



BENESTAR EMOCIONAL

Les emocions en el camí cap a la secundària

FORMAT

Taller participatiu

PROGRAMA

Salut Jove

DESTINATARIS

6è de primària

CALENDARI

De febrer a juny

DURADA PREVISTA

Sessió d'una hora de durada.

Si fos necessari es podria ampliar (sota demanda) amb un taller de continuació.

OBJECTIUS

- Reconèixer les pròpies emocions i reforçar l'autoestima pels canvis que vindran.
- Comprendre quines emocions existeixen i com aquestes afecten en les nostres decisions i autoestima.
- Comprendre la importància de les emocions en les relacions socials i en la comunicació.
- Reconèixer i diferenciar entre les emocions primàries i secundàries.
- Identificar què és l'autoestima i com influeix en el benestar emocional.
- Adquirir estratègies per poder gestionar les emocions.
- Aprendre a comunicar-se de manera assertiva.
- Saber identificar aspectes positius en un mateix i en els altres.
- Treballar la comunicació assertiva amb la finalitat de potenciar l'autoestima de l'alumnat davant del pas a la secundària.

DESCRIPCIÓ I METODOLOGIA

Activitat que compta amb material audiovisual que serveix per guiar la sessió i facilitar la participació de tot l'alumnat, permetent així que formin part activa del seu aprenentatge. Les dinàmiques participatives a emprar seran : pregunta / resposta, *role-playing*, anàlisi de casos i breu debat, escenari creatiu, entre altres.

LLOC DE REALITZACIÓ

Aula del centre educatiu

RECURSOS

Humans: aquest curs l'entitat Promoció i Desenvolupament Social se'n fa càrrec.

Logístics: pantalla tàctil i/o projector i ordinador.

Materials diversos:

Dossier de presentació

Vídeo fragment de la pel·lícula: Inside Out, adivina las emociones.

La corda de les emocions

OBSERVACIONS

Presència del tutor o tutora durant la realització del taller

INFORMACIÓ

Departament de Salut Pública

salut publica@montornes.cat

Tel. 93 572 11 70 ext. 1905 i 1906

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