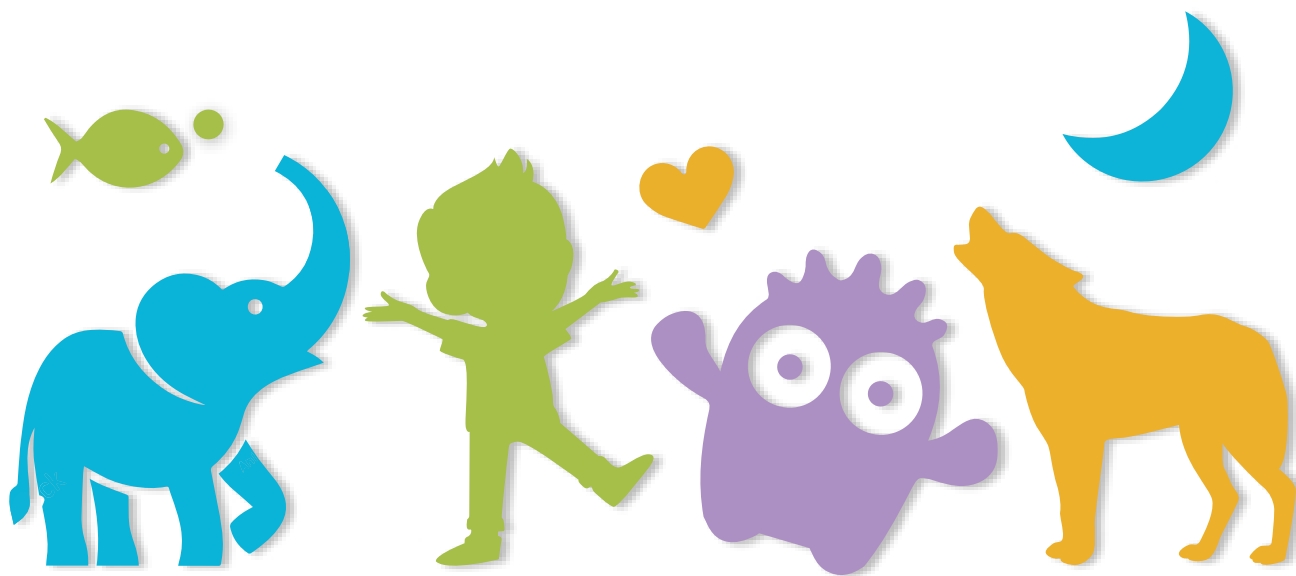


# AMB TOTS ELS SENTITS

Educació afectiva sexual  
Guia didàctica per a l'educació infantil



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I DIRECCIÓ GENERAL  
B SALUT PÚBLICA  
/ PARTICIPACIÓ



G CONSELLERIA  
O EDUCACIÓ  
I FORMACIÓ  
B PROFESSIONAL  
/ DIRECCIÓ GENERAL  
PRIMERA INFÀNCIA,  
INNOVACIÓ I COMUNITAT  
EDUCATIVA

## **EDICIÓ**

Direcció General de salut Pública i Participació  
Conselleria de Salut i Consum  
Govern de les Illes Balears

## **DIRECCIÓ I COORDINACIÓ**

Jaume Font Mach. Professor.  
Ana María Amengual Rigo. Mestra i psicopedagoga  
Rosa María Aranguren Balerdi. Metgessa

## **AUTORES**

Alexandra García Jiménez. Mestra d'educació infantil i pedagoga  
Antònia María Tomás Vidal. Infermera i sexòloga  
Eva Arnau Miquel. Mestra d'educació infantil  
Francisca Tomás Vidal. Mestra d'educació infantil i primària  
Irene Socías Martí. Mestra d'educació infantil  
Magdalena Merino Ferriol. Mestra d'educació infantil  
Margalida Ordinas Vaquer. Infermera i sexòloga  
Maria Àngels Vaquero Mas. Mestra d'educació infantil  
Paula Vallcaneres Morro. Mestra d'educació infantil i primària  
Sabina Costa Costa. Mestra d'educació infantil i psicopedagoga  
Maria Assumpció Hernández Moreno. Mestra d'educació infantil

## **ASSESSORAMENT LINGÜÍSTIC**

Francesc Esteve Beneito  
Joana M. Munar Oliver

## **DISSENY I MAQUETACIÓ**

Borisgrafic

## **IMPRESSIÓ**

ESMENT IMPRENTA

**ISBN:** 978-84-09-35731-4

**Palma, desembre 2021**

# ÍNDEX

---

	Pàg.
<b>Introducció</b>	<b>5</b>
<b>Eixos, unitats didàctiques i activitats</b>	<b>7</b>
<b>Eix 1: La sexualitat. Som éssers sexuats</b>	<b>19</b>
1.1 El cos	20
1.2 La reproducció	39
1.3 El gènere i la identitat sexual	52
<b>Eix 2: Les sensacions. Tenim la capacitat de sentir</b>	<b>67</b>
2.1 El plaer i el desplaer	68
2.2 Les necessitats i els desitjos	92
<b>Eix 3: La conducta sexual. Ens comportam sexualment</b>	<b>117</b>
3.1 La intimitat, el respecte i la conducta sexual	118
<b>Eix 4: L'art d'estimar. Podem aprendre a estimar bé</b>	<b>149</b>
4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se	150
4.2 Relacionar-se	191
4.3 Viure en família	217
<b>Implementació i avaluació</b>	<b>234</b>
<b>Orientacions per a la implementació</b>	<b>235</b>
<b>Orientacions per a l'avaluació</b>	<b>243</b>
<b>Annex 1. La sexualitat i el desenvolupament de l'infant</b>	<b>256</b>
<b>Annex 2. L'educació sexual integral</b>	<b>257</b>
<b>Bibliografia</b>	<b>259</b>
<b>Marc normatiu</b>	<b>262</b>



# INTRODUCCIÓ

---

**L'educació sexual és un dret dels infants** reconegut per organismes internacionals i per la legislació estatal. També és un deure de les persones adultes, responsables de la seva educació i la seva cura.

