millor manera de construir valors és viure'ls i compartir-los. El discurs, sense una pràctica, no serveix de gaire. Són necessàries vivències que portin a la consolidació dels valors i al desig d'exercir-los. Sentir junts promou valors de convivència, facilita l'esperit de no passar de llarg, d'aturar-se amb l'altre i de no tenir actituds agressives quan la convivència es complica. Viure emocionalment i compartidament experiències d'alteritat apropa les persones.

Per això cal crear experiències idònies, cal construir espais per a la trobada, ja que els espais comuns humanitzen, faciliten la descoberta de necessitats compartides, com la necessitat de ser respectat, de ser tingut en compte, de ser valorat i estimat.

Alhora, les pràctiques d'autodescoberta contribueixen a construir-se com a persona capaç de regular-se, que es relaciona, que té criteri i capacitat d'acció volguda, i que en situacions de conflicte és capaç de comprometre's en un procés de diàleg, amb voluntat d'entesa i capacitat de planificació.

El desig de portar a l'aula propostes i materials per a viure la construcció d'uns valors d'identitat i convivència, pren cos en aquests recursos que teniu a les mans. No pretenen més que ser una entre les moltes possibilitats que el dia a dia ofereix, en el marc de l'escola, per a orientar els nois i noies en el seu creixement vers una personalitat moral.

ANNA CARPENA
Formadora de professorat

KITSCAIXA VALORS

12

El programa **KITSCAIXA VALORS** és una proposta per a facilitar als mestres i alumnes de primària (especialment de 8 a 12 anys) eines per a treballar l'educació dels valors ètics i socials. El principal objectiu dels kits és proporcionar recursos atractius, motivadors i senzills per tal d'engrescar educadors i alumnes a superar el repte del creixement socioemocional i de construcció autònoma i racional de valors dintre de l'escola.

Amb aquests kits pretenem oferir un marc per a l'experimentació, on nois i noies puguin interioritzar vivencialment experiències que afavoreixin el creixement moral, i donar-los elements per a poder entendre i raonar aquestes vivències.

Els **KITSCAIXA VALORS** contenen materials pensats per a ajudar a estructurar i dinamitzar activitats ben definides i senzilles d'aplicar en un grup de classe. A la guia d'ús es detallen les activitats i s'acompanyen d'una breu introducció que emmarca i fonamenta les experiències.

La proposta està dividida en tres kits per a agilitzar els préstecs i facilitar el transport. De manera esquemàtica avancem els aspectes més destacats que es treballen a cada kit:



13

KIT IDENTITAT

- Valoració de les qualitats personals i treball de l'autoestima.
- Reconeixement de les emocions i sentiments que acompanyen les accions morals.
- Exercicis per a millorar la concentració i aprendre a relaxar-se.
- Tècniques d'interiorització.

KIT CONVIVÈNCIA

- Exercicis d'empatia per a millorar la connexió i la comprensió dels altres.
- Desenvolupament i pràctica d'habilitats col·laboratives.
- Estratègies de resolució de conflictes.

KIT RESPONSABILITAT

- Reflexió entorn dels mecanismes de la responsabilitat i dels tipus de responsabilitat.
- Gestió de situacions on hi ha una elevada càrrega emocional.
- Conscienciació i pràctica de la responsabilitat vers el medi a partir de l'estudi del consum familiar d'aigua.

Cadascun dels tres kits se cedeix per separat a escoles i altres col·lectius en concepte de préstec durant 15 dies. La guia d'ús conté la informació dels tres kits per a poder tenir, en tot moment, una visió global del projecte. En el CD que hi ha al maletí **COMPLEMENTS** hi trobareu, en documents PDF, aquesta guia i la informació gràfica dels materials dels tres kits, perquè els pugueu reproduir si ho creieu convenient.

Per a garantir la continuïtat de l'experiència és molt important que, acabat el període de préstec, professors i alumnes feu un esforç per a ordenar els materials i comunicar als centres de recursos que distribueixen els kits qual-sevol incidència. Per a facilitar la vostra feina, al final de la guia trobareu un inventari detallat de tots els elements que integren cada kit.

Per a més informació sobre els **KITSCAIXA VALORS** podeu consultar el lloc web www.laCaixa.es/ObraSocial i anar al programa "Joves amb valors".

KIT IDENTITAT



GUIA D'ÚS DELS KITSCAIXA VALORS



EMOCIONS I SENTIMENTS
2 PÒSTERS EMOCIONS AGRADABLES



EMOCIONS I SENTIMENTS
2 PÒSTERS EMOCIONS DESAGRADABLES



QUALITATS PERSONALS:
20 FITXES QUALITATS PERSONALS
10 FITXES EN BLANC

EMOCIONS I SENTIMENTS
6 FITXES EMOCIONS PRIMÀRIES
11 FITXES SENTIMENTS AGRADABLES
11 FITXES SENTIMENTS DESAGRADABLES
10 FITXES VALORS
10 SUPORTS MAGNÈTICS PER A FER NOVES FITXES



AUTORETRAT
15 MÀQUINES AUTODESCRIPTIVES



DIBUIXOS CENTRATS
10 FITXES AMB DIBUIXOS CENTRATS PER FOTOCOPIAR
5 MÀQUINES PER A CREAR DIBUIXOS CENTRATS ORIGINALS



COMPLEMENTS
2 CORDILLS "PENJA-ROBES" I 5 CORDILLS "COLLARET"
1 CD
EXERCICIS D'INTERIORITZACIÓ: EL MAR, LA COVA
GUIA D'ÚS PDF
MATERIALS DELS 3 KITS PER IMPRIMIR PDF

QUALITATS PERSONALS

El primer pas vers el compromís amb l'altre comporta conèixer-se d'una manera ajustada i valorar-se positivament, confiar en les pròpies capacitats, construir-se, respectar-se, projectar-se i comprometre's amb un mateix. Observant-se i reflexionant sobre tot allò que és digne i positiu es despleguen sentiments de vàlua i de mereixement de respecte i felicitat. L'autoconcepte i l'autoestima que en deriven no són només característics de l'individu, sinó també dels grups. Quan un col·lectiu es visualitza positivament es creen dinàmiques aglutinadores d'esforços per aconseguir la consecució d'objectius comuns, que alhora reforçaran l'autoconcepte del grup.

Les activitats que us suggerim es poden desenvolupar de forma conjunta amb tot el grup classe. Es tracta que els alumnes examinin conjuntament el significat d'un grup de paraules o conceptes i s'hi familiaritzin per a incorporar-los al seu vocabulari, i que posteriorment els emprin per a parlar de les seves qualitats personals i de les qualitats del seu grup.

Les qualitats que es proposa treballar estan estretament relacionades amb valors personals i de convivència: autenticitat, honradesa, respecte, senzillesa, modèstia, justícia, responsabilitat, independència, optimisme, honestedat, tolerància, paciència, sensibilitat, generositat, solidaritat, persistència i sinceritat.



FITXES QUALITATS PERSONALS

Actualment em veig una persona...	A vegades em veig una persona una mica...
AFFECTUOSA, ACOLLIDORA, CORDIAL	ESQUERPA, INDIFFERENT, HOSTIL
ATENTA, SERVICIAL, AGRAÏDA	DESCORTÈS, DESCONSIDERADA, DESAGRAÏDA
ATREVIDA, DECIDIDA, VALENTA	PORUGA, INDECISA, TEMORENCA
DISCRETA, RESERVADA, PRUDENT	DESCONFIADA, INSEGURA, MALPENSADA
DIVERTIDA, RIALLERA, SIMPÀTICA	TAFANERA, XERRAIRE, IMPRUDENT
DÒCIL, OBEDIENT, COMPLIDORA	AVORRIDA, ENSOPIDA, ANTIPÀTICA
FLEXIBLE, ADAPTABLE, DÒCIL	REBEL, DESOBDIENT, INCONFORMISTA
GENEROSA, DESPRESA, ESPLÈNDIDA	OBSTINADA, TOSSUDA, RÍGIDA
GRACIOSA, IRÒNICA, BROMISTA	EGOISTA, COBDICIOSA, GARREPA
POSITIVA, OPTIMISTA, ENTUSIASTA	SERIOSA, AVORRIDA, ENSOPIDA
PRUDENT, REFLEXIVA, ASSENYADA	NEGATIVA, PESSIMISTA, APÀTICA
PACIENT, TRANQUIL·LA, SERENA	IMPULSIVA, ARRAUXADA, IMPETUOSA
PACÍFICA, CALMOSA, PAUSADA	NERVIOSA, IMPACIENT, INQUIETA
SENSIBLE, IMPRESSIONABLE, EMOTIVA	BUSCA-RAONS, AGRESSIVA, VIOLENTA
SINCERA, FRANCA, NOBLE	DURA, IMPASSIBLE, INDIFFERENT
SEGURA, ATREVIDA, EXTROVERTIDA	MENTIDERA, HIPÒCRITA, FALSA
SENZILLA, MODESTA, HUMIL	TÍMIDA, VERGONYOSA, INSEGURA
TOLERANT, RESPECTUOSA, COMPLAENT	ORGULLOSA, ALTIVA, ESTIRADA
TREBALLADORA, ACTIVA, CONSTANT	INTOLERANT, INTRANSIGENT, RÍGIDA
AFFECTUOSA, ACOLLIDORA, CORDIAL	MANDROSA, GANDULA, OCIOSA

ACTIVITAT 1

Pengeu els cordills d'una paret a l'altra de la classe en suports ben sòlids.

Repartiu una fitxa a cada alumne i demaneu-los que pensin sobre el significat de les paraules que apareixen, tant en l'anvers com en el revers. A continuació, feu que surtin d'un en un i expliquin a la resta del grup la qualitat de la seva fitxa, tot suggerint-los que la defineixin recorrent a exemples reals o imaginats, i propiciant alhora el diàleg entre tots els participants. Proposeu també que emprin expressions facials o corporals per explicar els conceptes. La qualitat oposada que hi ha al revers de la fitxa els ajudarà a precisar el significat de cada concepte.

Cal assegurar-se que tothom entén bé i explica el significat de les paraules que van sortint.

A mesura que la mainada vagi intervenint, demaneu-li que pengi les fitxes dels cordills, en ganxos, o bé entre elles mateixes, per a anar decorant la classe mentre avança l'activitat.

Pot ser interessant introduir noves qualitats personals, especialment si en el transcurs de l'activitat es fa referència a nous conceptes. Per a fer-ho, podeu escriure-les en papers i enganxar-los amb cinta adhesiva a les fitxes en blanc que hi ha al kit.



ACTIVITAT 2

Demaneu als nois i les noies que pensin en ells mateixos i en com són, i a continuació convideu-los a triar tres o quatre fitxes amb les qualitats que els semblin més característiques de la seva persona. Podeu repetir l'activitat demanant-los que facin altres tries: tres qualitats que els agradaria tenir, tres que pensen que no tenen, tres que els agradaria no tenir, etc.

Amb ajuda dels collarets que us proporcionem al mateix de complements, els infants es poden penjar les fitxes al coll, com si fossin vestits. Sugeriu-los de fer una desfilada, davant de la resta de la classe, com si es tractés d'una passejada de models, amb els vestits de qualitats personals. Mentre ho fan, animeu-los a expressar en veu alta cadascuna de les qualitats que llueixin, intentant teatralitzar també la presentació, que es pot fer en petits grups.

Un cop hagin pensat en ells mateixos, podeu proposar que entre tots o en grups triïn les qualitats que pensin que millor caracteritzen a personatges famosos o de ficció.



ACTIVITAT 3

Formeu grups de dues a quatre persones i demaneu a cada grup que esculli totes aquelles qualitats que a priori els sembli que comparteixen. D'aquesta manera podreu plantejar qüestions d'identitat col·lectiva. Més que no pas que es posin d'acord, l'important és el fet que parlin i discuteixin sobre les qualitats i també sobre els avantatges i inconvenients que pot representar per al propi grup tenir o no algunes d'aquestes qualitats.

Es pot continuar l'activitat proposant que valorin quines qualitats seria desitjable assolir, quines potenciar o quines evitar, per tal de sentir-se millor, tant a nivell individual com a nivell de grup.



AUTORETRAT

20

La manera com ens reconeixem influïx en com ens desenvolupem en els diferents àmbits de la nostra vida, així com en la construcció d'una personalitat moral.

El coneixement de nosaltres mateixos o autoconeixement fa referència a processos continus, no acabats, de diferents facetes en diferents moments de la vida. És aquest un concepte important ja que no tanca portes, sinó que convida a avançar vers la pròpia millora personal. Alhora, saber-se no acabat permet l'acceptació de la pròpia imperfecció, amb humilitat.

Amb les activitats que es proposen es vol ajudar els infants a exercitar i potenciar una mirada endins, per descobrir-se, tot estímulant el desenvolupament de processos de reflexió sobre la seva pròpia persona.

Es tracta que els participants puguin reflexionar individualment sobre alguns dels trets que en el moment de realitzar l'activitat caracteritzen la seva manera de ser i de comportar-se. Per a fer-ho comptaran amb l'ajut de les màquines de test autodescriptiu, en les quals trobaran diferents ítems que podran manipular, situant-los a diferents nivells, segons sigui la valoració que cadascú faci de la seva pròpia persona. Un cop realitzada l'activitat, cada màquina mostrarà una mena de diagrama de barres autodescriptiu, a manera d'autoretrat, que permetrà treballar diversos aspectes relacionats amb l'autoconeixement.



ACTIVITAT 1

Cada participant necessita una màquina per a treballar, atès que l'activitat es fa de manera individual. Hi ha 15 màquines, per tant potser caldrà que feu dos grups o que treballeu per tornos.

Repartiu les màquines i assegureu-vos que tothom comprèn tots els ítems. Demaneu als alumnes que primer reflexionin de forma individual sobre cadascun d'ells i a continuació que valorin en quin grau (molt, bastant, poc o molt poc) s'hi veuen definits. Manipulant les palanques podran situar cada ítem en el grau que considerin adequat.

Encoratgeu els alumnes a imaginar-se en situacions variades i indiqueu-los que han d'intentar ser objectius i centrar-se en com són i no en com els agradaria ser.

Si es veu convenient es pot també estimular el diàleg en parelles per a comentar algun dels ítems o bé els autoretrats acabats, amb la intenció que la conversa ajudi a aprofundir en l'autovaloració, perquè una mirada externa pot plantejar dubtes i enriquir la reflexió, sense que calgui fer judicis o arribar a l'acord.



ACTIVITAT 2

Proposeu als nois que copiïn en un full el gràfic de barres que han fet amb la màquina d'autodescripció i que a continuació redactin un text a partir de la informació que els proporciona.

Per a ajudar-los en la redacció escriviu a la pissarra el principi del paràgraf de manera que tothom el tingui a la vista, i també altres frases d'enllaç que puguin anar emprant:

“Actualment em veig una persona molt ..., crec que sóc bastant ..., em sembla que sóc poc ..., i molt poc ...”

L'exercici pot anar més enllà si es proposa que reflexionin i escriguin també sobre els ítems comentant si algun d'ells ha variat significativament amb el temps, o incloent aspectes que els sembli convenient variar de cara al futur:

“Abans era molt més..., o menys...”
“M'agradaria ser més..., o menys..., per millorar... (l'autoestima, la confiança, el diàleg, l'amistat, la cooperació, el respecte...)”

També pot resultar apropiat que els nois emprin i aportin altres ítems diferents als de la màquina si ho consideren important per a fer el seu autoretrat.

Seria interessant acabar l'activitat fent una lectura en veu alta d'allò que s'ha escrit, però és imprescindible que l'exposició sigui lliure i voluntària i no forçar ningú a llegir davant dels altres el que hagi escrit. En

21

tot cas, sempre es pot parlar de com s'ha sentit cadascú en realitzar l'activitat i comentar per exemple les dificultats que hagi tingut, pors, satisfaccions, etc.

