

Benestar emocional per a l'aprenentatge

FORMAT

Taller

PROGRAMA

Educació emocional- Recurs material facilitat per la Diputació de Barcelona

DESTINATARIS

Alumnat de primer de l'ESO

DESCRIPCIÓ

Projecte d'educació emocional adreçat a l'alumnat de 1r d'ESO amb l'objectiu d'aportar-los eines i recursos per millorar el seu benestar emocional.

El programa se centra en l'autoconeixement i el respecte cap a un mateix, així com en el coneixement i respecte cap als altres, promovent relacions saludables i un entorn d'aprenentatge positiu.

El benestar emocional constitueix una de les bases de la salut física, emocional i social de les persones. Comprèn tant l'experiència subjectiva de sentir-se bé, en harmonia i amb tranquil·litat, com l'experiència personal de satisfacció amb si mateix per poder fer front a les dificultats i superar-les en positiu. D'altra banda, esdevé un element clau per establir vincles positius que fomentin el sentiment de pertinença, la identificació amb el grup, el reconeixement de la diferència, l'equitat, la seguretat emocional, les relacions personals positives i la convivència pacífica.

Relació amb el currículum: El marc d'aquesta proposta és el currículum actual:

- Incideix directament en el vector 6 (benestar emocional):
 - Preveu l'experiència subjectiva de sentir-se bé, en harmonia i amb tranquil·litat.
 - Té en compte l'experiència personal de satisfacció amb un mateix.
 - Ajuda a fer front a les dificultats i superar-les en positiu.
- Desenvolupa la competència personal, social i d'aprendre a aprendre (CPSAA), que implica:
 - Autoconeixement
 - Creixement personal
 - Gestionar el temps i la informació
 - Col·laboració constructiva
 - Resiliència
 - Aprenentatge continu

METODOLOGIA

Les actuacions que es proposen en aquest recurs inclouen quatre sessions amb alumnat de 1r d'ESO d'una hora i mitja i dues sessions amb les seves

famílies. Aquestes sessions es faran a l'institut i pretenen complementar altres accions que es puguin estar fent o que es duran a terme en aquests centres educatius. La metodologia tindrà en compte les experiències i vivències dels participants amb un enfocament molt pràctic i participatiu.

Es treballarà amb l'alumnat per identificar les emocions pròpies i les dels altres; conèixer les eines que permetin gestionar-les positivament, i aprendre a comunicar-se de forma assertiva, amb empatia i respecte cap a les altres persones.

També es treballarà amb les famílies sobre com es poden identificar les emocions pròpies i les dels seus fills, i com els poden acompanyar a l'inici de l'adolescència. Es proporcionarà material per continuar treballant aquest àmbit a l'aula; per això, les actuacions que es proposen volen complementar-ne d'altres que es puguin estar fent des dels centres.

OBJECTIUS

- Donar eines perquè l'alumnat pugui identificar les seves emocions i la dels altres, i disposi d'eines per gestionar-les correctament.
- Facilitar eines a les famílies perquè els seus fills puguin identificar les seves emocions i acompanyar-les a l'hora de regular-les i gestionar-les.
- Posar els fonaments a 1r d'ESO per tenir una bona experiència a secundària

CALENDARI

De gener a juny, en el millor horari i calendari possibles, d'acord tant amb l'ens local com amb el centre educatiu.

ESPAIS/LLOC DE REALITZACIÓ

Aula del centre educatiu.

OBSERVACIONS

Cal la presència del tutor, tutora o responsable en la sessió.

El centre ha de sol·licitar el recurs a l'Ajuntament que és qui fa la petició a la Diputació de Barcelona. Cal que el centre signi una carta de compromís. Període de sol·licitud: de juliol a finals d'octubre.

Només pot sol·licitar el recurs un institut del municipi.

RECURSOS

Humans: personal d'una entitat especialitzada contractada per la Diputació de Barcelona.

El tutor, tutora o responsable de la sessió per fer el seguiment de l'actuació a cada centre educatiu o equipament municipal.

Econòmics: el recurs pel centre educatiu és gratuït perquè està subvencionat per la Diputació.

INFORMACIÓ

<https://www.diba.cat/ca/web/educacio/-/cataleg-benestar-emocional>

INSCRIPCIONS

A la pàgina web de l'Ajuntament:

https://www.montornes.cat/seu_electronica/serveis-i-tramits/cateld-d-activitats-educatives/formulari-de-sol-licitud-d-activitats-educatives

Departament d'Educació. educacio@montornes.cat

Telèfon: 93 5667004 / 630281538