A les Illes Balears, **el Pla de Coeducació 2019-2022 inclou entre els seus objectius l'educació afectiva i sexual**. També preveu la incorporació del programa d'educació afectiva i sexual «Amb tots els sentits» en el projecte educatiu de centre i en la programació general anual.

**El programa està estructurat en tres etapes: infantil, primària i secundària**. Cada una d'aquestes, amb material específic per desenvolupar l'educació sexual integral (ESI) en tots els cicles educatius.

Per a l'educació infantil, els materials disponibles són el Llibre de consulta per al professorat, amb contingut teòric sobre sexualitat en la infància i la pubertat, i aquesta Guia didàctica, que conté propostes concretes per treballar l'ESI a l'aula. Són documents complementaris i és convenient haver llegit el llibre de consulta abans d'implementar la guia.

**La guia està estructurada en quatre eixos**. Cada eix està integrat per **unitats didàctiques**, que inclouen **un conjunt d'activitats**.

L'ESI transcendeix l'entorn educatiu; per aquest motiu, **les propostes d'aquesta guia també tenen com a finalitat ajudar la mestra o el mestre a conèixer cada infant i les seves circumstàncies vitals**. D'aquesta manera podrà facilitar a l'infant i a la família que ho necessiti l'accés a recursos que els puguin ajudar a superar situacions adverses.

Esperam que aquest document us sigui d'utilitat i que en pròximes edicions es pugui ampliar amb noves propostes educatives.



# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

La guia està estructurada en eixos, unitats didàctiques i activitats. En la taula següent en podeu veure el detall dels eixos i de les unitats didàctiques.

Eixos	Unitats didàctiques
<b>1. La sexualitat</b>	1.1 El cos 1.2 La reproducció 1.3 El gènere i la identitat sexual
<b>2. Les sensacions</b>	2.1 El plaer i el desplaer 2.2 Les necessitats i els desitjos
<b>3. La conducta sexual</b>	3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual
<b>4. L'art d'estimar</b>	4.1 Conèixer-se, acceptar-se estimar-se 4.2 Relacionar-se 4.3 Viure en família

Cada unitat didàctica consta de dues parts:

- Una introducció, en la qual s'especifiquen els objectius d'aprenentatge de la unitat, els conceptes clau, les activitats que conté i la metodologia d'avaluació.
- Les activitats que integren la unitat.

Les activitats estan estructurades en els apartats següents: edat per a la qual està adreçada, objectius, durada aproximada, desenvolupament, indicacions, recursos necessaris, activitats complementàries i instruments d'avaluació.

Són activitats orientatives. Cada activitat es pot utilitzar sense cap modificació o fent-hi les adaptacions necessàries per millorar-ne la implementació en una circumstància concreta. També pot servir de guia i inspirar-ne d'altres que permetin assolir els mateixos objectius.





# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

Per a la elaboració de les activitats s'han utilitzat diferents mètodes: filosofia 3/18, microespais, assemblea, cercles de diàleg, joc simbòlic... i s'han incorporat les eines d'ús habitual en l'educació infantil: música, dansa, dibuix i creació artística en general; psicomotricitat, relaxació, meditació i atenció plena; contar un conte, rituals, exploració d'entorns, creació d'entorns de seguretat, intimitat i calidesa... En les activitats que s'ha considerat adient s'ha inclòs la participació de la família, considerant sempre la diversitat familiar i les possibilitats de col·laboració.

## EIX 1: LA SEXUALITAT

### Unitat didàctica: El cos

#### Activitat

#### En què consisteix

#### 1. Ambient de mediateca i conte de l'Elmer

Conte i joc lliure als microespais

---

#### 2. Relaxació

Dinàmica guiada de relaxació i presa de consciència

---

#### 3. Trobam les parts del cos

Joc per identificar les parts del cos associant-les a la seva funció

---

#### 4. Per a què serveix

Joc de filosofia amb imatges

---

#### 5. Ballam les parts del cos

Ball i localització

---

#### 6. Escolta i cerca-la

Audicions per identificar les funcions i relació amb les parts

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 1: LA SEXUALITAT

### Unitat didàctica: La reproducció

#### Activitat

#### En què consisteix

##### 1. Quina panxa!

Exposició, conversa i simulacions per recrear un embaràs.

