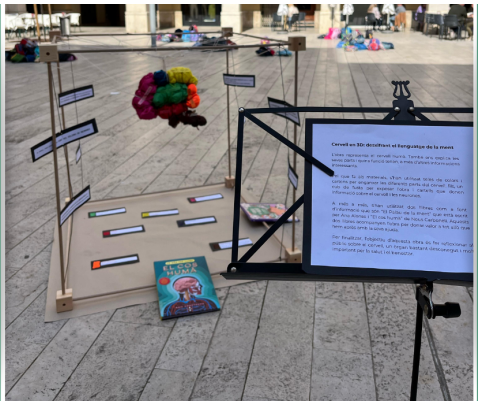

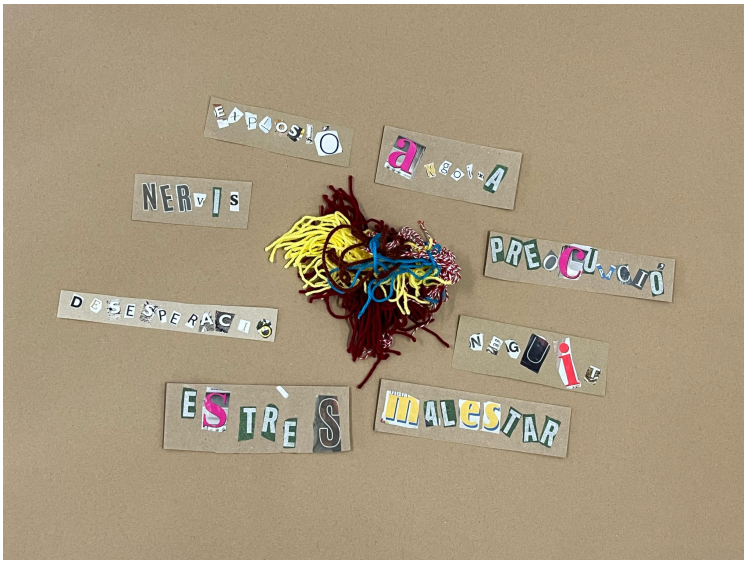

FAIG cesire Generalitat de Catalunya

La salut no sempre és física.

Escola Sant Llàtzer - Tortosa

e3008389@xtec.cat

Primària 3r Cicle

Salut i Benestar

Tecnologies Maker

Altres

Durada

més de 50 hores

Propòsit del projecte

Aquest projecte se centra en la diversitat del nostre grup i com la falta d'autoregulació pot portar a alguns conflictes. L'autoregulació és la nostra capacitat per gestionar les emocions, cosa molt important per sentir-nos bé. L'objectiu principal és conèixer-nos millor per veure què ens preocupa i aprendre maneres de créixer personalment. Després, pensarem com podem compartir el que hem après dins i fora de l'escola per ajudar a altres persones.

Pregunta essencial, repte o servei

Com les meves emocions m’afecten a mi i a la tribu?

Descripció del projecte

Aquest projecte s’inicia amb una bicicletada de comunitat de grans a Campredó, on també es realitzen diferents tallers relacionats amb salut i benestar. A partir d’aquí, ens endinsem en el treball de les emocions i la repercussió que aquestes tenen en una mateixa i les persones del voltant. També amb la recerca del coneixement del funcionament del cervell per poder entendre millor com funcionem. Finalment, aquest procés ens porta a una major acceptació i estima cap a una mateixa.

Creació d’obres o productes

Els infants creen un mural anomenat “Com soc jo”. Aquest tracta sobre escollir diferents parts d’animals relacionades amb la nostra manera de fer i de ser, buscant la part positiva d’aquesta qualitat. A més, també construeixen una obra artística anomenada “Fotografies metafòriques”, les quals parlen sobre quatre diferents trastorns mentals. També realitzen un cervell 3D per poder identificar les seves parts i informació rellevant relacionada amb els neurotransmissors.

Reflexió de les persones implicades

“Fent aquest projecte m’ha ajudat a aprendre diferents aspectes sobre el cervell, com ara els neurotransmissors. Així entenem les nostres reaccions i com podem ajudar-nos”. (Infant de 5è(. “A mi m’està servint per a gestionar millor les emocions. Per exemple, quan estic angoixada ara faig la tècnica de respiració 4-4-8”. (Infant de 5è).