L'activitat permetrà saber quina és la imatge que tenen els alumnes de sí mateixos i potser podrà ajudar a plantejar estratègies per a aconseguir que alguns alumnes es construeixin una autoimatge més objectiva en el cas que aquesta estigui molt distorsionada. És importantíssim plantejar aquests aspectes amb tacte i discreció i no posar mai en evidència una persona davant la resta del grup.



EMOCIONS I SENTIMENTS

Les emocions intervenen en la construcció de creences i valors, en les expectatives, en totes les decisions i accions dels éssers humans. D'aquí la importància de connectar-hi de manera conscient.

Desenvolupant la interconnexió entre raó i emoció es facilita la relació equilibrada amb un mateix i també amb els altres. Perquè sigui possible aquesta interconnexió cal tenir l'habilitat de sentir l'emoció en el mateix moment que s'origina i disposar de recursos que permetin identificar-la i gestionar-la. Codificar, posar nom, i expressar el que se sent valida la vivència emocional. Per això, és necessari augmentar el vocabulari emocional, sobretot el relacionat amb les emocions bàsiques —por, tristesa, ira, alegria i estimació— i practicar-ne la comunicació conscient.

L'habilitat de sentir i entendre les emocions i els sentiments d'un mateix, i d'emprar la informació que proporcionen per a orientar el pensament i les pròpies accions, és un pas vers la dimensió ètica, i facilita els aprenentatges que fan possible la regulació de la trobada amb "l'altre". La falta d'habilitat per a regular les emocions pot comportar greus trastorns personals i interpersonals, sobretot pel que fa a les emocions perturbadores com l'odi, la por, la gelosia o la humiliació, que són font de desplaer i conflicte. Aquestes emocions, però, no ens han de fer oblidar el valor d'altres més positives com l'alegria, l'entusiasme o la satisfacció, relacionades amb l'optimisme, l'esperança i la confiança, que proporcionen abundants beneficis personals i socials. Unes s'hauran d'aprendre a controlar i les altres s'hauran de fomentar.

Us proposem algunes activitats per a fer conjuntament amb tota la classe. L'objectiu és incrementar el vocabulari de l'alumnat en relació amb les emocions i els sentiments, perquè posteriorment el pugui emprar en totes aquelles situacions que requereixin parlar dels estats emocionals propis o d'altres persones. Se l'encoratjarà a associar els termes o el vocabulari amb situacions viscudes per tal d'afavorir la integració dels conceptes i es posarà èmfasi en fer que prengui consciència de la importància de reconèixer emocions i sentiments, i de saber-los gestionar adequadament per a afavorir el benestar personal i el creixement moral.



FITXES EMOCIONS I SENTIMENTS

AGRADABLES	DESAGRADABLES	FITXES VALORS
ALEGRIA, FELICITAT	RÀBIA, ODI	RESPONSABILITAT
CONTENTA	FURIÓS	TOLERÀNCIA
EMOCIONADA, DIVERTIDA	ENFADADA	SOLIDARITAT
SEGURA, CONFIADA	TRISTESA, DOLOR	RESPECTE
AMOR, TENDRESA	DESANIMAT, TRIST	COL·LABORACIÓ
AFFECTUÓS, AMORÓS	PREOCUPAT	CONVIVÈNCIA
GENERÓS, AMABLE	PLOROSA, MALHUMORADA	JUSTÍCIA
AGRAÏT	POR, PÀNIC	IGUALTAT
ESTIMAR I SENTIR-SE ESTIMAT	ESPANTADA, ALARMADA	LLIBERTAT
ENTENDRIDA	INDEFENS, TEMORENC	DIÀLEG
ALTRES	REBUIG, ANTIPATIA	
ENCURIOSIT	DESDENYÓS, HOSTIL	
RELAXAT, SATISFET	ALTRES	
TRANQUIL	CULPABLE	
	CONFÚS	
	IMPACIENT	

ACTIVITAT 1

Pengeu els pòsters en un lloc ben visible i deixeu una estona perquè la canalla els pugui observar. Tot seguit proposeu un comentari col·lectiu de les imatges, per a parlar dels personatges que apareixen, les situacions o escenes en què es troben, i dels sentiments que generen a cadascú els dibuixos observats.

A continuació mostreu les sis fitxes d'**emocions primàries**, comenteu-les si s'escau, i animeu els alumnes a buscar els personatges dels pòsters que els sembli que puguin estar experimentant-les més clarament. Després proposeu que cadascú parli d'alguna situació que hagi viscut en la qual recordi haver-se sentit com els personatges dels pòsters, indicant si els sentiments experimentats els resulten agradables o desagradables.



ACTIVITAT 2

Repartiu les fitxes amb els noms **d'emocions i sentiments**, de manera que cada noi i noia, d'un en un, les situï al lloc del pòster que consideri adequat i formuli una senzilla frase a partir del personatge al qual l'hagi assignat, utilitzant la paraula escrita a la fitxa (exemple: **"la noia del trapezi està contenta"**). A mesura que es desenvolupa l'activitat cal que intervingueu fent preguntes del tipus: **"Per què creus que se sent així?"**, **"recordes alguna ocasió en la qual tu t'hagis sentit de la mateixa manera?"** **"va ser agradable sentir-se així?"** **"per quins motius?"**, etc.

Disposeu de suports per a completar els pòsters amb altres estats emocionals que no estan contemplats a les fitxes. Per a fer-ho cal que escriviu els nous conceptes en trossos de paper i els poseu als suports.

Més endavant es pot repetir l'activitat demanant als nois i noies que pensin, sense mirar les fitxes, l'emoció o sentiment que els sembla que pot experimentar cada personatge. No cal que les emocions coincideixin amb les que us proporcionem, qual-sevol nova aportació que representi incrementar el vocabulari serà benvinguda. És important promoure el diàleg per a discutir les propostes i contrastar opinions.



La presa de consciència dels estats emocionals és molt important en l'educació en valors; de fet, els valors es construeixen i es solidifiquen quan s'experimenten sentiments positius envers ells. Per a habitar els nois i noies a tenir ben presents els sentiments propis i els aliens, és convenient formular-los sovint preguntes com ara: **"com et sents?"**, **"com creus tu que et sentiries en una situació similar?"**, **"com creus que es deu sentir una persona en una situació determinada?"**, etc. Això és especialment important a l'hora de parlar, d'afrontar situacions de tensió o d'assumir responsabilitats.



ALTRES ACTIVITATS

Amb els més grans podeu fer un exercici per a relacionar els valors amb els sentiments que motiven determinades conductes ètiques. Amb les **fitxes valors** podeu fer aquestes associacions sobre els pòsters, mentre discuteu entre tots com influeix cadascun d'aquests sentiments en la construcció de cada valor.

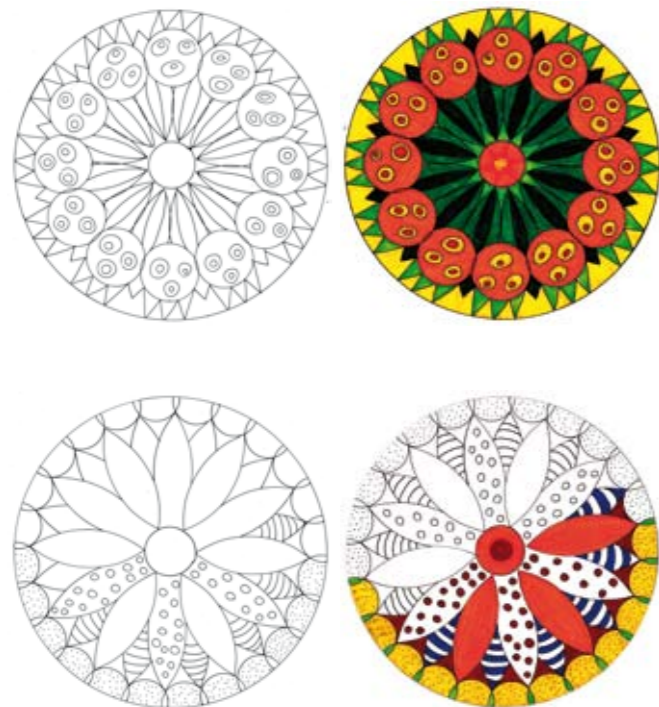
Als kits CONVIVÈNCIA i RESPONSABILITAT hi trobareu altres activitats (exercicis de resolució de conflictes, empatia, conductes responsables i gestió d'estats d'ànim) on es treballa la gestió de les emocions i sentiments per a afavorir la construcció dels valors ètics.

DIBUIXOS CENTRATS

26

El treball amb dibuixos centrats o mandales és especialment indicat per a afavorir la concentració i la relaxació. La seva pràctica continuada predisposa els nois i noies a un estat d'ànim adequat per a enfrontar-se a tasques que exigeixen atenció, esforç o perseverança. També els ajuda a centrar-se en ells mateixos. Diversos estudis neurològics han demostrat les virtuts d'aquesta tècnica que des de fa anys s'aplica amb èxit tant en el camp del training empresarial com en el món de l'educació.

La proposta consisteix en pintar dibuixos centrats, que no són altre cosa que dibuixos amb formes generalment seriades i repetitives que s'estructuren a partir d'un punt central. Els nois i noies també els poden completar amb nous elements o bé dibuixar-ne de nous..

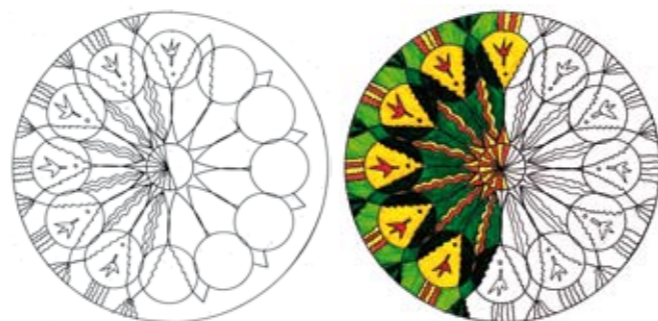


ACTIVITAT 1

Fotocopieu els dibuixos de les fitxes que us lliurem i deixeu que cadascú esculli el dibuix que més li agradi, per tal de pintar-lo. Ho poden fer amb llapis de color, retoladors, bolígrafs o altres materials que considereu adients (tèmperes, ceres toves, etc.).

Els experts en desenvolupar la pràctica de dibuixos centrats consideren molt important seguir aquestes pautes per a obtenir els resultats desitjats:

- Cal que sigui una activitat voluntària, no imposada (l'experiència indica que alumnes que inicialment no tenen ganes de participar, de seguida s'hi sumen en veure els seus companys treballar i gaudir).
- Cal fer-la amb molt silenci (sense música).
- Abans de començar a treballar és necessari explicar el sentit de l'activitat, preparar tot el material necessari i intentar crear un ambient tranquil.
- És bo que cada alumne pugui escollir el model que més li agradi (per tant caldrà tenir fotocopiats diversos models de manera que n'hi hagi suficients per a triar).
- Abans de començar un nou dibuix centrat cal haver acabat l'anterior.
- És molt important no treballar mai amb presses. Si els alumnes es cansen a mig fer o s'acaba el temps, cal plegar i reprendre l'activitat en un altre moment.



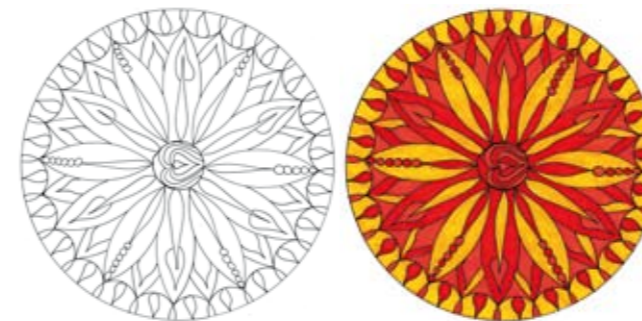
ACTIVITAT 2

Disposeu de cinc màquines que permeten a l'alumnat crear amb autonomia els seus propis dissenys de dibuixos centrats. Expliqueu-los com han de fer servir les màquines:

Cal que posin un full Din A4 en el suport i que fixin a sobre la roda que us proporcionem. Aquesta s'aguantarà gràcies a la força dels imants. A continuació han de fer una marca al paper, just al davant d'una fletxa per tal de tenir un punt de referència, i començar a resseguir la forma que desitgin amb un llapis, repetint-la tantes vegades com vulguin fent girar la roda una, dues, tres o més fletxes, fins a completar tota la volta. Després poden escollir una altra forma i continuar amb el mateix procediment fins a obtenir un dibuix que els complagui. També es pot continuar completant amb altres motius seriats dibuixats a mà alçada o fent servir qualsevol altre procediment que es consideri oportú.

És important que els nois puguin realitzar diverses proves abans de treballar en un model definitiu, tant per a descobrir totes les possibilitats de les màquines com per a tenir la possibilitat d'adquirir certa destresa en el maneig, qüestions ambdues que afavoriran que després treballin amb seguretat.

La tasca de crear dibuixos centrats proporciona material original del qual els nois i noies acostumen a sentir-se molt satisfets, però no sempre proporciona els efectes relaxants de l'activitat de pintura, i per tant cal diferenciar clarament les dues activitats.



Abans de començar demaneu als alumnes que pensin com se senten i ho escriguin darrera del dibuix, completant la frase: **"Abans de començar em sento..."** Al final torneu a fer-los la mateixa pregunta demanant-los que completin la frase **"En acabar em sento..."**

El temps que cal dedicar a l'activitat dependrà de cada grup i de les possibilitats que tingueu de flexibilitzar el vostre horari. Podeu provar l'exercici amb una sessió d'una hora i ajustar-lo segons l'experiència. És important no forçar el ritme perquè no es cansin ni hagin de córrer per acabar-lo. Sempre és preferible deixar l'activitat a mitges i reprendre-la més endavant, que no pas mirar d'acabar de qualsevol manera perquè falta temps.

Quan els alumnes ja tenen l'hàbit de pintar mandales es pot aprofitar com a recurs per a calmar el grup abans d'iniciar una activitat escolar (s'hi poden dedicar uns 10 minuts). També es pot oferir aquesta proposta, en un moment donat, a un alumne concret que presenti dificultats d'atenció o que mantingui una conducta no adequada.

El kit facilita també algunes fitxes amb dibuixos a mig fer per tal que els alumnes els puguin completar personalitzant-los al seu gust, afegint-hi per exemple nous elements geomètrics i decoratius.

27



INTERIORITZACIÓ

28

Com a complement de les activitats del kit, el CD conté la gravació de dues pràctiques de visualització. Són petits relats per a escoltar amb els ulls tancats mentre els infants estan asseguts a la cadira dintre de l'aula. Aquesta pràctica agrada molt a la mainada i li proporciona un espai de recolliment per a interioritzar alguns dels aspectes treballats, en un entorn tranquil i relaxant.

La neurobiologia corrobora la utilitat d'aquest mètode. Les representacions mentals són gairebé tan eficaces com les experiències reals, pel que fa a la reconfiguració de l'estructura cerebral. Visualitzar vol dir imaginar, veure mentalment persones, objectes, escenes, etc., no d'una manera discursiva, sinó dirigint la mirada a l'interior, concentrant-se en la recreació d'imatges i d'estímul relacionats amb tots els sentits, intentant sentir sons, olors, sensacions tàctils, etc. Aconseguir imaginar a voluntat colors, sons, formes i accions ajuda a apaivagar la ment i proporciona relax i tranquil·litat.