Visualització del joc de simulació i reflexió

---

##### 2. Vull sortir

Vídeo, simulacre del naixement i diàleg

---

##### 3. Com es fan els bebés?

Projecte: recerca d'informació, exposicions amb triatge i selecció de dades importants

Abordatge de la qüestió: visualitzacions, debat i mural

---

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 1: LA SEXUALITAT

Unitat didàctica: El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat

### En què consisteix

#### 1. Diversitat i igualtat

Observació i conversa, joc en microespais i reflexió

---

#### 2. Un nin o una nina?

Cançó per dialogar, conèixer i integrar la diversitat

---

#### 3. Princeseta, princeset

Conte i conversa, joc amb disfresses i realització de titelles

---

#### 4. Trastoca el conte

Visualització conte i conversa o debat

Modificació d'un conte identificant i eliminant patrons sexistes

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 2: LES SENSACIONS

### Unitat didàctica: El plaer i el desplaer

#### Activitat

#### En què consisteix

**1. loga**

Conte loga, pràctica de diferents postures i conversa sobre la importància de saber estar en calma

---

**2. Massatge**

Sessió de massatge indirecte o directe amb música ambiental

---

**3. Sessions de psicomotricitat**

Joc amb el cos i exploració de les seves possibilitats

---

**4. Sortides al parc**

Anar a un parc proper per jugar a l'exterior

---

**5. Jugam amb teles**

Joc amb teles a partir d'una transformació de l'espai

---

**6. Paperins**

Joc lliure amb paperins

---

**7. Cantam un conte**

Jugar i cantar a partir del moviment i la música

---

**8. La pilota que respira**

Prendre consciència de la respiració amb el suport d'una pilota flexible

---

**9. Ens relaxam?**

Sessió guiada de relaxació

---

**10. La senyora no**

Joc amb un titella per aprendre a verbalitzar les coses que no agraden i posar límits

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 2: LES SENSACIONS

Unitat didàctica: Les necessitats i els desitjos

**Activitat**

**En què consisteix**

**1. En Blef**

Presentació d'en Blef i conversació de les necessitats i desitjos que tenim

**2. Pobres vora el mar**

Conversació a partir d'una làmina d'art per identificar necessitats i trobar solucions

**3. Necessites ajuda?**

Joc amb imatges per classificar si les persones que apareixen necessiten ajuda o no, creació d'una fórmula per demanar ajuda

**4. No puc, no**

Dibuix d'una situació que no podem dur a terme tots sols i aprendre a demanar ajuda

**5. La fórmula màgica**

Joc per aprendre a manifestar les necessitats de manera adequada

**6. T'ajud!**

Joc de rols

**7. Anam a canviar el bolquer amb en Blef**

Activitat per participar de manera activa en els hàbits d'higiene

**8. Ens ajudam**

Joc cooperatiu

**9. A què jugam avui?**

Conversa per triar el racó o joc en què participarà cada infant

**10. Les estàtues**

Joc de les estàtues

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 3: LA CONDUCTA SEXUAL

Unitat didàctica: La intimitat, el respecte i la conducta sexual

### Activitat

### En què consisteix

#### 1. El meu cos

Observació de les característiques del propi cos mitjançant l'autoretrat  
Conte: El meu cos és meu

---

#### 2. On és el meu tresor?

Conte: El meu cos és un tresor. Cerca del tresor, conversa i reflexió.

---

#### 3. La meva capsa

Capses amb objectes personals

---

#### 4. Un espai d'intimitat

Creació d'un espai d'intimitat

---

#### 5. En Kiko i n'Estela

Conte: Estela, crida ben fort!  
Curt: La regla d'en Kiko  
Representació amb titelles  
Converses de reflexió

---

#### 6. El color dels secrets

Conte: De quin color són els teus secrets.  
Reflexió sobre quants secrets tenim, si són bons o dolents utilitzant colors

---

#### 7. Paraules dolces

Conte: Les paraules dolces i garlanda amb paraules positives

---

#### 8. Besades i abraçades

Cercle de diàleg sobre mostres d'afecte  
Contes: Ni una carícia a la fuerza i Ni un besito a la fuerza

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

### Unitat didàctica: Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

#### Activitat

#### En què consisteix

- |  |   |
|--|---|
| <b>1. Conte: De quin color és un petó?</b> | Conte, reflexió i diàleg sobre emocions agradables i desagradables relacionades amb les expressions d'afecte                        |
| <b>2. Ona musical</b>                      | Expressar emocions amb moviments del cos utilitzant la música   |
| <b>3. Emocionari de l'aula</b>             | Cercle de diàleg i elaboració de l'emocionari de l'aula amb fotografies dels infants  |
| <b>4. Feim un reportatge</b>               | Fer fotografies fetes pels infants en diferents moments i diàleg sobre les emocions observades en les imatges                       |
| <b>5. Respira</b>                          | Conte per guiar la pràctica de la respiració conscient, observació de sensacions i de la imaginació                                 |
| <b>6. Espai de calma</b>                   | Creació a l'aula d'un espai de calma amb la col·laboració dels infants i les famílies   |
| <b>7. Explosió d'emocions</b>              | Diferents propostes per alliberar tensió emocional, verbalitzar emocions i relacionar emocions i comportament                       |
| <b>8. Així són les meves emocions</b>      | Identificar, distingir i expressar les emocions mitjançant diferents propostes: música, colors, cercle de conversa, caps d'emocions |
| <b>9. Cuidar-se també és estimar</b>       | Conte i joc de titelles per conversar sobre la importància d'estimar-nos i tenir cura de nosaltres                                  |
| <b>10. Umpl el buit</b>                    | Conte, cercle de diàleg, dibuix o modelatge per expressar emocions i pensar en el seu significat                                    |
| <b>11. Ens divertim fent ioga</b>          | Conte per realitzar diferents postures de ioga  |
| <b>12. Tranquil·litat i atenció</b>        | Diferents propostes per practicar relaxació i mindfulness   |

# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

### Unitat didàctica: Relacionar-se

#### Activitat

#### En què consisteix

- |   |   |
|---|---|
| <b>1. Tots iguals, tots diferents</b>     | Conversa i reflexió sobre un poema  |
| <b>2. La meva cara</b>                    | Elaboració del propi retrat i conversa sobre diferències i similituds entre les persones  |
| <b>3. Conte: Orelles de papallona</b>     | Conte i cercle de conversa sobre la importància d'estimar-nos així com som  |
| <b>4. De qui és?</b>                      | Imatges de diferents parts del cos que pertanyen al grup d'infants i conversa sobre les semblances i les diferències d'una mateixa part del cos                                       |
| <b>5. Conte: Monstre rosa</b>             | Conte i conversa sobre la diversitat i el respecte  |
| <b>6. Un moment per a cada aniversari</b> | Diferents activitats per celebrar l'aniversari i fer sentir l'infant una persona especial i el protagonista del dia   |
| <b>7. Resoldre el cademat</b>             | Joc de misteri en el qual, mitjançant una sèrie d'activitats que ajuden a resoldre'l, es treballa la cohesió del grup i l'autoconcepte  |
| <b>8. Moviment lliure i únic</b>          | Conte Un dia al mar, que ofereix diferents activitats de moviment, per millorar la consciència corporal i desenvolupar una actitud positiva davant el moviment propi i el dels altres |
| <b>9. Som persones úniques</b>            | Participació de les famílies realitzant una activitat a l'escola relacionada amb la seva identitat cultural   |
| <b>10. Compartir el silenci</b>           | Diferents propostes de joc per compartir moments de silenci   |



# EIXOS, UNITATS DIDÀCTIQUES I ACTIVITATS

---

## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

### Unitat didàctica: Viure en família

#### Activitat

#### En què consisteix

##### 1. Protagonista de la setmana

Diferents activitats on l'infant protagonista explica com és la seva família

---

##### 2. Conte: Amb la Tango són tres

Conte i endevinalles per reflexionar i xerrar sobre l'adopció

---

##### 3. La família Colombiana d'en Botero

Imatge i creació d'una obra d'art per part dels infants per conversar sobre el concepte de família i els rols de gènere

---

##### 4. El conte viatger

Conte Visc a dues cases per contar-lo a l'aula i en família

---

##### 5. Som família

Llibre Familiar per reflexionar sobre els múltiples tipus de família

---

##### 6. Inventam un conte

Creació d'un conte, entre tot el grup, fent dibuixos dels membres de la família realitzant el que més els hi agrada fer





# 1. La sexualitat

## Som éssers sexuats

Aquest eix consta de tres unitats didàctiques:

- 1.1 El cos
- 1.2 La reproducció
- 1.3 El sexe, el gènere, la identitat i l'orientació sexual

## 1.1 EL COS

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Identificar progressivament, conforme al nivell de desenvolupament, les diferents parts externes del cos.** Tot el cos és sexuat i està involucrat en l'expressió de la sexualitat. Es tracta d'afavorir que l'infant conegui les parts externes del cos i les anomeni de forma correcta.

- **Observar que tots els cossos tenen similituds i diferències i reconèixer que cada persona és única i diferent de totes les altres persones.** Existeixen tantes formes d'expressar la sexualitat com persones. És per això que cal que els infants aprenguin que la diferència és consubstancial a l'esser humà, que és natural, necessària i enriquidora i que, per això, s'ha de respectar i valorar positivament.

### Conceptes clau

- les parts del cos i les seves funcions
- les diferències corporals
- la situació espacial: proximitat o contacte amb el sòl o amb alguna companya o company, posició del cos i les seves parts
- les sensacions a través dels objectes, materials, sons
- les emocions i sentiments
- les capacitats expressives del cos

### Activitats

1. Ambient de mediateca i conte de n'Elmer
2. Relaxació
3. Trobam les parts del cos
4. Per a què serveix
5. Ballam les parts del cos
6. Escolta i cerca-la



## 1.1 El cos

### Activitat 1. Ambient mediateca i conte de n'Elmer

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat és apropiada per fer amb la dinàmica d'ambients d'aprenentatge, dins el de mediateca. Tot i així, es podria fer com una activitat diferent, quan no s'utilitza aquesta metodologia. Requereix crear un ambient amb diferents espais on els infants s'han de moure de forma lliure, per la qual cosa el nombre d'infants no ha de ser elevat, o bé s'ha de comptar amb una altra persona.

#### Abans de començar convé tenir:

- Un lloc d'assemblea o trobada on es contarà el conte, que serveix d'introducció i per fer les propostes dels microespais. Tots els infants han de poder veure bé el conte, sense estar gaire estrets.
- Almenys quatre espais diferenciats (microespais) on trobar les propostes de feina o joc que sorgeixen de l'explicació del conte i que es detallen més endavant.



#### Objectius

- Prendre consciència de les diferències entre uns i els altres (color de pell, mida, corpulència, edat...).
- Observar les possibilitats que ens donen les diferències corporals.
- Gaudir mitjançant una escolta activa.
- Diferenciar: colors, formes i animals.
- Expressar-se mitjançant la interpretació o la reproducció amb moviment.
- Expressar-se de forma escrita, oral i gestual.



#### Durada aproximada

30-40 minuts, per a infants de 2 anys.  
90 minuts, per a infants de 3 a 5 anys.