Quan es fan de manera continuada, els exercicis de visualització proporcionen un recurs important per a descarregar tensions, afrontar les pors, millorar l'autoestima i encarar situacions desagradables. Les visualitzacions també contribueixen a desenvolupar la imaginació i la capacitat de pensar en el futur, un aspecte que esdevé molt important en l'exercici de la responsabilitat.

Si mai no heu fet activitats d'aquesta mena, és interessant que vosaltres practiqueu alguna visualització abans de treballar-la a classe amb els alumnes, per a poder entendre millor la naturalesa i les virtuts d'aquesta pràctica.



ACTIVITAT

La locució de les visualitzacions està gravada en el CD amb acompanyament de música i efectes sonors. Només cal disposar d'un aparell de música a la classe i posar-lo en funcionament quan tots els alumnes estiguin ben callats i en un ambient relaxat.

Si ho creieu més convenient podeu llegir vosaltres mateixos les visualitzacions, seguint les indicacions de les fitxes de lectura. Cal que el ritme de lectura sigui molt pausat i deixar espais de silenci perquè els nois i noies tinguin temps de visualitzar les imatges i situacions que es descriuen.

Un cop acabat l'exercici, o bé quan ho considereu oportú, podeu establir un diàleg per a comentar l'experiència, fent preguntes als alumnes que els estimuli a expressar la seva opinió o els seus sentiments sobre allò que han visualitzat i també sobre com s'han sentit. Animeu-los a descriure com s'han imaginat un paisatge o una determinada situació, a parlar dels sentiments que els han vingut durant el procés, a explicar vivències relacionades, etc. És important que tothom pugui participar de forma voluntària i no obligar ningú a parlar si no ho desitja. Cal evitar qualsevol comentari crític.

29

També podeu proposar-los que dibuixin alguna situació o element que hagin imaginat durant la visualització i que els vingui de gust.

Amb tota probabilitat els comentaris dels alumnes donaran peu a relacionar alguns sentiments o sensacions amb la construcció dels valors que s'estan treballant, com el d'autopacificació. És oportú que aprofiteu aquestes ocasions per a ajudar els nois i noies a prendre consciència d'aquest procés.

A la bibliografia trobareu alguns reculls de visualitzacions per a poder ampliar el repertori que proporciona el kit.

VISUALITZACIONS IDENTITAT



EL MAR

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

Imagina que estàs en una platja de sorra blanca i suau. El mar té un color blau intens. El sol ho omple tot de llum i amb els seus rajos daurats t'escalfa la pell.

T'asseus a la sorra per a escoltar el soroll de les onades que vénen i van... Aquesta remor et relaxa i t'omple de tranquil·litat.

Agafa aire lentament pel nas: quina olor de mar! Sent com se t'omplen els pulmons d'aquesta olor.

Lentament deixa anar l'aire pel nas. Fixa't que les ones vénen i van, es mouen al mateix ritme que els teus pulmons quan respires. Agafes aire... i el treus...

S'apropa una onada que comença a créixer. Agafa aire pel nas i nota com els pulmons se t'inflen amb força. A poc a poc van creixent... Mira com l'onada es desfà a la sorra mentre treus lentament l'aire pel nas.

Veus una altra onada que ve de lluny. Agafa aire pel nas i respira amb l'onada. Ella va creixent com els teus pulmons, a poc a poc.

Treu l'aire pel nas i escolta el soroll que fa... És com el so de l'ona quan es desfà a la sorra de la platja.

[pausa]

Sents una agradable escalfor a la pell. Hi ha unes quantes gavines que juguen alegres mentre volen en el cel blau.

Després de respirar amb les onades et sents molt bé. Notes el teu cos més lleuger i amb més energia.

Aquesta platja és teva i pots tornar-hi sempre que vulguis. Quan estiguis nerviós, enfadat o trist, pots venir-hi i deixar que les onades t'ajudin a relaxar-te per a sentir-te millor.

Amb un gran somriure als llavis t'acomiades de les ones, el sol, la sorra, les gavines i tot el teu mar tan especial.

[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<<>>>) Ara ja pots obrir els ulls.

LA COVA

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

Imagina que camines per una muntanya plena d'arbres molt alts i de flors de tots colors. El vent suau remou les branques dels arbres i fa ballar les flors. T'arriba l'olor que desprenen i això et fa sentir bé.

Mires amunt i veus una cova. T'hi acostes caminant i quan estàs molt a prop t'adones que a dintre hi ha alguna cosa que es mou.

De cop i volta veus un conill blanc que treu el cap per mirar-te. Surt de la cova i s'asseu al teu costat. El seu pèl és com de cotó fluix. Mou el musell amunt i avall mentre et fa una rialla.

Et diu que ha vingut fins aquí per recordar-te una cosa. El mires amb sorpresa i li demanes què és el que et vol recordar. Amb la pota assenyala la cova i et diu que hi acostis l'orella per escoltar. De cop i volta sents la teva veu dient "sóc amable", "sóc alegre", "sóc responsable".

El conill somriu i t'explica que a vegades t'oblides de totes les coses bones que tens. No només per fora, sinó per dintre.

Tens una sensació molt agradable. Fas una respiració ben llarga i segueixes pensant en coses bones de tu.

[pausa]

Ara et sents més feliç i estàs més a gust amb tu mateix.

El conill et mira i somriu. Et diu que sempre que ho necessitis pots venir a la muntanya.

[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<<>>>) Ara ja pots obrir els ulls.

KIT CONVIVÈNCIA



GUIA D'ÚS DELS KITSKAIXA VALORS



EMPATIA
24 FITXES
50 PINCES



EMPATIA
4 PÒSTERS



RESOLUCIÓ DE CONFLICTES:
10 PLANTILLES (5 MODELS DIFERENTS)



TREBALL COL·LABORATIU
5 maletins amb:

2 -RODONA	16 -RECTA 6	4 -CONNECTOR TUB BLANC
2 -QUADRADA	2 -CORBA	8 -PINCES
4 -TUB BLANC	3 -CORDILLS	2 -CLIPS
8 -RECTA 2	24 -CARGOLS	8 -PEÇA T
8 -RECTA 3	24 -FEMELLES	4 -PEÇA L



COMPLEMENTS
1 CD
EL DINOSAURE DE DANIEL
EXERCICIS D'INTERIORITZACIÓ: TAMBORS, L'AMIC
GUIA D'ÚS PDF
MATERIALS DELS 3 KITS PER IMPRIMIR PDF

EMPATIA

L'empatia és la capacitat personal de connectar amb els sentiments i emocions d'una altra persona i de comprendre els seus arguments i punts de vista. És el que popularment es defineix com "posar-se a la pell d'un altre". L'empatia té dos components: un d'emocional i un altre de cognitiu. La veritable empatia inclou ambdós components.

L'empatia és l'ingredient decisiu per a desenvolupar conductes socials positives i una condició indispensable per a la construcció d'una personalitat moral. En contribuir al desenvolupament de l'empatia afavorim el creixement del judici i de l'acció morals.

La base de la capacitat empàtica consisteix a adonar-se de què senten els altres sense necessitat que ens ho diguin. S'hi arriba per la lectura del que succeeix i pels indicis expressius, els components no verbals, que reflecteixen els sentiments. L'habilitat per a captar aquesta forma de comunicació parteix d'una educació emocional bàsica, com la competència en connectar amb les pròpies emocions i la possibilitat de gestionar-les. Sense la capacitat d'adonar-nos dels nostres propis sentiments, o d'impedir que ens desbordin, no es pot arribar a establir contacte amb l'estat d'ànim de les altres persones. *Perquè jo conec el que sento puc sentir el que tu sents.*

Us presentem algunes activitats col·lectives que pretenen ajudar els alumnes a entendre el significat de l'empatia, convidant-los a posar-se en el lloc de l'altre, cognitivament (sé què pensa i què sent) i emocionalment (sento el que sent). Es vol, per tant, potenciar el desenvolupament de la capacitat empàtica, prenent com a punt de partida un conte original que cal escoltar al principi del treball, del qual s'extreuen quatre situacions per a ser analitzades en grup.



ACTIVITAT 1

Escolteu tots junts el conte **El dinosaure d'en Daniel** que teniu gravat al CD-ROM. En la gravació, els matisos de veu de cadascun dels personatges esdevenen un aspecte especialment important, a partir del qual es treballarà amb els alumnes. És per això que no aconsellem reemplaçar l'audició per la vostra lectura, tot i que podria ser una alternativa.

Després de sentir el conte comenteu-lo amb tot el grup, assegurant-vos que tothom ha entès bé l'argument i els detalls de la narració. Si cal podeu tornar-lo a escoltar fins que a tothom li quedi ben clar.

A continuació pengeu els quatre pòsters en un lloc ben visible i comenteu les escenes que hi apareixen, tot relacionant-les amb el conte. Formeu, a ser possible, vuit grups per tal que dos grups treballin alhora cadascuna de les escenes dels pòsters. El que han de fer és escollir un personatge del pòster (cada grup un de diferent) i contestar les preguntes de la part superior, després de discutir-les entre ells.



Assegureu-vos primer que entenen bé el significat de les preguntes. Podeu comentar-les amb els alumnes abans de començar pròpiament el treball en grup fent referència als aspectes que us indiquem a continuació:

A. Com li sentiu la veu?:

Es tracta que comentin quin és el volum, l'entonació, el to i les inflexions de la veu.

B. Com veieu el personatge?:

Cal que es fixin en l'expressió de la cara, la postura del seu cos, els gestos, la mirada, etc.

C. Què està passant?:

Han de fer una breu descripció de la situació, des de la perspectiva del personatge escollit.

Per a contestar, cal que utilitzin els trossos de paper que resulten de tallar un Din A4 en vuit trossos. Un cop escrites les respostes, feu que les penjin als pòsters amb les pinces. Les fitxes dels diferents grups es poden posar juntes a la mateixa pinça.



Un cop hagin acabat aquest treball en grup, proposeu-los que continuïn contestant, de forma individual, les preguntes que apareixen a la part inferior dels pòsters, utilitzant el mateix procediment (papers tallats i pinces).

Cadascuna d'aquestes preguntes té un objectiu concret:

D. Què creus que pensa el personatge?:

Promoure la projecció de la pròpia interpretació de la situació.

E. Com creus que se sent el personatge?:

Estimular la projecció dels sentiments propis en una altra persona.

F. Com t'has sentit en una situació similar?:

Possibilitar la connexió amb els sentiments aliens, a partir d'experiències prèvies.

Finalment cal fer una posada en comú per a recollir i comentar totes les respostes penjades als diferents pòsters. Llegiu-les ordenadament per a poder-les comparar i comentar entre tots. Intenteu que els alumnes no emetin judicis i assegureu-vos que hagin fet l'exercici de posar-se en el lloc dels protagonistes de la història, connectant amb ells emocionalment.

Després de la posada en comú pot ser interessant tornar a escoltar el conte i intentar que els nois i noies es posin "en la pell" de tots els personatges. Seguidament podeu plantejar algunes preguntes per a continuar el diàleg al voltant del conte, com ara: "Quines accions són decididament prosocials?",



"quines actituds seria convenient modificar per a millorar la convivència?", etc. I aprofitar també per a comentar els valors que posa en joc cadascun dels personatges del conte.

Disposeu també d'un conjunt de fitxes amb possibles respostes a les preguntes de la part superior dels pòsters, que podeu fer servir per a dinamitzar l'activitat d'altres maneres.



ACTIVITAT 2

Utilitzeu l'esquema de treball de l'activitat anterior i reproduïu-lo en altres situacions, tant imaginàries com reals, ja que és interessant repetir l'exercici empàtic per a mirar de connectar amb una diversitat de situacions i personatges. Podeu copiar per exemple a la pissarra les preguntes que apareixen als pòsters i pautar a partir d'elles l'anàlisi d'altres situacions que cregueu convenientes.

Amb el temps els alumnes s'aniran acostumant a fer, de forma conscient, una lectura global de les situacions llegint els missatges no verbals i a desenvolupar la capacitat de posar-se i sentir-se en el lloc dels altres, tasca fonamental per a desenvolupar el valor de la convivència.

CONTE EMPATIA

EL DINOSAURE D'EN DANIEL



El Dino era un dinosaure de goma de la mida d'una pilota. Tenia ulls ametllats, braccets de nadó i una boca riallera, plena de dentetes punxegudes, que feien que l'estimessis com si fos un cadell. Quan en Daniel era més petit, el Dino havia estat el protagonista dels seus jocs: sempre el duia al parc, dormia i es banyava amb ell, i no el deixava anar ni per a seure a l'orinal. Fins i tot li havia tatuat el seu nom a la panxa. Però en una neteja a fons de l'habitació, sa mare l'havia llençat a les escombraries, pensant que feia temps que en Daniel no hi jugava.

—Què heu fet? El Dino era meu!!! Per què l'heu llençat?

—Va Daniel, no et posis així...

Havia estat una errada imperdonable, però ja no tenia remei. Així que son pare va dir:

—Només era una joguina vella.

Evitant mirar-li als ulls, afegí:

—Estava gastat i descolorit. I gairebé no hi jugaves.

—Vull el meu Dino! És meu, torneu-me'!

El pare i la mare van assegurar que aviat se n'oblidaria, però el nen va cridar:

—Això no és veritat!!! —i es va tancar a la seva habitació amb un cop de porta.

Al cap de dos dies era diumenge. La cosina Marta va anar a jugar amb en Daniel i quan va saber el que havia passat amb el Dino es va disgustar molt:

—Que el van llençar a les escombraries? Però... —a ella també li encantava aquell ninot, quantes hores s'havia passat el Dino assegut al seu costat, mentre en Daniel i ella llegien contes o miraven plegats alguna pel·lícula per televisió!— has de fer-hi alguna cosa, Daniel! No pots deixar que el Dino...

—I què vols que hi faci?

—Parla amb el Ferralla, el drapaire! Fes que el busqui. Aconsegueix que te'l torni, sisplau...

En Daniel va mirar la seva cosina com si acabés de tornar-se un marcià:

—Tu ets boja o què? Diuen d'aquest drapaire que, quan va desaparèixer aquell nen... te'n recordes? Bé, doncs que ... que ell hi va tenir alguna cosa a veure! Aquest paio és perillós...

—Però ho troba tot. Pot fer màgia i, si realment ho desitges, et torna les coses que se t'han perdut...

—No em diràs que encara creus en aquestes bajanades? Ha, ha, quina bestiesa!

La Marta es va posar més vermella que un tomàquet, però va contestar que, si allò eren bajanades, tant li feia.

—Cada dissabte passa per davant de casa meua, li podríem preguntar. No hi perdem res per intentar-ho! Sisplau, Daniel...

—Béeeee, d'acooooord, ja vindré.

Però el dia acordat, en Daniel no s'hi va presentar. La Marta es va passar tot el matí espiant el carrer des d'una finestra. I quan va veure aparèixer el llòbreg perdulari, amb el seu carret carregat amb una pila d'andròmines que havia acumulat, va baixar corrents per les escales, va creuar el portal i va cridar:

—Se-senyor, esperi senyor!

El Ferralla va roncar com un gos enfadat i va continuar caminant cap al contenidor de reciclatge. Un cop allà, es va posar a examinar el que la gent hi havia llençat: un tamboret plegable, una impressora avariada, uns quants pots de pintura...

—S-senyor! —va tartamudejar la Marta, quan el va atrapar — P-per casualitat, ... la setmana passada, ...n-no haurà trobat vostè un di-dinosaure?

Llavors l'home es va girar bruscament i, de sobte, la cara plena d'arrugues del Ferralla es va apropar molt a la de la nena. Ensenyant una filera de dents desiguals del color dels caramels, va exclamar:

—Un dinosaure? Sí, i tant! En tinc un a casa, però és més gran que una muntanya i, malauradament, no m'ha pogut acompanyar aquest matí. Fot el camp, si no vols que el porti perquè se't mengi!

La Marta continuava tremolant de por, però no es va fer enrere:

—J-jo vull dir un dinosaure d-de joguina. És de goma: així, de la mida d'una pilota.

—Ah, "aquest"! També el tinc, però no te'l puc donar.

—Per què no?

—Perquè no és teu.

—Però és d'un cosí meu i t-té el seu nom gravat a la panxa.

—El nom del dinosaure?

—No, el del meu cosí: es diu Daniel.

Remugant, el Ferralla es va posar a remenar les andròmines que duia al carret amb un ganxo i, de cop, uns ulls marrons preciosos van aparèixer entre el munt d'andròmines. La Marta va cridar:

—És aquí!

El Ferralla va haver de desentortolligar uns quants filferros. Després va estirar el Dino i, mirant-lo molt de prop, va comentar:

—És aquí! En una cosa tens raó, té el nom de Daniel gravat a la panxa. Però continuo sense poder-te'l donar.

—Per què? Però... aquest dinosaure és molt important per al meu cosí!

—De debò?

—Sí...

—Doncs si tant t'interessava a aquest teu cosí hauria d'haver vingut ell a buscar-lo, o sigui que... ja pots fer via!

La Marta va fer una darrera mirada al pobre Dino i va sospirar. Va acotar el cap, li va clavar un cop de peu a una pedreta que hi havia a terra, va tombar-se molt

lentament i va començar a caminar de tornada cap al portal de casa seva. Però abans que tingués temps de donar més de tres passes, el vell va cridar:

—Espera un moment! —el Ferralla havia tornat a examinar la panxa del Dino: no l'havia guardat—. Tu et dius Marta?

—Com ho sap?

—Agafa això i deixa'm en pau!

La Marta va rebre el ninot amb un cop al pit. El va abraçar i va apretar a córrer cap a casa, cridant:

—Moltíssimes gràcies, senyor!

L'endemà la nena va tornar, com cada diumenge, a casa d'en Daniel. Duia el Dino amagat en una bossa perquè li volia donar una sorpresa. Però quan va entrar a la seva habitació, el va trobar molt entretingut amb una altra joguina. El seu cosí ni tan sols li va preguntar si havia vist el drapaire, i quan la Marta li va voler explicar la manera com l'havia anat a buscar i com n'havia estat de valenta perseguint-lo i parlant-hi, en Daniel li va etzibar que no valia la pena anar pel carrer posant-se en evidència per un caram de dinosaure de goma:

—El Ferralla és un... un... un indesitjable. I de tota manera els meus pares ja m'han comprat una cosa molt millor. Què dus aquí?

—No res, deixa-ho córrer...

La Marta va intentar apartar la bossa, però el seu cosí l'havia agafada i els ulls ametllats i el tendre somriure del Dino van sortir, fent que el nen exclamés:

—L'has trobat!? És el Dino, el meu Dino...!

—Ja no.

—Com que no?

—El Ferralla hi ha fet... un canvi: mira-li la panxa.

En Daniel va obeir. I es va quedar bocabadat!

—P-però... això no pot ser!

On sempre hi havia hagut el seu nom, ara hi havia aparegut el de la seva cosina: Marta.

TREBALL COL·LABORATIU

40

La conducta col·laborativa és una capacitat social molt important i comporta una actitud en la interacció entre persones on cadascú es fa responsable de les seves accions, incloent-hi l'aprenentatge i el respecte de les habilitats i contribucions dels iguals. La seva pràctica afavoreix l'acceptació de tots els companys i companyes, estimula conductes d'ajut i, en conseqüència, relacions més positives. Per tant, promou valors desitjables per a la convivència. Qui ajuda rep l'estima de qui és ajudat. A nivell individual s'aprèn a capitalitzar les pròpies habilitats i a compensar les limitacions.

Perquè es pugui realment desenvolupar un treball col·laboratiu cal:

- Tenir un objectiu, una fita comú.
- Possibilitar que tots els membres puguin fer aportacions amb èxit.
- Responsabilitzar tot el grup de l'assoliment dels objectius proposats i deixar de banda les responsabilitats individuals.

L'objectiu d'aquesta activitat és promoure el treball en grup per tal de practicar i millorar procediments de treball col·laboratiu. L'èxit de la tasca que es proposa (realitzar una construcció) només es pot assolir amb la participació consensuada i coordinada de tots els membres. En aquesta pràctica és més important valorar el procés desenvolupat per tots els integrants del grup i l'esforç col·lectiu esmerçat en la consecució de l'objectiu, que no pas el resultat final obtingut.



ACTIVITAT

Organitzeu cinc grups heterogenis procurant que el nivell, la personalitat i la manera de fer dels membres no sigui massa diferent. Repartiu a cada grup un malefí amb peces de construcció i deixeu-los experimentar i descobrir les possibilitats dels materials una estona.

Mentre ho fan, escriviu a la pissarra les següents orientacions:

1. Fer servir el nom per a adreçar-se a les companyes i companys.
2. Mirar a qui es parla i practicar l'escolta activa.
3. Participar i procurar que tots els del grup participin.
4. Posar-se d'acord per a prendre decisions.
5. Oferir el màxim de les pròpies capacitats i habilitats.
6. No jutjar negativament les limitacions de ningú.

Comenteu-les amb els alumnes i demaneu-los que les respectin mentre treballen junts. Indiqueu-los també que valoreu més la capacitat de treball en equip que l'obra que construeixin. A continuació proposeu que cada grup faci una obra lliure amb les peces de construcció que els heu repartit.

Caldrà que primer es posin d'acord sobre allò que volen fer i s'organitzin per a dur-ho a terme en un temps determinat (el que vosaltres fixeu). En finalitzar, hauran d'escriure en una fitxa de paper els noms dels autors i el títol de l'obra.



41

Un cop acabada l'obra, cada grup presentarà davant la resta de companys de la classe el seu treball, comentant què s'han proposat fer i com s'han organitzat per a prendre decisions. Serà interessant que també comentin les dificultats que hagin sorgit per a posar-se d'acord.

És important també promoure la reflexió individual, un cop acabat l'exercici en grup, per això suggerim que cada alumne ompli una fitxa valorant les consignes inicials o habilitats col·laboratives que se'ls ha demanat que respectin en el transcurs de l'activitat, així com també el grau de satisfacció personal assolit.

Pot ser interessant repetir l'activitat en diversos moments, canviant la composició dels diferents grups de treball. També podeu suggerir algun tema en concret (que construeixin un vehicle, un edifici, etc.) o posar-los alguna condició com haver d'utilitzar totes les peces o haver d'aconseguir la màxima alçada, etc. Finalment podeu proposar fer una construcció col·lectiva de tota la classe on s'integrin els treballs elaborats per cada equip (per exemple fer un parc d'atraccions).

En realitat el més interessant seria mirar de seguir les consignes del treball col·laboratiu en qualsevol tasca que es realitzi a l'aula, tant si està relacionada amb activitats d'ensenyament-aprenentatge com si es tracta d'activitats de joc.

RESOLUCIÓ DE CONFLICTES

Els conflictes són un fenomen natural de les relacions humanes, inherents a la convivència. Ensenyar a situar-se davant del conflicte d'una manera activa, en comptes de reactiva, afavoreix unes relacions harmòniques, necessàries per a una educació per a la convivència i la pau. Així entès, doncs, el conflicte és un element més d'educació per a ensenyar i aprendre a actuar de manera no violenta, a través del diàleg i el consens.

Disposar d'espais i eines que permetin abordar i resoldre els conflictes amb creativitat i satisfacció, a través de situacions simulades, facilitarà, posteriorment, afrontar millor els conflictes reals. En un clima sense crispacions es pot aprendre a analitzar les situacions de conflicte i a desenvolupar idees creatives i justes de resolució.



Les reaccions bàsiques quan ens sentim amenaçats o en perill són de fugida o atac. Sovint aquest tipus de resposta es va mantenint a falta d'altres referents. En practicar procediments o estratègies de resolució de conflictes a partir de situacions hipotètiques serà més fàcil que quan aquests apareguin, en la vida real i diària, es produeixin, de manera espontània, conductes resolutives i no agressives. Aprendre a aturar-se, a tranquil·litzar-se, a gestionar les emocions implicades i a respondre de manera constructiva i justa és, doncs, la principal tasca de l'educació en el conflicte.

Sugerim activitats per a practicar individualment, o en petits grups, procediments o estratègies de resolució de conflictes, partint d'un senzill esquema que proposa una sèrie de passos a seguir. L'exercici pretén estimular la capacitat d'imaginar de forma creativa diverses solucions a un mateix problema i la capacitat de valorar després les conseqüències de cadascuna de les solucions. Finalment caldrà seleccionar amb criteri aquella solució que es consideri més justa i que satisfaci raonablement i equitativament els interessos de les parts implicades.

PLANTILLES RESOLUCIÓ DE CONFLICTES

CONFLICTE 1

A l'escola hi ha una noia que et sembla "una mica rara". Normalment va bastant a la seva. És discreta i més aviat callada.

Darrerament hi ha una colla d'amigues i amics teus que han començat a ficar-se amb ella i només li troben defectes. Sovint la insulten, li fan males passades i l'exclouen dels jocs.

Alguna vegada tu també has rigut amb aquestes bromes, però avui has vist la noia plorant desconsolada. Ara penses que no és just maltractar algú només per passar l'estona o perquè no cau bé a alguns dels líders de la classe.

Què penses que podries fer per resoldre la situació?

CONFLICTE 2

Quan arribes a casa t'agrada jugar, veure la tele i normalment deixes els deures per després. Darrerament no tens prou temps i has de fer els deures a corre-cuita. Els teus pares comencen a estar enfadats amb el teu comportament.

Avui tens un joc nou i et fa molta il·lusió jugar-hi, però els teus pares et diuen que primer has de fer els deures i després hauràs d'ajudar-los. Calcules que quan acabis ja serà hora d'anar a dormir.

A tu et sembla injust que els pares no entenguin la il·lusió que et fa el nou joc, però també entens que estiguin una mica enfadats.

Com creus que ho podries solucionar?

CONFLICTE 3

A mig curs arriba a la classe un noi nou i li costa integrar-se al grup. Se'l veu tímid, parla poc i ningú no li fa gaire cas. A l'hora del pati s'asseu en un banc o bé camina d'un lloc a l'altre mentre us mira com jugueu.

Algú proposa de convidar-lo a jugar amb vosaltres, però hi ha qui s'hi oposa fermament perquè diu que el noi nou no coneix els jocs, que és un noi avorrit i farà que tots us avorriu.

Què penses fer al respecte?

CONFLICTE 4

Cada cop que sortiu d'excursió en autocar, gairebé tots us voleu asseure als seients del darrere, perquè és més divertit. A l'hora de pujar a l'autocar tothom s'empenta per arribar-hi primer i sempre s'acaba en baralles.

Demà tornareu a anar en autocar i ja heu començat a discutir-vos per veure qui es podrà asseure als llocs del darrere. N'hi ha que creuen que tenen més dret perquè ho han dit abans.

Com et sembla que us podeu entendre per solucionar el conflicte?



CONFLICTE 5

Un company amb qui no tens gaire relació et deixa un joc durant una estona. Mentre estàs jugant algú et dóna una empenta sense voler, amb tanta mala sort que el joc et cau a terra i s'espantilla.

No saps què fer i penses que no és culpa teva que el joc s'hagi fet malbé. Tens por que el company que te l'ha deixat s'enfadi amb tu.

Com et sembla que actuaries en aquest cas?

ACTIVITAT 1

Feu grups de dos o tres alumnes i repartiu a cadascun una de les deu plantilles. Com que hi ha cinc conflictes diferents, si les repartiu totes, sempre hi haurà dos grups que treballaran simultàniament per resoldre un mateix cas.

En primer lloc cal que els membres de cada grup llegeixin atentament el conflicte que els hagi tocat, i procurin identificar-se amb una de les parts implicades.

A continuació feu que posin un full de paper a la plantilla i que mirin de respondre breument a les preguntes que apareixen a les finestres, després de discutir les respostes entre ells. Cadascuna d'aquestes preguntes té un objectiu diferent:

Quin és el problema?

Contribuir a la identificació del conflicte centrant-se en el problema i no en les persones.

Quines són les causes?

Ajudar a pensar en diferents hipòtesis sobre l'origen del problema sense intentar buscar culpables.

Com ess senten els altres?**Com em sento jo?**

Propiciar la identificació dels sentiments propis i aliens que estan darrere del problema.

Un cop identificat el problema, animeu la canalla a buscar solucions imaginatives i a valorar-ne les conseqüències de cadascuna per a poder escollir després la que sembli més adequada per a resoldre el problema.



En la plantilla us proporcionem una colla de possibles solucions que poden servir de model i que també poden ajudar els nois i noies a enunciar-ne de noves. Un cop hagin dedicat una estona a pensar en altres possibles solucions, demaneu-los que n'escullin quatre, aquelles que considerin que poden funcionar millor, bé d'entre les que apareixen a la plantilla o bé de les que ells hagin enunciat.

Tot seguit caldrà que emprin la plantilla per a omplir els requadres de les finestres que apareixen, a continuació dels anteriors:

Si faig...

Escriure les quatre possibles solucions que hagin triat.

Passarà...

Escriure les possibles conseqüències i els sentiments implicats, de cada solució. És convenient que n'analitzin cada una per tal d'identificar aquelles que suposen ésser tolerants, voler col·laborar o ésser respectuosos, i diferenciar-les d'aquelles en les quals s'abusa, s'humilia o s'enganya.



Escriure el número de la que es consideri la millor alternativa, de les quatre triades inicialment, per a resoldre el problema.

Un cop tots els grups hagin acabat d'omplir les caselles de la plantilla, hauran d'exposar a la resta de la classe el procediment que han seguit i la solució que proposen

ACTIVITAT 2



per a resoldre el conflicte a partir del qual hagin treballat. Entre tots es discutiran i valoraran les solucions escollides.

En aquest punt serà important la vostra intervenció per a ajudar els alumnes a discriminar allò que és correcte i raonable d'allò que és injustificable. Feu-los pensar sobre el fet que cal que la solució que hagin triat beneficiï tothom o el màxim nombre de persones, i per tant que sigui justa, i que es pugui realment dur a terme. Serà important també que ells la considerin realment valuosa i, per tant, creguin sincerament que la proposta esdevé una solució adequada per a resoldre el problema plantejat en benefici de totes les persones implicades.

Durant el procés de resolució de conflictes es posen en joc una colla de valors, que seria interessant identificar per a poder-los comentar, especialment amb els alumnes més grans.

Després de practicar procediments de resolució de conflictes imaginaris, com els que us hem proporcionat, cal fer servir les plantilles per a resoldre problemes reals que es plantegin a la convivència diària. En aquests casos, les implicacions emocionals seran probablement intenses i caldrà fer esforços per a trobar solucions justes i consensuades entre les parts implicades. Serà important posar per escrit els acords als quals s'arribi, i assegurar que tothom els accepti i que, per tant, tothom es comprometi a respectar-los. Finalment, caldrà veïllar perquè es compleixin.



INTERIORITZACIÓ CONVIVÈNCIA

Veure activitat INTERIORITZACIÓ AL KIT IDENTITAT (pàg. 28)



TAMBORS

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

Imagina't que estàs a l'Àfrica passejant per un bosc amb arbres molt grans. És una tarda assolellada i fa calor. Els rajos de sol brillen entre les branques dels arbres.

Escoltes el so dels ocells que volen pel cel. Per tot arreu hi ha plantes amb flors de colors i la seva olor et fa sentir bé.