#### Desenvolupament

1. Es demana als infants que estiguin en silenci i tranquils per poder escoltar i mirar amb atenció.
2. Es conta el conte, utilitzant un to suau però expressiu, acompanyat de gests corporals i facials.
3. Acabat el conte, es fan preguntes per assegurar la comprensió de la història i generar un petit debat, d'entre cinc i quinze minuts, segons l'edat dels infants. Cal recordar que es necessita ordre per poder escoltar i respondre i que s'ha de respectar el torn de paraula. Així, es pot demanar: Qui és n'Elmer? Què té d'especial? Com són els altres animals? Tots poden fer les mateixes coses? Els molesta que n'Elmer sigui diferent? Per què? Està bé que tots siguem diferents?



## 1.1 El cos

### Activitat 1. Ambient mediateca i conte de n'Elmer

---

4. Un cop finalitzades les preguntes i el debat, els infants passen als microespais. Convé limitar el nombre d'infants (entre tres i cinc) a cada microespai, per assegurar un millor seguiment i una millor feina entre ells. El microespais poden ser els següents:

- **Esriptura:** on escriure paraules que defineixen n'Elmer i les seves amistats. Es poden aferrar al voltant de la silueta de n'Elmer.
- **Silueta de n'Elmer:** cadascú coloreix un quadrat de paper i després l'aferra per emplenar la silueta de l'elefant.
- **Teatret de teresetes:** on reproduir el conte.
- **Elaboració de teresetes:** poden triar entre les figures dels diferents animals del conte. La figura triada s'acolorix, es punxa i s'aferra al pal per poder-la manipular.
- **Panera d'animals:** on trobar tot tipus d'animals per poder fer joc simbòlic.

5. Una vegada acabada la feina als diferents espais, es tanca l'activitat i es torna al lloc d'assemblea. Es demana que cadascú expressi allò que vulgui, com per exemple: A què has jugat? Amb qui? Què t'ha agradat...

### » Indicacions

- De 3 a 5 anys, primer es reproduïx el text oralment, pàgina a pàgina, sense que vegin les imatges i, posteriorment, es mostren. D'aquesta manera els infants han de fer l'esforç d'entendre i d'imaginar allò que es conta, per després contrastar-ho amb les imatges.
- Per als més petits, es mostren les imatges mentre es conta el conte.
- Durant l'activitat es poden fer fotografies o vídeos dels infants en els diferents espais.

### 🔗 Recursos

- Estora i coixins.
- Conte: MCKEE, D. *L'Elmer, l'elefant de colors*. Barcelona: ediciones Beascoa, 2013.
- Mural amb silueta de n'Elmer i quadrats de paper, de la mateixa mida, per acolorir i aferrar dins la silueta.
- Tires de paper per escriure paraules que defineixen els diferents personatges del conte.
- Teresetes d'animals preparades per acolorir i punxar.
- Material fungible: retoladors, ceres, punxons, tisores, pals i cinta adhesiva.
- Teatret amb teresetes i panera d'animals.
- Càmera fotogràfica o mòbil.

## **Activitats complementàries**

- Altres microespais possibles:
  - Espai d'interpretació.
  - Relacionar animal i so.
  - Emplenar vinyetes incompletes.
- Dibuix de siluetes en família. Cada infant dibuixa, amb l'ajuda de la família, una silueta de dona i una d'home i hi assenyalava i hi escriu les parts del cos. Les siluetes s'exposen a l'aula i es comparen els dibuixos (les parts assenyalades i com s'han anomenant les parts). Aquesta activitat es pot realitzar en dues o tres sessions.
- Contes per ampliar:
  - DE DIOS, O. Monstre rosa. Barcelona: editorial Estrella Polar, 2019.
  - ATA ASOCIACIÓN DE TRANSEXUALES DE ANDALUCÍA-SYLVIA RIVERA. Piratrans Carabarro, guía didáctica para la igualdad. Editorial La Calle. És possible utilitzar-lo amb adaptació, per a infants de menys de cinc anys.

## **Avaluació**

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeo i fotografies.

## 1.1 El cos

### Activitat 2. Relaxació

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat es pot fer un cop acabada la sessió de psicomotricitat. La relaxació també es pot fer en qualsevol altre moment que es consideri oportuna, per exemple: després del pati o d'una altra activitat moguda. Convé crear un ambient facilitador: enfosquint la sala, amb música suau relaxant... (vegeu els recursos).



#### Objectius

- Prendre consciència de les diferents parts del cos i de les sensacions (calor, fred, humitat, sons, olors, contacte...).
- Prendre consciència d'allò que ens envolta: música, sòl, veu de la mestra...
- Potenciar l'escolta activa.
- Sentir el plaer que ens ofereixen aquestes sensacions.



#### Durada aproximada

5-10 minuts, per a infants de 2 anys.  
10-20 minuts, per a infants de 3 a 5 anys.



#### Desenvolupament

1. Es demana als infants que es tordin en cercle, panxa cap amunt, cames i braços separats i ulls clucs (vegeu la proposta de verbalització, a l'annex).
2. Se'ls diu que respirin a poc a poc, que no parlin i que només pensin en allò que la mestra o el mestre dirà.
3. Se'ls diu que observin i sentin com puja i baixa la panxa, com es destensen els músculs de les mans, cames, coll... També se'ls indica que prenguin consciència de la temperatura de l'ambient, del terra, el pes del cos...
4. Tot seguit s'anomenen les parts del cos on han de dirigir l'atenció (fent consciència del cos i de les seves parts).
5. S'acaba fent una posada en comú i expressen com se senten. Feim preguntes com: Com te trobes ara? Com te trobaves abans de començar? Què t'ha agradat més? Què t'ha agradat menys?...