Trobes un camí de terra i comences a caminar...

Lluny, escoltes el so d'uns tambors. T'hi acostes a poc a poc.

Darrere d'unes mates veus un grup de nois i noies que ballen fent una rodona. Al centre hi ha els músics que toquen amb força els tambors. Tots estan alegres i s'ho passen molt bé.

Sense adonar-te'n comences a moure els braços i les cames seguint el ritme de la música.

Un noi del grup et veu, et saluda. Sembla molt content. Se t'apropa corrents, t'agafa de la mà i et porta cap al grup, mentre et diu coses en un idioma que no entens.

I, de cop i volta, et trobes allà enmig, movent-te al ritme dels tambors, ballant amb ells i t'agrada. Tots rieu i us sentiu molt feliços. No us fan falta paraules per saber que us heu fet amics.

[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<>>) Ara ja pots obrir els ulls.

L'AMIC

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

Imagina't que estàs de vacances i fa un dia fresc, però amb molt de sol. Estàs jugant al parc amb les teves amigues i amics. Us esteu divertint i el temps passa volant.

D'aquí a dos dies serà el teu aniversari i convides tothom a una festa que faràs a casa teva.

En Rubén és el vostre nou company, que ha vingut d'un país llunyà. Us ho passeu bé amb ell preguntant-li coses del seu país i a vegades us ensenya jocs nous que no coneixíeu.

En Rubén comenta que ell també fa anys d'aquí a dos dies i us poseu a riure, perquè us fa molta gràcia tanta coincidència. Però de cop i volta queda ben callat i el somriure desapareix de la seva cara.

Li preguntes què li passa, però ell abaixa el cap i es posa una mica vermell. Al cap d'una estona et comenta en veu baixa que a ell també li agradaria convidar els amics a una festa, però la seva casa és

petita i amb prou feines hi caben les dues famílies que hi viuen... Li vols dir alguna cosa, però ell se'n va corrents.

Al vespre dones voltes al llit i et costa dormir. Penses en el teu amic. Te l'imagines havent de compartir l'habitació amb els seus pares i germans...

[pausa]

Vas corrents a l'habitació dels teus pares i els demanes que et deixin convidar la família del Rubén per celebrar junts una gran festa d'aniversari. Als teus pares els sembla molt bé la teva idea i et fan una gran abraçada.

L'endemà et lledes molt d'hora i surts corrents de casa per anar a buscar el Rubén. Li expliques la teva idea. El teu amic es posa content i somriu amb satisfacció.

El Rubén et diu que li demanarà a la seva mare que faci un gran pastís de xocolata típic del seu país.

Et sents bé veient la felicitat del teu company. T'adones que és molt agradable poder ajudar els altres.

Segur que aquesta serà una gran festa!

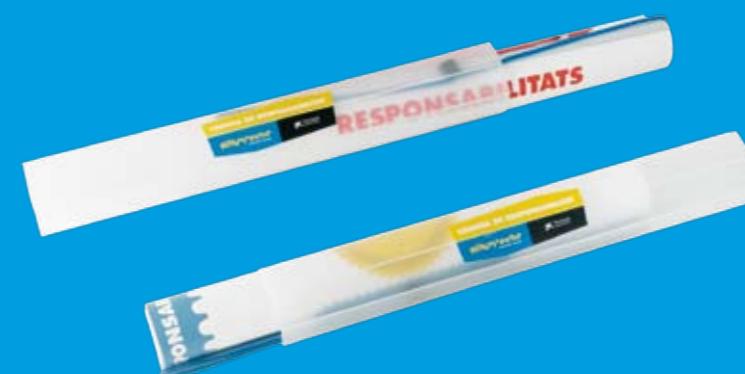
[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<>>) Ara ja pots obrir els ulls.

KIT RESPONSABILITAT



GUIA D'ÚS DELS KITSKAIXA VALORS



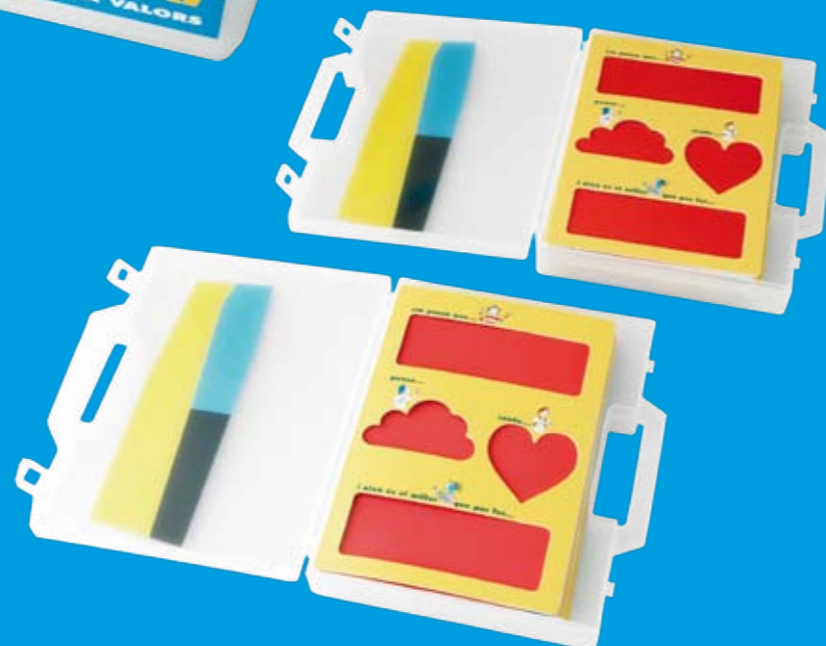
CADENA DE RESPONSABILITAT

1 PÒSTER RESPONSABILITATS
1 PÒSTER MÀQUINA DE LA RESPONSABILITAT



CADENA DE RESPONSABILITAT

25 FITXES 'EXEMPLES DE RESPONSABILITATS'
9 FITXES EXEMPLES DE MÀQUINA DE LA RESPONSABILITAT
10 FITXES ALTRES EXEMPLES
50 PINCES



GESTIÓ D'ESTATS D'ÀNIM

(2 maletins)
20 PLANTILLES



CONSUM D'AIGUA

3 MODELS DE FITXES PER FOTOCOPIAR
8 PECES DE REFRANYS I ESLÒGANS DEL CONSUM D'AIGUA



COMPLEMENTS

1 CD
EXERCICIS D'INTERIORITZACIÓ: EL GRILL, EL VEÍ
GUIA D'ÚS PDF
MATERIALS DELS 3 KITS PER IMPRIMIR PDF

CADENA DE RESPONSABILITAT

Les persones, per a poder complir els deures i respondre als compromisos que anem adquirint al llarg de la nostra vida, hem de comprendre les raons que impulsen els nostres actes i tenir la motivació necessària per a dur-los a terme. L'exercici de la responsabilitat implica la participació del raonament, que permet entendre les situacions, i del sentiment, que porta a actuar de manera coherent amb aquelles coses que es valoren. A més, per a actuar de manera responsable cal tenir la capacitat de prendre decisions i l'habilitat de planificar la manera de dur-les a terme.

Per a ajudar els infants a desenvolupar comportaments justos i responsables cal donar-los l'oportunitat de participar i que es vegin enfrontats a situacions en què puguin donar la seva opinió, prendre decisions i planificar actuacions preveient-ne les conseqüències. Tot aquest procés ajudarà a sentir la necessitat d'autoregular-se, contribuirà a afermar l'autonomia i a desenvolupar l'autoestima.

Us presentem un conjunt d'activitats participatives que poden contribuir que els nois i noies entenguin el concepte de responsabilitat i s'adonin de les seves implicacions, partint del treball amb dos pòsters interactius:

El pòster **RESPONSABILITATS** proposa una classificació i proporciona exemples concrets de diferents tipus de responsabilitat.

MÀQUINA DE LA RESPONSABILITAT: Ofereix un esquema general sobre el procés de gestió responsable dels actes, dissenyat perquè els nois i noies puguin interioritzar aquest esquema amb la pràctica, i també proporciona alguns exemples.



ACTIVITAT RESPONSABILITATS

Per a introduir l'activitat proposeu als alumnes que pensin en situacions que hagin viscut o que imaginin, en les quals creguin que cal posar en pràctica el valor de la responsabilitat. Demaneu-los que a partir dels seus exemples pensin i diguin quins són els avantatges que en cada situació comporta ser responsable i quins són els inconvenients de no ser-ho.

Després de parlar una estona sobre els exemples proposats pels propis alumnes, demaneu-los que pensin com definirien el terme "responsabilitat" i que ho escriguin en un paper. Llegiu a ser possible totes les definicions i comenteu entre tots aquells aspectes que semblin més significatius.

A continuació pengeu el pòster que us proporcionem a un lloc ben visible de la classe i comenteu-lo de forma col·lectiva, tot diferenciant cadascun dels tres tipus de responsabilitat que es presenten (individual, col·lectiva i mediambiental) i examinant les particularitats de cada un d'ells.

Un cop acabat el comentari, utilitzeu les fitxes que trobareu al maletí CADENA DE RESPONSABILITAT, amb exemples corresponents a cada apartat, per a omplir els forats del pòster, utilitzant les pinces per a penjar-les. Si ho preferiu, també podeu demanar als nois que facin les seves pròpies fitxes d'exemples escrivint-los en trossos de paper que resultin de tallar un Din A4 en vuit parts. Podeu fer-ho col·lectivament o per grups.

A mesura que aneu penjant exemples comenteu-los entre tots i assegureu-vos que tothom entén bé els diferents apartats.



ACTIVITAT MÀQUINA DE LA RESPONSABILITAT

Recomanem realitzar aquesta activitat amb nois i noies a partir de nou o deu anys, perquè requereix haver desenvolupat la capacitat de seqüenciació.

Pengeu el pòster a un lloc ben visible de la classe i comenteu amb els alumnes cadascun dels engranatges de la màquina, presentant-la com un possible model per a ajudar a planificar les accions de manera responsable.

Podeu utilitzar alguns dels exemples que us proporcionem per anar explicant cadascun dels apartats o engranatges. Teniu al maletí una fitxa amb un cas desenvolupat i altres fitxes amb objectius diferents a partir dels quals es poden traçar plans d'actuació.

A continuació us proporcionem una breu informació sobre cadascun dels apartats de la màquina, per tal que pugueu orientar la conversa i explicar amb claredat als nois què es pretén en cada una de les fases del procés:

Què vull fer?: objectiu.

Cal descriure breument què és el que es pretén o es vol aconseguir.

Com ho faig?: passos a seguir.

Implica ser conscient que cal dissenyar un pla d'actuació per a aconseguir l'objectiu fixat. Es tracta que els nois i noies s'adonin que cal pensar en tot allò que volen fer abans de passar a l'acció, per a garantir que el seguit de decisions que es prenguin estiguin realment orientades a la consecució de l'objectiu desitjat.

Què necessito?:**COSES MATERIALS:**

Serà necessari pensar en qüestions com ara l'espai físic, les instal·lacions, la maquinària, els diners, els objectes, etc. que es necessiten, i en la mesura que sigui possible serà convenient fer un llistat detallat de totes aquestes coses indicant per exemple quantitats o requisits específics.

COL·LABORADORS I AJUDES:

Implica tenir en compte si caldrà recórrer a l'ajuda o col·laboració de determinades persones o també si serà necessari demanar permís a algú.

TEMPS:

Pensar en el temps que es requerirà per a portar a terme el pla global i també per a cadascuna de les accions que, juntes, permetran assolir l'objectiu. En ocasions caldrà també pensar en quin serà el millor moment per a desenvolupar l'acció.

Imagino què passarà

És important valorar els **avantatges** i els **inconvenients** del pla traçat. Això implica anticipar les possibles **conseqüències** i pensar si algú en pot sortir perjudicat. Es tracta de mirar d'anticipar-se al futur i ajustar en la mesura que calgui el pla, si la valoració que es fa aconsella canvis en algun sentit. Aquest procés és indispensable per a actuar de manera responsable.

Passo a l'acció

Realització del pla dissenyat o previst. En aquests moments cal tenir, **il·lusió, interès, esforç, consència i voluntat de negociació** per a dur la tasca a bon port; si no, difícilment es poden aconseguir els objectius proposats.

**Valoració**

Es tracta de fer-se una sèrie de preguntes adreçades a realitzar un exercici de consciència i autoregulació de la conducta per a anar millorant, amb la pràctica, l'exercici de la responsabilitat: **Ho he aconseguit?, com m'he sentit?, com em sento ara?, com podria actuar millor una altra vegada?, què he après?**, etc. També cal valorar, durant tot el procés, les emocions i sentiments propis i aliens. La seva influència és molt important en la conducta de les persones i sovint condiciona l'exercici de la responsabilitat.

Un cop hagueu comentat tots els engranatges amb els alumnes, proposeu-los treballar amb l'esquema de la màquina per a planificar un conjunt d'accions que els permetin assolir un objectiu definit. Podeu utilitzar les fitxes que us proporcionem per tal d'engegar el procés de planificació, recurrent per tant a situacions imaginàries, o bé demanar-los que ho facin a partir d'objectius reals que ells mateixos tinguin o es proposin assolir.

Demaneu als alumnes que escriguin en diferents papers els aspectes que vagin valorant de cadascun dels engranatges, utilitzant trossos de paper (Din A4 partit en vuit trossos) i que els pengin del pòster amb les pinces. En el cas del cinquè pas (acció), es pot il·lustrar amb un dibuix, sense necessitat d'escriure res. D'aquesta manera podreu visualitzar el procés seguit i comentar cada cas o situació.

Quan es practica amb exemples imaginaris no es poden fer els dos darrers passos que proposa la màquina perquè l'acció no es desenvolupa. Podeu, això no obstant, mirar d'escenificar el pla desen-



volupant un petit simulacre a partir del joc de rol i valorar-ne a continuació el resultat.

Com a orientació podeu suggerir partir de tres tipus de situacions diferents per a treballar amb els engranatges de la màquina:

Deures i obligacions

Objectius relacionats amb la realització de tasques de la casa o de l'escola. També podrien ser coses relacionades amb els hàbits d'higiene i alimentació o bé relacionades amb el compliment de deures cívics..

Desitjos

Objectius relacionats amb la voluntat d'aconseguir alguna cosa de tipus material (una joguina, un gos, etc.) o de tipus vivencial (obtenir permís per a anar d'excursió, o a dormir a casa d'un amic, etc.) o bé altres coses com demanar un favor o ajuda i també organitzar jocs i activitats.

Conflictes

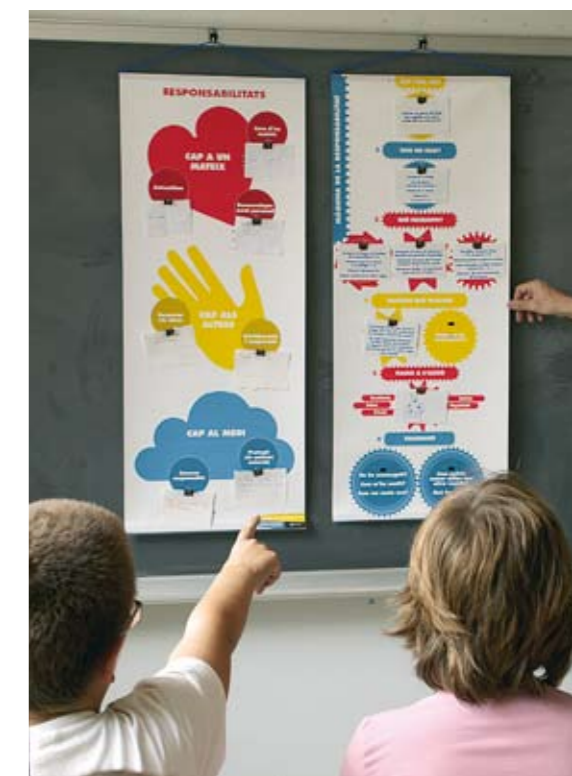
Intentar resoldre conflictes i malentesos entre persones o demanar disculpes.

És interessant que els alumnes tinguin l'oportunitat de practicar amb casos reals que estiguin relacionats amb la seva vida diària. A l'escola es donen moltes situacions en les quals seria desitjable que els alumnes portessin a terme un procés de planificació de les seves accions per a actuar amb responsabilitat, en qüestions tan diferents com ara acollir un alumne nouvingut, fer els deures, tenir cura de l'espai i dels materials, realitzar una tasca en equip, etc.

En ocasions, quan es treballa a partir de situacions reals proposades pels propis nois, no es podrà passar a l'acció de forma immediata. En aquest cas o bé podeu esperar un temps i comentar el resultat de l'acció quan aquesta hagi tingut lloc, o bé recórrer al joc de rol o simulacre com proposàvem per a treballar a partir de situacions imaginàries.

És important també de posar en comú les experiències i escoltar els comentaris de tothom després d'haver treballat amb l'esquema que proposa la màquina, per tal de millorar el procés de planificar accions amb responsabilitat i ser justos i precisos en la valoració final.

Aquesta activitat tant es pot realitzar amb el grup de classe sencer, com en petits grups o de forma individual: decideu vosaltres quina pot ser la dinàmica més adequada en funció de les característiques del grup d'alumnes amb el quals trebal·leu.



FITXES EXEMPLES DE RESPONSABILITATS

CAP A UN MATEIX

- 1.1 ALIMENTACIÓ SANA I EQUILIBRADA
Menjar dues peces de fruita cada dia
Menjar dolços amb moderació
- 1.2 FER EXERCICI
Jugar a bàsquet
Anar d'excursió
- 1.3 TENIR CURA DE LA HIGIENE PERSONAL
Rentar-se les dents dos cops cada dia
Portar la roba neta i cuidada
- 1.4 ACCEPTAR-SE I RESPECTAR-SE, ESTIMAR-SE
Estar satisfet amb l'aspecte físic
Sentir-se tan important com els altres
- 1.5 TENIR CRITERI PROPI
Pensar per un mateix
No dependre sempre de l'opinió d'altres
- 1.6 TENIR INICIATIVA
Proposar als companys o companyes un joc
Pensar un regal per l'aniversari del pare
- 1.7 DESENVOLUPAR LA CREATIVITAT
Fer treballs manuals
Dibuixar
- 1.8 APRENDRE HABILITATS I CONEIXEMENTS
Aprendre a fer una truita
Llegir llibres i revistes
- 1.9 CULTIVAR EL SENTIT DE L'HUMOR
I LA CAPACITAT DE DIVERTIR-SE
Explicar acudits
Aprendre a passar-s'ho bé amb els amics i amigues
- 1.0 TOLERAR LA FRUSTRACIÓ
Si plou, no enfadar-se perquè no es pot anar al parc temàtic
Si es perd jugant al parxis, felicitar de cor el guanyador

CAP ALS ALTRES

- 2.1 VALORAR LA DIVERSITAT
Relacionar-se amb amics i amigues ben diferents.
Aprendre a gaudir de menjars d'altres països
- 2.2 MOSTRAR AMABILITAT I SIMPATIA
Saludar i donar les gràcies
Deixar el seient de l'autocar a una persona d'edat

- 2.3 RESPECTAR LES NORMES
Aixecar la mà quan es vol parlar a classe
Creuar el carrer pel pas de vianants
- 2.4 DESENVOLUPAR LA TOLERÀNCIA ACTIVA
Aguantar petites molèsties que provoquen els altres
Aprendre a compartir
- 2.5 PREOCUPAR-SE PELS ALTRES
Compartir les alegries i penes d'amics i amigues
Interessar-se i oferir ajuda quan algú té problemes
- 2.6 PARTICIPAR I COMPROMETRE'S
Ajudar en les feines domèstiques
Oferir-se voluntari per a cuidar els peixos
- 2.7 DIALOGAR
Escoltar amb atenció quan expliquen alguna cosa
Demandar consell a amics i amigues
- 2.8 SABER ACCEPTAR I DONAR
Compartir les joguines amb companys i companyes
Acceptar ajuda quan cal

CAP AL MEDI

- 3.1 ESTALVIAR AIGUA I ENERGIA
Apagar els llums quan no s'està a l'habitació
Utilitzar el transport públic
- 3.2 CONSUMIR PRODUCTES ECOLÒGICS I RECICLABLES
Comprar begudes en envasos de vidre o reutilitzables
Fer servir paper reciclat
- 3.3 SEPARAR I RECICLAR LES DEIXALLES
Llençar el paper i el cartró als contenidors de reciclatge
Donar les joguines abans que llençar-les
- 3.4 MODERAR EL CONSUM DE PRODUCTES POC NECESSARIS
No comprar moltes joguines per caprici
Utilitzar només el sabó necessari per a dutxar-se
- 3.5 ESTIMAR I VALORAR L'ENTORN
Gaudir de la natura
Aprendre el comportament dels animals
- 3.6 RESPECTAR PLANTES I ANIMALS
No matar insectes
No trepitjar els bolets dolents
- 3.7 NO CONTAMINAR NI EMBRUTAR L'ENTORN
Tirar els papers a la paperera
Recollir totes les deixalles quan es va d'excursió

FITXES EXEMPLES MÀQUINA DE LA RESPONSABILITAT

- 1.0 OBJECTIU:
Vull fer un gerro de fang per a regalar-lo a la mare el dia del seu aniversari.
- 2.0 PASSES A SEGUIR:
Comprar el fang. Fer el gerro i deixar-lo assecar.
Portar-lo a coure. Pintar-lo. Embolicar-lo .
- 3.1 COSES MATERIALS:
Comprar el fang a la botiga de manualitats: 2 €. Portar el gerro a coure a la botiga: 1 €. Pintura: demanar-la. Paper reciclat d'un altre regal.
- 3.2 COL-LABORADORS I AJUDES:
Demanar a la mare les pintures i pinzells que guarda al garatge. Demandar al pare els 3 € per a comprar el fang i fer-lo coure. Demandar ajuda a la germana gran per a fer el gerro.
- 3.3 TEMPS:
Dissabte comprar fang i fer el gerro: 2 h. Dimecres portar el gerro a coure. L'altre dissabte recollir el gerro i pintar-lo: 1 h. Dimarts, dia de l'aniversari de la mare.
- 4.1 VALORO ELS AVANTATGES I INCONVENIENTS
Cal assegurar-se que el gerro estigui ben sec per a evitar que es trenqui a l'hora de coure'l. És molt necessari començar 10 dies abans de la festa. Si alguna cosa surt malament hauré de pensar un altre regal més senzill.
- 4.2 PENSO EN LES CONSEQÜÈNCIES
A la mare sempre li agrada molt que li faci jo els regals en lloc de comprar-los. Cal que no se n'assabenti, perquè sigui una sorpresa.
- 5.0 DIBUIX
- 6.1 VALORACIÓ:
Tot ha sortit bé. A la mare li ha agradat molt. Quan feia el gerro sentia angoixa perquè pensava que no m'en sortiria. Ara em sento orgullós i content.
- 6.2 VALORACIÓ:
Una altra vegada faré servir pintures especials per a ceràmica i quedarà millor. He après a fer un gerro de ceràmica.

FITXES ALTRES EXEMPLES

- 01 T'HAS COMPROMÈS A TENIR CURA DE LA NETEJA DE LA GOSSA.
- 02 VOLS FER-TE UNA DISFRESSA PER CARNESTOLTES.
- 03 T'HAS D'ORGANITZAR PER DUTXAR-TE.
- 04 TROBES UNA CARTERA AMB DINERS.
- 05 COM RESOLS LA SITUACIÓ SI JUGANT A PILOTA TRENQUES UN FANAL DEL CARRER.
- 06 UN COMPANYY DE CLASSE S'HA TRENCAT LA CAMA. VOLS ANAR-LO A VISITAR I PORTAR-LI UN REGAL.
- 07 HEU DE PREPARAR UNA REPRESENTACIÓ PER A LA FESTA DE FI DE CURS.
- 08 DESITGES MOLT QUE ET COMPRIN UNA BICICLETA.
- 09 HAS DE DEMANAR PERMÍS PER A QUEDAR-TE A DORMIR A CASA D'UN AMIC O AMIGA.
- 10 VOLS DISCULPAR-TE A UNA AMIGA PERQUÈ NO ET VAS PORTAR BÉ AMB ELLA.



GESTIÓ D'ESTATS D'ÀNIM

56

No tenir consciència del que se sent, o no saber-ho expressar provoca malesstar i fa que les relacions amb les altres persones siguin dificultoses. Per això és bàsic aprendre a reconèixer les pròpies emocions, especialment les emocions perturbadores, com ara la ràbia o la por. Detectar-les i ser-ne conscient, des de bon començament, pot ajudar a superar les conseqüències que aquestes emocions poden ocasionar, com per exemple la pèrdua de control davant d'una situació conflictiva.

És necessari potenciar el desenvolupament de recursos que permetin disposar de mitjans personals per a regular les emocions, la seva intensitat i la seva durada. Un d'aquests recursos consisteix en relacionar de forma conscient pensaments i sentiments, de manera que davant d'una situació que faci emergir sentiments negatius, es sigui capaç de controlar l'impuls inicial abans de passar pròpiament a l'acció.

És important també aprendre a distingir entre emocions i conductes per a poder exercir l'autocontrol. Cal acceptar i entendre que no és dolent tenir tota mena d'emocions, però que dels comportaments que tenim n'hi ha que són correctes i altres que no ho són. Augmentar la capacitat d'autocontrol, fa créixer també l'autoestima i la capacitat de desenvolupar processos de creixement de l'empatia.



Hi ha emocions positives, com ara l'alegria, l'entusiasme, la gratitud o l'estimació, que es relacionen amb l'optimisme, l'esperança, la confiança i l'amor. Fomentar aquestes emocions és un valuós recurs per a la construcció de valors i el creixement personal. Quan una persona experimenta alegria, per exemple, té més tendència a ajudar les altres i a ampliar la capacitat creativa, el que permet el desenvolupament de certes habilitats com les necessàries per a l'establiment de relacions d'amistat i d'ajuda.

Us proposem una activitat que té per objectiu contribuir a incrementar la capacitat dels alumnes de regular el seu comportament en situacions emocionalment intenses. En primer lloc cal que siguin capaços de reconèixer amb rapidesa els sentiments que emergeixen en determinades situacions i a continuació desenvolupar pensaments positius que ajudin a l'autocontrol, quan aquest sigui necessari, amb la finalitat que puguin adoptar actituds adequades per a regular la pròpia conducta i evitar reaccions impulsives i no desitjades.

En el cas dels sentiments i emocions agradables serà necessari que els reconeguin, que en gaudeixin i que aprenguin també a gestionar-los, tant per a reforçar l'empremta positiva que deixen en l'autoestima, com també per a prevenir reaccions vanitoses i actituds de cofoisme que els poden arribar a generar conflictes i malestar.



ACTIVITAT

Inicieu una conversa amb els alumnes sobre la influència dels estats emocionals en les conductes de les persones. Poseu-los exemples de situacions determinades on els sentiments es manifestin amb intensitat i animeu-los també a explicar alguna experiència que hagin viscut, en la qual recordin haver experimentat sentiments intensos, tant si van ser agradables com si van ser desagradables.

A continuació repartiu una plantilla a cada alumne. En cadascuna d'elles hi ha un dibuix diferent que representa un noi o una noia en una situació emocionalment intensa. Cal que en primer terme els alumnes facin l'esforç d'identificar-se amb el protagonista de l'escena que els hagi tocat (sense tenir en compte el sexe) i s'imaginin en el seu lloc. Deixeu-los una estona perquè puguin recrear la situació i ficar-se a la pell del personatge de la vinyeta. Cadascú pot interpretar el dibuix de la manera que vulgui.

Passats uns minuts demaneu als nois que posin un full a la plantilla i que responguin breument les preguntes que hi apareixen, com si ells fossin el personatge en qüestió, escrivint per tant en primera persona.



57

Les qüestions que conté la fitxa són:

Em passa que...

Cal que descriguin de forma breu la situació o escena, tal i com ells l'entenen.

Sento...

Han de mirar d'expressar les emocions o sentiments que experimenten en dita situació.

Penso...

Es tracta que mirin d'enunciar pensaments positius per a intentar regular els sentiments i propiciar l'autocontrol.

I això és el millor que puc fer...

Fruit de la reflexió i l'autocontrol han de decidir quina conducta seria desitjable desenvolupar per a evitar reaccions impulsives i poc adequades.

Per a ajudar a resoldre les tres darreres qüestions les plantilles tenen llistats de sentiments, pensaments i accions, que els participants poden consultar per a copiar-les o bé per a inspirar-se per a elaborar altres respostes.

Acabeu la sessió posant en comú els casos treballats. Propicieu el debat i mireu d'enriquir-lo comentant experiències similars experimentades pels participants, que ells proposin.

Per a validar la resposta a la qüestió "I això és el millor que puc fer..." demaneu als alumnes que pensin en les conseqüències de l'acció que proposen

i, si s'escau, suggeriu-ne vosaltres d'altres que penseu que puguin millorar els resultats. Com més recursos tinguin per a gestionar les seves emocions, més competents seran en aquest sentit.

Amb els més grans convé parlar sobre el fet que els pensaments, els sentiments i les decisions estan estretament lligats a l'escala de valors que es posa en joc en cada situació de conflicte.

Adquirint consciència del procés que cadascú porta a terme per a regular les seves emocions i propiciant la reflexió i el diàleg intern, es poden canviar significativament patrons de conducta no desitjats i millorar la resposta en els moments en què entra en joc un conflicte de valors.

És interessant i convenient repetir diverses vegades l'exercici, intercanviant les plantilles entre els alumnes per tal que puguin practicar la identificació amb personatges que viuen situacions diverses. L'aprenentatge dels patrons de conducta no s'adquireix solament amb la comprensió dels mecanismes que interactuen, sinó més aviat amb la pràctica continuada.

Un cop hagueu realitzat aquesta activitat aprofiteu per a recordar el procediment cada vegada que els alumnes manifestin conductes impulsives que requereixin autocontrol.



CONSUM D'AIGUA

L'aigua és un producte de consum de primera necessitat, tant pel que fa a l'alimentació com a la higiene i la salut. Les nostres llars tenen instal·lacions d'aigua corrent i és tan fàcil obrir l'aixeta, que sovint oblidem que es tracta d'un recurs limitat i cada vegada més escàs. Tampoc podem oblidar que el transport i la depuració de l'aigua suposen una important despesa energètica i que, després d'utilitzar-la, l'aigua bruta acaba contaminant rius i mars. Tots aquests factors situen l'aigua en el centre del debat sobre l'ús racional dels recursos naturals i posen en evidència la necessitat que tothom s'impliqui per a fer-ne un consum raonable.

Els exercicis que us proposem volen contribuir que els alumnes prenguin consciència del volum del consum familiar d'aigua i de la necessitat de gestionar responsablement aquest recurs. L'activitat comença a l'escola, però cada noi i noia l'haurà de continuar a casa per a fer-hi participar tota la família, i posteriorment s'acabarà a l'aula, on es recolliran les experiències i es posaran en comú.

L'activitat es basa en una metodologia activa. Cal que l'alumne es faci responsable de la preparació de l'exercici, de la coordinació amb la família, de la recollida de dades, de la interpretació dels resultats i del control de tot el procés.