## » Indicacions

- Durant tota la relaxació s'ha de parlar lentament, donant temps per fer allò que es demana als infants, passant a la següent consigna quan es vegi que estan preparats.
- La mestra o el mestre s'ha de moure al voltant del cercle d'infants, amb molta suavitat, silenciosament, sense moviments bruscs.

## 🔗 Recursos

- Material fungible (fulls blancs i retoladors).
- Matalassos o estora.
- Altaveu o reproductor de CD.
- Música:
  - Música celta. Ajuda a tranquil·litzar, equilibrar les energies, centrar l'atenció i relaxar <https://youtu.be/Gw11f2hMKWA>
  - El somni de les fades. Enya <https://youtu.be/OKStJaD3wcE>
  - Dàmaris Gelabert. Massatges. <https://youtu.be/2RaUhbr7Jms>

## 🧩 Activitats complementàries

- Representació d'un mateix amb moviment o en repòs.
- Relaxació en parella, amb canvi de rols. La relaxació es fa utilitzant la cançó «Massatges» de Dàmaris Gelaberto o la versió més curta «Pugen les formiguetes». El massatge es fa amb les mans, utilitzant la cançó com a guia. Es passa la cançó dues vegades, a fi que cada membre de la parella rebi el massatge. En acabar, els infants poden explicar què han sentit i si els ha agradat, en un cercle de diàleg.

## 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeo.

## 1.1 El cos

### ANNEX: RELAXACIÓ. Proposta de verbalització

---

- Ens tombam en terra, panxa en amunt, ben estirats i ulls clucs (mirau qui necessita ajuda i si la posició de tots és correcta).
- Estiram els braços, ben estirats, a prop del cos, però no aferrats (comprovau que ho fan bé, si cal se'ls ajuda).
- Ara separem un poc els peus i els deixam tombar cap a defora, ens pesen, descansen quiets (revisau la posició de cames i peus).
- Escoltam la música, és suau, tranquil·la, ens ajuda a respirar amb calma. Posam la nostra atenció en com estam, en com està el nostre cos. Estam suats, notam la suor, notam si alguna gota llenega per la nostra pell, si suam molt o poc (deixau un segons perquè prenguin consciència).
- Respiram, cada vegada respiram més lentament, notam com ens pesa el cos i com entra l'aire als pulmons i com en surt. Entra pel nas lentament i surt, suaument, per la boca (observau-los a tots per si s'ha d'ajudar algú).
- Seguim escoltant la música de fons, sona més baix, més tranquil·la, ens agrada i ens calma o ens molesta (deixau passar uns segons abans de seguir parlant).
- Ara, atenció als moviments de les nostres panxes, entra aire pel nas i s'infla la panxa, es desinfla la panxa i surt l'aire per la boca. Estam molt relaxats, només atents a la nostra respiració. Entra i s'infla, surt i es desinfla (es pot anar repetint diverses vegades, després deixau passar un minut abans de tornar a parlar).
- Seguim respirant lentament i ens fixam com es troben les diferents parts dels cos.
- Els peus ens pesen, no es mouen, notam quina part del peu toca en terra i quines no, potser notam més frescor per la part que toca en terra.
- Notam les nostres cames, pesen, no tota la cama toca en terra, la part de baix està esclafada contra el terra dur, està més fresca, la part dalt només nota la roba (o l'oratge que fan els ventiladors o el corrent d'aire...).
- Pujam un poquet i ens aturam per notar com estan els genolls, estan ben estirats, fluxets, quasi no toquen en terra, estan girats cap a defora i pesen (deixau passar cinc o deu segons). Seguim respirant lentament.
- Pujam i notam com ens pesen les cuixes, com estan un poc girades cap a defora (deixar passar tres o cinc segons), notam com la part de darrere toca en terra i està esclafada, pesa, notam el sòl, notam que està fresc (deixar passar tres o cinc segons), la part de dalt pesa cap als costats, notam la roba (l'oratge...).
- Un poc més amunt, notam el maluc (la cadera), com pesen els ossos, com el cul està esclafat, tocant en terra, notam frescor (deixau un moment per fer-ne consciència); la part de dalt del cul, cap a la cintura, no toca en terra, hi ha un espai entre la *cadera* i el sòl, potser és gran o petit (deixam passar uns segons); per la part de dalt notam el pubis i la part baixa de la panxa, estan quiets, estirats, notam un poc el moviment de la respiració (tornam a donar uns segons).
- L'esquena també toca, nota que el terra és dur, fresc, ens agrada o ens molesta un poc. Una part de l'esquena toca molt en terra i altres zones toquen poc o gens, ho notam (deixam passar tres o cinc segons); per la part de damunt notam com puja i baixa la panxa, molt suaument, a poc a poc, s'infla i es desinfla; més amunt passa igual al pit, es mou un poc, notam com s'obrin i es tanquen un poc les costelles (deixau un segons perquè en prenguin consciència).