CÀLCUL DEL CONSUM DIARI D'AIGUA PER PERSONA AL BANY

Nombre de l'experiment: 3 dies Persones que hi han participat: _____

DUTXA gales a 40 litres gales a 2 dies litres

LAVABO gales a 8 litres gales a 2 dies litres

VÀTER gales a 8 litres gales a 2 dies litres

litres que consumeix cada persona durant un dia al bany: _____

litres al dia

litres consumits: 100 a 200

litres consumits: 10 a 20 litres

litres consumits: 10 a 20 litres

VALORACIÓ DE L'EXPERIÈNCIA

Comenteu molt d'alguna habitudina al consum d'aigua? Sí No

Comenteu de l'experiment: _____

CONSUM RESPONSABLE D'AIGUA

Un programa una família fa més per fer amb tota la família un treball pràctic per descobrir com fer un consum responsable de l'aigua.

S'ha d'empassar la llista RECULLIDA DE DADES al bany i, durant tres dies, marcar hi amb fletxa les gotes corresponents cada vegada que feu servir la dutxa, el lavabo o el vàter.

Al final caldrà que ompliu entre tots la llista CÀLCUL DEL CONSUM per poder contribuir al treball a l'aula.

Agrair la vostra col·laboració.

COM ESTALVIAR AIGUA?

DUTXA 10 min

- Dutxa't en lloc de banyar-te.
- Evita l'aigua mentre t'rasacalles.
- Redueix el temps per on de bany mentre t'rasacalles.

LAVABO 10 min

- Evita l'aigua mentre t'rasacalles.
- Evita deixar l'aigua oberta a l'espera.
- Evita deixar l'aigua oberta a l'espera.

VÀTER 10 min

- Evita l'aigua mentre t'rasacalles.
- Evita deixar l'aigua oberta a l'espera.

Introdueix una ampolla d'aigua al bany per reduir-ne el consum.



ACTIVITAT 1

Feu una fotocòpia de les 3 fitxes per a cadascun dels alumnes. La part corresponent a les instruccions i la relativa al càlcul es poden fotocopiar si voleu en un mateix full, per davant i per darrere. Repartiu un plec a cada participant i convideu-los a pintar i personalitzar el full de recollida de dades.

A continuació expliqueu-los detalladament l'exercici:

Es tracta que cadascú porti els fulls a casa, expliqui a la família la tasca que han de desenvolupar durant tres dies i li demani la seva col·laboració. La participació dels membres de la família ha de ser lliure, però com més persones s'hi impliquin més rica serà l'experiència.

El treball a casa comença penjant al quarto de bany el full "Recollida de dades" (es pot pensar en duplicar-lo si hi ha dos quartos de bany a la casa). Durant tres dies tots els participants han de marcar el consum d'aigua que realitzen a la dutxa, al lavabo i al vàter cada vegada que els fan servir. Per a fer-ho han de pintar amb un llapis la quantitat de gotes corresponent a la despesa d'aigua que han fet. A la fitxa hi figura una aproximació de la despesa que suposa cada ús de l'aigua i també l'equivalència entre gotes i litres consumits.

Passats tres dies la canalla, amb l'ajuda dels pares i d'altres familiars, haurà de calcular el consum diari d'aigua per persona al quarto de bany. Per a això només caldrà que ompli la fitxa de càlcul i que faci les operacions que s'hi indiquen.

Un cop esbrinat el consum familiar, cal llegir la fitxa on s'ofereixen dades relatives a un consum responsable i valorar el comportament familiar en aquest sentit. Serà important que a continuació els membres que hi hagin participat s'assabentin d'aquesta valoració i es comprometin, en cas que faci falta, a esforçar-se per fer un ús més responsable de l'aigua. Un cop acabat el treball a casa, els alumnes han de tornar el full de valoració a l'escola per a comentar l'experiència amb la resta de companys, valorar conjuntament les dades i finalment treure'n conclusions.

Pot ser interessant concloure l'activitat fent un petit manifest en el qual cadascú es comprometi a millorar algun dels hàbits relacionats amb el consum d'aigua. El manifest es pot exposar a la classe en forma de pòster gràfic perquè tothom recordi el compromís subscrit.



ACTIVITAT 2

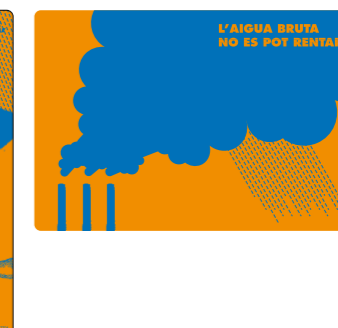
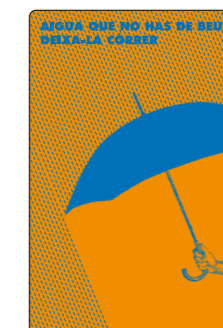
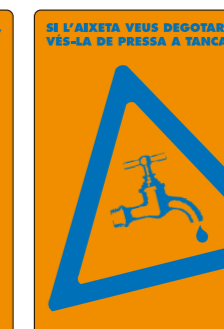
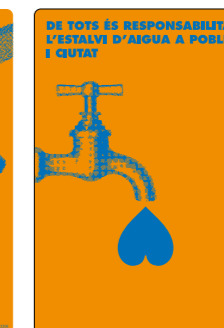
Feu grups de 3 persones. Cada grup haurà d'escollir a l'atzar una fitxa. Aquestes tenen un refrany o bé un eslògan referents al consum responsable de l'aigua, que hauran de llegir.

Cada grup ensenyarà només el dibuix de la seva fitxa a la resta de la classe. Tapar el refrany amb la mà. A continuació i sense parlar, només fent mimica, hauran de representar o escenificar la dita per tal que els companys endevinin el text del refrany. Mentre es fa la representació tothom podrà anar dient i suggerint les paraules que pensi que poden formar part de la frase. Algunes dites no són senzilles d'endevinar. Si veieu que tenen dificultats caldrà que els ajudeu donat pistes o escrivint el text a la pissarra a mesura que vagin encertant les paraules.

Un cop endevinat el text, discutiu-ne el significat entre tots i doneu pas a l'actuació del següent grup.

Els refranys de les fitxes son:

- 01- QUAN L'AIGUA MALBARATEM, TOTS HI PERDEM.
- 02- SI L'AIXETA VEUS DEGOTAR, VES-LA DE PRESSA A TANCAR.
- 03- DE TOTS ÉS RESPONSABILITAT, L'ESTALVI D'AIGUA A POBLE I CIUTAT.
- 04- AIGUA QUE NO HAS DE BEURE, DEIXA-LA CÓRRER.
- 05- SI VOLS AIGUA, TANCA L'AIXETA.
- 06- MÉS CLAR QUE L'AIGUA.
- 07- L'AIGUA BRUTA NO ES POT RENTAR.
- 08- NO DONEM VALOR A L'AIGUA FINS QUE S'ASSECA EL POU.



INTERIORITZACIÓ RESPONSABILITAT

Veure INTERIORITZACIÓ AL KIT IDENTITAT



EL GRILL

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

És un capvespre fresc. Avui ha plogut i tot està molt net.

Imagina't que estàs passejant per un jardí molt bonic. Fa olor d'herba fresca i de terra mullada. Els ocells aprofiten la darrera llum del dia per a volar d'un lloc a l'altre.

Mentre camines sents el cant d'un grill. Et pares a escoltar-lo, el busques i seguint el so t'hi acostes lentament.

Ara estàs molt a prop del grill. El pots veure sobre una fulla. És molt petit. Es posa molt content de veure't i canta amb més força.

Quina alegria sents! Vols el grill per a tu. Allargues la mà i es deixa agafar molt fàcilment.

Segueixes caminant amb el grill a la mà mentre penses la casa que li faràs amb una capsa de cartró, el nom que li posaràs... T'agradarà ensenyar-lo als teus amics...

Pel camí et trobes una senyora gran de cabell blanc que porta dues trenes molt llargues. Et mira amb un somriure, et saluda amb una veu molt dolça i et demana què portes a la mà.

Content li ensenyes el grill. Li expliques que et fa molta il·lusió emportar-te'l a casa per sentir-lo cantar a totes hores.

La senyora mou el cap d'una banda a l'altra i et diu que el grill estarà més bé al jardí, perquè és casa seva i si te l'emportes es posarà trist i deixarà de cantar.

Mires el grill i et fa molta pena deixar-lo anar, però saps que la senyora té tota la raó. No sempre allò que nosaltres desitgem és el millor per als altres. Poses el grill suaument sobre l'herba humida i veus com se'n va saltant per entre les flors. Ben aviat el perds de vista, però encara pots sentir el seu cant alegre.

[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<<>>>) Ara ja pots obrir els ulls.

EL VEÍ

Recolza l'esquena a la cadira, posa els peus a terra i deixa que les mans descansin sobre les cames. Quan sentis aquest so (<<<<>>>>), tanca els ulls i no els obris fins que el tornis a sentir.

Respira lentament pel nas. Nota com se t'infla la panxa quan entra l'aire i com es desinfla quan el treus pel nas.

[pausa]

Imagina't que estàs caminant per un carrer del teu barri. S'està fent fosc i fa una mica de vent. T'agrada sentir l'aire jugant amb els teus cabells i fent-te pessigolles a la cara.

Tens ganes d'arribar a casa. Tota la tarda has estat fent gimnàstica i només penses en asseure't i menjar un bon berenar. Mentre camines per la vorera mires la gent que passeja. Alguns et coneixen i et saluden.

Davant teu veus un senyor gran que va molt carregat amb les bosses de comprar. Les deixa un moment a terra i respira profundament. Quan t'hi apropes el reconeixes, és un veí que viu a quatre portes de casa teva.

Tens molta gana i per un moment vols passar pel seu costat com si no l'haguessis vist. Però t'atures i penses en l'esforç que haurà de fer l'home per portar tota la compra. Te l'imagines parant-se a cada cantonada i arribant a casa seva ben esgotat.

Sense pensar-t'ho més t'acostes al teu veí, el saludes i li ofereixes ajuda. Ell somriu molt agraït. Li agafes la meitat de les bosses i, caminant junts, ben aviat ja esteu a la porta de casa seva.

Quan us acomiadeu recordes la gana que tens i arrenques a córrer. Mentre estàs berenant et ve al cap la cara d'agraïment del veí i somrius satisfet. Et dones compte que ajudar els altres t'omple de felicitat.

[pausa]

A poc a poc comença a moure els peus..., les mans... Vés tornant a la classe... (<<<<>>>) Ara ja pots obrir els ulls.

Bibliografia

ABEYÀ, E.; GÓMEZ, P.; (2002): *Emocions*. Barcelona. Rosa Sensat

BADIA, I. (2004): *Digues t'estimo en les llengües d'Europa*. Barcelona. Pòrtic

BAENA PAZ, GU. (2005): *Como desarrollar la inteligencia emocional infantil*. Madrid. Trillas

BENÍTEZ, L. (2001): *La mejora del alumnado y del grupo a través de la relajación en el aula*. Barcelona. Ciss-Praxis

BISQUERRA, R. (2000): *Educación emocional y bienestar*. Barcelona. Praxis.

BRANDEN, N (1995): *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós

BUXARRAIS, M.R. (1997): *La formación del profesorado en la educación en valores*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

CARPENA, A.; AGUILERA, I. (1998): *Una experiencia en habilidades sociales*. Barcelona. Federació de Moviments de Renovació Pedagògica.

CARPENA, A. (2001): *Educació socioemocional a primària*. Vic. EUMO

CARPENA, A. (2003): *Educación socioemocional en la etapa de primaria*. Barcelona. Octaedro.

CASCÓN, P.; MARTÍN, C. (1999): *La alternativa al juego para la paz*. Madrid. Los libros de la Cartarata.

CASTANYER, O. (1996): *La asertividad: Expresión de una sana autoestima*. Bilbao. Desclée De Brouwer.

CAVA, M^a J. (2000): *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona. Paidós.

DELORS, J. (1996): *Educació: Hi ha un tresor amagat a dins*. Barcelona. Centre UNESCO de Catalunya.

FABER, A; MAZLISH, E. (1997): *Com hem de parlar perquè els fills escoltin i com hem d'escoltar perquè els fills ens parlin*. Barcelona. Medici.

GALLIFA, J; PÉREZ, C; ROVIRA, F. (2002): *La intel·ligència emocional i l'escola emocionalment intel·ligent*. Barcelona. edebé

GARTH, M (1991): *Luz de estrellas. Meditaciones para niños*. Barcelona. Oniro

GARTH, M (1992): *Rayo de luna. Meditaciones para niños*. Barcelona. Oniro

MARTÍNEZ, M (1998). *El contrato moral del profesorado*. Bilbao: Desclée Brouwer

MARTÍNEZ, M. y Hoyos, G.(2006) (cords). *La formación en valores en sociedades democráticas*. Barcelona: Octaedro

MÈLICH, J.C.; PALAU, J.; POCH, C.; FONS, M. (2000): *La veu de l'altre Bellaterra*. Institut de Ciències de l'Educació.

MURDOCK, M (1996): *Tú sabes, tú puedes*. Gaia

PUIG, J.M^a; MARTÍN, X. (1998): *La educación moral en la escuela*. Barcelona. edebé.

SALMURRI, F. (2003): *Libertad emocional*. Barcelona. Paidós

SALMURRI, F. (2002): *Libertat emocional*. Barcelona. La Magrana

SERRANO, S. (2006). *Els secrets de la felicitat*. Barcelona: Ara llibres.

TRILLA, J. (1992) *El profesor y los valores controvertidos*. Barcelona: Paidós

VOPEL, K. (1997): *Juegos de interacción para niños y preadolescentes*. Madrid. Editorial CCS

WOLOSCHIN, L.; SERRABONA, J. (2003): *Visualizaciones que ayudan a los niños*. Barcelona. RBA. Integral

Manteniment dels KITS CAIXA VALORS

La conservació dels kits en bon estat és una tasca que requereix la col·laboració de totes les parts implicades en el programa:

A les escoles i altres usuaris:

- Els materials estan pensats perquè els nois i les noies els puguin manipular directament, però és important que sempre ho facin amb la supervisió dels mestres i educadors.
- Després de cada ús cal guardar tots els materials ordenadament als tubs i maletins corresponents.
- Cal que informeu als centres de recursos de qual-sevol element extraviat o deteriorat.

Als centres de recursos:

- Cal que cuideu l'ordre i el manteniment dels kits amb el suport de les escoles.
- És aconsellable que feu una revisió a fons dels kits, com a mínim una vegada cada tres mesos. Aquesta revisió hauria de contemplar dos aspectes:
 - Repassar que no falti cap element i renovar aquells que estiguin deteriorats.
 - Fer una neteja dels materials. Cal evitar els dissolvents i productes de neteja; la millor opció és un drap humit.
- Els centres de recursos podeu sol·licitar recanvis dels materials a través del lloc web del programa.

A les pàgines següents trobareu un llistat de tots els materials dels kits acompanyats d'un número de referència per facilitar l'ordre i la comanda de recanvis.