# 1. La sexualitat

- Els braços estan quiets, pesen, només algunes parts toquen en terra, potser als colzes ens molesta un poquet. Notam la duresa, la frescor...
- Les mans estan obertes, els dits separats, pesen, notam quina part està tocant i nota frescor i la duresa del terra.
- El coll pesa, està quiet, no toca en terra, podem notar els cabells, si es mouen i ens fan pessigolles o si només hi són (deixau uns segons perquè en prenguin consciència).
- El cap està més tombat cap a un costat, pesa, notam com una orella està més a prop del terra, com ens cauen els cabells pels costats del cap, de la cara, notam si ens molesten (deixau passar cinc o vuit segons).
- Respiram igualment, tres vegades (poden ser més) i després, a poc a poc, començarem a moure'ns. Agafam aire pel nas, el treim per la boca, a poc a poc, entra aire pel nas, surt per la boca, entra pel nas i surt per la boca.
- Ara, lentament, molt lentament, ens movem, sense aixecar-nos. Quan estiguem preparats ens asseim també molt a poc a poc (anar observant que segueixen bé les instruccions, si fa falta assenyalar els qui van massa ràpid que baixin el ritme, millor amb gests).
- Quedam asseguts, tranquils, sense parlar, ens podem moure una mica.
- I ara cadascú dirà com es troba.

## 1.1 El cos

### Activitat 3. Trobam les parts del cos

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 a 5 anys

Aquesta activitat és una adaptació d'una proposta de joc extreta del llibre Filosofia 3/18. Tot pensant, pàgina 109, exercici 7: «Parts del cos». A més dels objectius detallats, permet treballar l'habilitat de formular conceptes precisos.



#### Objectius

- Localitzar les parts del cos.
- Relacionar les parts del cos amb la seva funció o funcions.
- Diferenciar entre la forma correcta d'anomenar les parts del cos i les formes «familiars» o incorrectes.
- Identificar sentiments o emocions, incomoditats o vergonyes.



#### Durada aproximada

15-40 minuts.



#### Desenvolupament

1. Es prepara el lloc d'assemblea o trobada on tothom s'ha de poder veure la cara en parlar. És apropiat enfosquir una mica l'aula.

2. S'explica als infants en què consisteix l'activitat.

3. Es consensuen unes normes per als moments de conversa (o de filosofia), per exemple: demanar el torn de paraula, escoltar qui parla, no interrompre...

4. Un cop consensuades les normes es convida els infants a recordar-les entre tots.

5. Es reparteix una bosseta amb cigrons a cada infant i se'ls demana que se la passegin per tot el cos seguint les indicacions de la mestra o el mestre. Pot començar dient: «Posam la bosseta damunt el cap i que no caigui». Una vegada situada per tots, i abans de canviar-la de lloc, es demana: «Per a què serveix?», i es va posant la bosseta a la boca, al nas, a l'orella, al pit, al braç, a la mà... sense oblidar la vulva i el penis.

6. S'ha de prestar molta atenció als comentaris que es facin mentre els infants situen la bosseta. Així, en dir «Posam la bosseta al penis», es podrien sentir comentaris com «Ha, ha... al pito», «Tu no, tu tens cotorreta»... Llavors, s'ha d'aturar el joc momentàniament, si algun infant anomena alguna part de forma diferent de la que s'ha indicat, en fa un comentari, apareixen rialles (per vergonya, incomoditat...),



s'oblida una funció... per tal d'aclarir i reflexionar sobre allò que s'ha dit o ha passat. Pot fer preguntes com: Quina paraula has utilitzat? Per què? Tots utilitzau aquesta paraula? Quines? Per què reis quan posam la bosseta a...? Per què no quan la posam a...?

7. S'ha de reprendre el joc quan no hi hagi més intervencions o es doni per aclarida la qüestió. En cas que no hi hagi intervencions, o hi hagi rialles per part dels infants, s'ha de provocar la conversa, per exemple:

- Demanant si algú vol dir ara les parts on posar la bosseta.
- Demanant dos infants voluntaris: un assenyala les parts del cos on situar la bosseta i l'altre les anomena.
- Fent parelles: un es tomba en terra i diu on es col·loca la bosseta, i l'altre la hi situa. S'ha d'estar molt pendent dels comentaris per prendre'n nota i en acabar el joc recordar-los i comentar-los en grup gran.

8. Es dona per acabat el joc quan s'hagin anomenat totes les parts del cos i es consideri que no hi ha qüestions, sentiments o emocions (vergonya, preocupació, disgust, curiositat...) per treballar.

## » Indicacions

- La bosseta de cigrons es pot substituir per qualsevol objecte que sigui funcional.
- La mestra o el mestre tenen la funció de moderar, sense donar la seva opinió i procurant que s'arribi al màxim d'aclariment mitjançant preguntes breus. Es tracta d'animar a pensar «més i millor».
- A les sessions de filosofia és adequat que hi hagi una segona persona que transcriui la conversa de la sessió. Si cal, també pot fer d'apuntadora, en cas de detectar alguna idea o aportació de la qual es pugui treure més profit. També pot enregistrar en vídeo.

## 📄 Recursos

- Bossetes de tela amb una grapada de cigrons, tantes com infants.
- Càmera de vídeo o mòbil.
- Opcional: encens per crear ambient.

## 🧩 Activitats complementàries

- Joc simbòlic amb pepes i ninos.
- Enregistrar un vídeo en què un infant senyala una part del cos i un altre en diu la funció.
- Quines falten? Utilitzant el vídeo Les parts del cos – Educació Infantil – Pictogrames (<https://youtube/6koklSh9MFw>). Els infants es toquen les parts del cos. En acabar el vídeo, es demana als infants quines són les parts del cos que no s'han anomenat. Si fa falta, el joc es pot repetir diverses vegades.