KIT IDENTITAT

NÚMERO DE REFERÈNCIA	UBICACIÓ MALETÍ - TUB	NOM
I - 0000	-	000 BAC
I - 0001	-	001 GUIA
I - 1000	1 QUALITATS PERSONALS	000 MALETÍ
I - 1101	1 QUALITATS PERSONALS	101 AFECTUOSA
I - 1102	1 QUALITATS PERSONALS	102 ATENTA
I - 1103	1 QUALITATS PERSONALS	103 ATREVIDA
I - 1104	1 QUALITATS PERSONALS	104 CONFIADA
I - 1105	1 QUALITATS PERSONALS	105 DISCRETA
I - 1106	1 QUALITATS PERSONALS	106 DIVERTIDA
I - 1107	1 QUALITATS PERSONALS	107 DÒCIL
I - 1108	1 QUALITATS PERSONALS	108 FLEXIBLE
I - 1109	1 QUALITATS PERSONALS	109 GENEROSA
I - 1110	1 QUALITATS PERSONALS	110 GRACIOSA
I - 1111	1 QUALITATS PERSONALS	111 POSITIVA
I - 1112	1 QUALITATS PERSONALS	112 PRUDENT
I - 1113	1 QUALITATS PERSONALS	113 PACIENT
I - 1114	1 QUALITATS PERSONALS	114 PACÍFICA
I - 1115	1 QUALITATS PERSONALS	115 SENSIBLE
I - 1116	1 QUALITATS PERSONALS	116 SINCERA
I - 1117	1 QUALITATS PERSONALS	117 SEGURA
I - 1118	1 QUALITATS PERSONALS	118 SENZILLA
I - 1119	1 QUALITATS PERSONALS	119 TOLERANT
I - 1120	1 QUALITATS PERSONALS	120 TREBALLADORA
I - 1201	1 QUALITATS PERSONALS	201 FITXES EN BLANC
I - 2000	2 AUTORETRAT	000 MALETÍ
I - 2101	2 AUTORETRAT	101 MÀQUINA
I - 3000	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	000 MALETÍ
I - 3001	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	001 TUBS
I - 3101	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	101 PÒSTER (AGRADABLE ESQ.)
I - 3102	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	102 PÒSTER (AGRADABLE DRETA)
I - 3103	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	103 PÒSTER (DESAGRADABLE ESQ.)
I - 3104	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	104 PÒSTER (DESAGRADABLE DRETA)
I - 3201	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	201 FITXA: ALEGRIA
I - 3202	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	202 FITXA: AMOR
I - 3203	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	203 FITXA: RÀBIA
I - 3204	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	204 FITXA: TRISTESA
I - 3205	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	205 FITXA: POR, PÀNIC
I - 3206	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	206 FITXA: REBUIG
I - 3301	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	301 FITXA: CONTENTA
I - 3302	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	302 FITXA: EMOCIONADA
I - 3303	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	303 FITXA: SEGURA, CONFIADA
I - 3304	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	304 FITXA: AFECTUÓS, AMORÓS

I - 3305	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	305 FITXA: GENERÓS, AMABLE
I - 3306	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	306 FITXA: AGRAÏT
I - 3307	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	307 FITXA: ESTIMAR
I - 3308	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	308 FITXA: ENTENDRIDA
I - 3309	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	309 FITXA: ENCURIOSIT
I - 3310	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	310 FITXA: RELAXAT, SATISFET
I - 3311	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	311 FITXA: TRANQUIL
I - 3401	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	401 FITXA: FURIÓS
I - 3402	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	402 FITXA: ENFADADA
I - 3403	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	403 FITXA: DESANIMAT
I - 3404	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	404 FITXA: PREOCUPAT
I - 3405	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	405 FITXA: PLOROSA
I - 3406	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	406 FITXA: ESPANTADA
I - 3407	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	407 FITXA: INDEFENS
I - 3408	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	408 FITXA: DESDENYÓS
I - 3409	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	409 FITXA: CULPABLE
I - 3410	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	410 FITXA: CONFÚS
I - 3411	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	411 FITXA: IMPACIENT
I - 3501	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	501 FITXA: RESPONSABILITAT
I - 3502	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	502 FITXA: TOLERÀNCIA
I - 3503	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	503 FITXA: SOLIDARITAT
I - 3504	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	504 FITXA: RESPECTE
I - 3505	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	505 FITXA: COL-LABORACIÓ
I - 3506	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	506 FITXA: CONVIVÈNCIA
I - 3507	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	507 FITXA: JUSTÍCIA
I - 3508	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	508 FITXA: IGUALTAT
I - 3509	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	509 FITXA: LLIBERTAT
I - 3510	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	510 FITXA: DIÀLEG
I - 3601	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	601 FITXES EN BLANC
I - 3602	3 EMOCIONS I SENTIMENTS	602 MARCS DELS PÒSTERS
I - 4000	4 DIBUIXOS CENTRATS	000 MALETÍ
I - 4101	4 DIBUIXOS CENTRATS	101 FITXA 1
I - 4102	4 DIBUIXOS CENTRATS	102 FITXA 2
I - 4103	4 DIBUIXOS CENTRATS	103 FITXA 3
I - 4104	4 DIBUIXOS CENTRATS	104 FITXA 4
I - 4105	4 DIBUIXOS CENTRATS	105 FITXA 5
I - 4106	4 DIBUIXOS CENTRATS	106 FITXA 6
I - 4107	4 DIBUIXOS CENTRATS	107 FITXA 7
I - 4108	4 DIBUIXOS CENTRATS	108 FITXA 8
I - 4109	4 DIBUIXOS CENTRATS	109 FITXA 9
I - 4110	4 DIBUIXOS CENTRATS	110 FITXA 10
I - 4200	4 DIBUIXOS CENTRATS	200 MÀQUINA
I - 5000	5 COMPLEMENTS	000 MALETÍ
I - 5001	5 COMPLEMENTS	001 CD
I - 5002	5 COMPLEMENTS	002 CORDILLS BLAUS
I - 5003	5 COMPLEMENTS	003 CORDILL GROCS

KIT CONVIVÈNCIA

NÚMERO DE REFERÈNCIA	UBICACIÓ MALETÍ - TUB	NOM
C - 0000	-	000 BAC
C - 0001	-	001 GUIA
C - 1000	1 EMPATIA	000 MALETÍ
C - 1001	1 EMPATIA	001 TUBS
C - 1101	1 EMPATIA	101 FITXA 1
C - 1102	1 EMPATIA	102 FITXA 2
C - 1103	1 EMPATIA	103 FITXA 3
C - 1104	1 EMPATIA	104 FITXA 4
C - 1211	1 EMPATIA	211 FITXA 1 (DANIEL A)
C - 1212	1 EMPATIA	212 FITXA 1 (DANIEL B)
C - 1213	1 EMPATIA	213 FITXA 1 (DANIEL C)
C - 1214	1 EMPATIA	214 FITXA 1 (PARES A)
C - 1215	1 EMPATIA	215 FITXA 1 (PARES A)
C - 1216	1 EMPATIA	216 FITXA 1 (PARES A)
C - 1217	1 EMPATIA	217 FITXA 2 (MARTA A)
C - 1218	1 EMPATIA	218 FITXA 2 (MARTA B)
C - 1219	1 EMPATIA	219 FITXA 2 (MARTA C)
C - 1220	1 EMPATIA	220 FITXA 2 (DANIEL A)
C - 1221	1 EMPATIA	221 FITXA 2 (DANIEL B)
C - 1222	1 EMPATIA	222 FITXA 2 (DANIEL C)
C - 1223	1 EMPATIA	223 FITXA 3 (XATARRES A)
C - 1224	1 EMPATIA	224 FITXA 3 (XATARRES B)
C - 1225	1 EMPATIA	225 FITXA 3 (XATARRES C)
C - 1226	1 EMPATIA	226 FITXA 3 (MARTA A)
C - 1227	1 EMPATIA	227 FITXA 3 (MARTA B)
C - 1228	1 EMPATIA	228 FITXA 3 (MARTA C)
C - 1229	1 EMPATIA	229 FITXA 4 (DANIEL A)
C - 1230	1 EMPATIA	230 FITXA 4 (DANIEL B)
C - 1231	1 EMPATIA	231 FITXA 4 (DANIEL C)
C - 1232	1 EMPATIA	232 FITXA 4 (MARTA A)
C - 1233	1 EMPATIA	233 FITXA 4 (MARTA B)
C - 1234	1 EMPATIA	234 FITXA 4 (MARTA C)
C - 1301	1 EMPATIA	301 PINCES PÒSTERS
C - 1302	1 EMPATIA	302 MARCS DELS PÒSTERS
C - 2000	2 TREBALL COL-LABORATIU	000 MALETÍ
C - 2101	2 TREBALL COL-LABORATIU	101 CORDILLS
C - 2102	2 TREBALL COL-LABORATIU	102 CARGOLS
C - 2103	2 TREBALL COL-LABORATIU	103 FEMELLES
C - 2104	2 TREBALL COL-LABORATIU	104 PINCES
C - 2105	2 TREBALL COL-LABORATIU	105 CLIPS
C - 2106	2 TREBALL COL-LABORATIU	108 TUB CONNECTOR BLANC
C - 2107	2 TREBALL COL-LABORATIU	109 TUB BLANC

C - 2108	2 TREBALL COL-LABORATIU	110 PEÇA "T"
C - 2109	2 TREBALL COL-LABORATIU	111 PEÇA "L"
C - 2110	2 TREBALL COL-LABORATIU	112 PEÇA ALLARGADA (6 FORATS)
C - 2111	3 TREBALL COL-LABORATIU	113 PEÇA ALLARGADA (3 FORATS)
C - 2112	2 TREBALL COL-LABORATIU	114 PEÇA ALLARGADA (2 FORATS)
C - 2113	2 TREBALL COL-LABORATIU	115 PEÇA CURVA (3 FORATS)
C - 2114	2 TREBALL COL-LABORATIU	116 PEÇA RODONA (9 FORATS)
C - 2115	2 TREBALL COL-LABORATIU	117 PEÇA QUADRADA (19 FORATS)
C - 3000	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	000 MALETÍ
C - 3101	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	101 CONFLICTE 1
C - 3102	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	102 CONFLICTE 2
C - 3103	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	103 CONFLICTE 3
C - 3104	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	104 CONFLICTE 4
C - 3105	3 RESOLUCIÓ CONFLICTES	105 CONFLICTE 5
C - 4000	4 COMPLEMENTS	000 MALETÍ
C - 4001	4 COMPLEMENTS	001 CD

KIT RESPONSABILITAT

NÚMERO DE REFERÈNCIA	UBICACIÓ MALETÍ - TUB	NOM
R - 0000		000 BAC
R - 0001		001 GUIA
R -1000	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	000 MALETÍ
R -1001	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	001 TUB
R -1101	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	101 PÒSTER RESPONSABILITATS
R -1102	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	102 PÒSTER MÀQUINA R.
R -1210	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	210 TOLERAR FRUSTRACIÓ
R -1211	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	211 ALIMENTACIÓ SANA
R -1212	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	212 FER EXERCICI
R -1213	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	213 HIGENE PERSONAL
R -1214	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	214 ACCEPTAR-SE
R -1215	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	215 TENIR CRITERI
R -1216	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	216 TENIR INICIATIVA
R -1217	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	217 CREATIVITAT
R -1218	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	218 APRENDRE HABILITATS
R -1219	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	219 SENTIT DE L'HUMOR
R -1221	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	221 DIVERSITAT
R -1222	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	222 MOSTRAR AMABILITAT
R -1223	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	223 RESPECTAR LES NORMES
R -1224	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	224 DESENVOLUPAR TOLERÀNCIA
R -1225	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	225 PREOCUPAR-SE
R -1226	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	226 PARTICIPAT
R -1227	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	227 DIALOGAR

R -1228	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	228 SABER ACCEPTAR
R -1231	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	231 ESTALVIAR AIGUA
R -1232	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	232 PRODUCTES ECOLÒGICS
R -1233	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	233 SEPARAR I RECICLAR
R -1234	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	234 MODERAR EL CONSUM
R -1235	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	235 ESTIMAR I VALORAR
R -1236	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	236 RESPECTAR PLANTES
R -1237	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	237 NO CONTAMINAR
R -1310	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	310 OBJECTIU
R -1320	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	320 PASSOS A SEGUIR
R -1331	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	331 COSES MATERIALS
R -1332	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	332 COL-LABORADORS I AJUDES
R -1333	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	333 TEMPS
R -1340	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	340 VALORO I PENSO
R -1341	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	341 VALORO I PENSO
R -1350	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	350 DIBUIX
R -1361	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	361 VALORACIÓ 1
R -1362	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	362 VALORACIÓ 2
R - 1401	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	401 NETEJA DE LA GOSSA
R - 1402	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	402 DISFRESSA
R - 1403	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	403 DUTXAR-TE
R - 1404	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	404 CARTERA AMB DINERS
R - 1405	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	405 TRENQUES UN FANAL
R - 1406	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	406 TRENCAT LA CAMA
R - 1407	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	407 FI DE CURS
R - 1408	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	408 BICICLETA
R - 1409	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	409 DEMANAR PERMÍS
R - 1410	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	410 DISCULPAR-TE
R - 1501	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	501 PINCES PÒSTERS
R - 1502	1 CADENA DE RESPONSABILITAT	502 MARCS PÒSTERS
R - 2000	2 ESTATS D'ÀNIM	000 MALETÍ
R - 2101	2 ESTATS D'ÀNIM	101 PLANTILLA 1
R - 2102	2 ESTATS D'ÀNIM	102 PLANTILLA 2
R - 2103	2 ESTATS D'ÀNIM	103 PLANTILLA 3
R - 2104	2 ESTATS D'ÀNIM	104 PLANTILLA 4
R - 2105	2 ESTATS D'ÀNIM	105 PLANTILLA 5
R - 2106	2 ESTATS D'ÀNIM	106 PLANTILLA 6
R - 2107	2 ESTATS D'ÀNIM	107 PLANTILLA 7
R - 2108	2 ESTATS D'ÀNIM	108 PLANTILLA 8
R - 2109	2 ESTATS D'ÀNIM	109 PLANTILLA 9
R - 2110	2 ESTATS D'ÀNIM	110 PLANTILLA 10
R - 2111	2 ESTATS D'ÀNIM	111 PLANTILLA 11
R - 2112	2 ESTATS D'ÀNIM	112 PLANTILLA 12
R - 2113	2 ESTATS D'ÀNIM	113 PLANTILLA 13
R - 2114	2 ESTATS D'ÀNIM	114 PLANTILLA 14
R - 2115	2 ESTATS D'ÀNIM	115 PLANTILLA 15

R - 2116	2 ESTATS D'ÀNIM	116 PLANTILLA 16
R - 2117	2 ESTATS D'ÀNIM	117 PLANTILLA 17
R - 2118	2 ESTATS D'ÀNIM	118 PLANTILLA 18
R - 2119	2 ESTATS D'ÀNIM	119 PLANTILLA 19
R - 2120	2 ESTATS D'ÀNIM	120 PLANTILLA 20
R - 3000	3 CONSUM D'AIGUA	000 MALETÍ
R - 3101	3 CONSUM D'AIGUA	101 INSTRUCCIONS
R - 3102	3 CONSUM D'AIGUA	102 RECOLLIDA DE DADES
R - 3103	3 CONSUM D'AIGUA	103 CÀLCUL
R - 3201	3 CONSUM D'AIGUA	201 FITXA 1 (MALBARATEM)
R - 3202	3 CONSUM D'AIGUA	202 FITXA 2 (GOTEJAR)
R - 3203	3 CONSUM D'AIGUA	203 FITXA 3 (ESTALVI)
R - 3204	3 CONSUM D'AIGUA	204 FITXA 4 (BEURE)
R - 3205	3 CONSUM D'AIGUA	205 FITXA 5 (AIXETA)
R - 3206	3 CONSUM D'AIGUA	206 FITXA 6 (CLAR)
R - 3207	3 CONSUM D'AIGUA	207 FITXA 7 (BRUTA)
R - 3208	3 CONSUM D'AIGUA	208 FITXA 8 (POU)
R - 4000	4 COMPLEMENTS	000 MALETÍ
R - 4100	4 COMPLEMENTS	001 CD



Obra Social
Fundació "la Caixa"