## 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeo.

## 1.1 El cos

### Activitat 4. Per a què serveix?

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat és una adaptació d'una proposta de joc extreta del llibre Filosofia 3/18. Tot pensant, pàgina 108, exercici 3: «Per a què serveix?» A més dels objectius detallats, permet treballar l'habilitat de formular conceptes precisos.



#### Objectius

- Relacionar les parts del cos amb les seves funcions.
- Definir les funcions del cos.



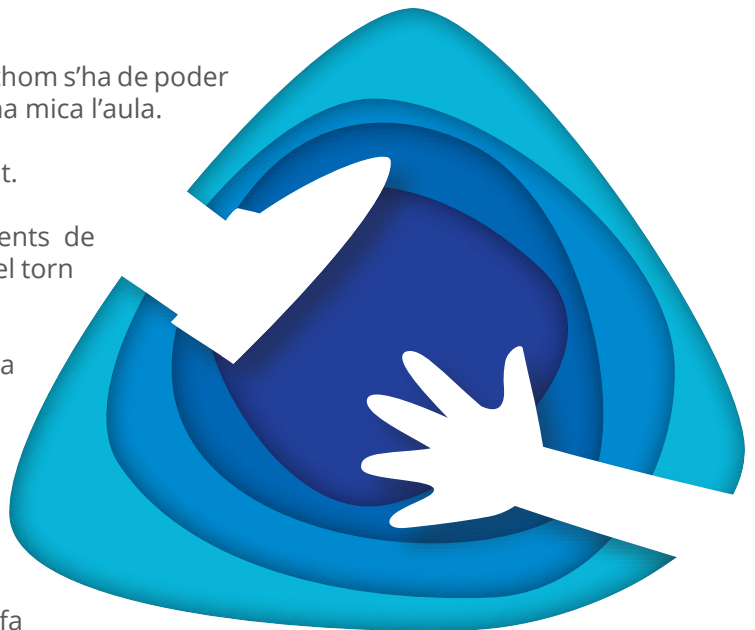
#### Durada aproximada

15 - 40 minuts.



#### Desenvolupament

1. Es prepara el lloc d'assemblea o trobada on tothom s'ha de poder veure la cara en parlar. És apropiat enfosquir una mica l'aula.
2. S'explica als infants en què consisteix l'activitat.
3. Es consensuen unes normes per als moments de conversa (o de filosofia), per exemple: demanar el torn de paraula, escoltar qui parla, no interrompre...
4. Un cop consensuades les normes es convida els infants a recordar-les entre tots.
5. S'indica als infants que seguïn formant dues files, una davant l'altra, i se'ls presenta, sense que en puguin veure el dibuix, una pila d'imatges de les diferents parts dels cos.
6. El joc comença quan un infant d'una filera agafa una imatge de la pila, la deixa a la vista de tots i anuncia, per exemple: «El penis serveix per...» (anomenant la part que mostra la imatge). A continuació, ha de respondre l'infant que se'u al davant de la fila contrària. Així fins que hi hagin participat tots. Durant el joc s'ha d'animar els infants a participar i a ajudar a aclarir quines són les funcions de cada part del cos. Es poden fer preguntes com: Podries dir-ho d'una altra manera? Algú vol afegir-hi alguna cosa més? Tots pensau igual?... Per agafar una nova imatge és necessari que s'hagi donat per bona la definició de la funció i no hi hagi més peticions per intervenir-hi.
7. S'ha de donar el joc per acabat quan s'hagin tret totes les imatges i se n'hagi parlat.



## » Indicacions

La mestra o el mestre tenen la funció de moderar, sense donar la seva opinió i procurant que s'arribi al màxim d'aclariment mitjançant preguntes breus. Es tracta d'animar a pensar «més i millor».

- A les sessions de filosofia és adequat que hi hagi una segona persona que transcriui la conversa de la sessió. Si cal, també pot fer d'apuntadora, en cas de detectar alguna idea o aportació de la qual es pugui treure més profit. També pot enregistrar en vídeo.
- Pot facilitar el joc que els infants ja coneguin les imatges utilitzades, per exemple, les d'algun puzle de l'aula o d'algun vídeo com Les parts del cos – Educació Infantil – Pictogrames (<https://youtu.be/6koklSh9MFw>).

## Recursos

- Imatges de les parts del cos: Calameo, parts del cos amb lletra de pal, de Sergio Palao (<https://es.calameo.com/read/000472518b371b4724381>).
- Càmera de vídeo o mòbil.
- Opcional: encens per crear ambient.

## Activitats complementàries

- Joc simbòlic amb pepes i ninos.
- Puzles: El meu cos (editorial Diset) i Anatomia femenina i anatomia masculina (editorial Bedeluc).

## Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeo.

## 1.1 El cos

### Activitat 5. Ballam les parts del cos

---



#### Adreçada a infants a partir d'1 any

Es tracta d'una variant de la dansa d'en Joan Petit, que es pot adaptar per edats. Per als més petits és convenient que la cançó no sigui gaire llarga, per la qual cosa es pot fer una versió que s'adapti a les necessitats del moment, o bé es pot usar la versió 1 de la cançó. Per als més grandets, es pot usar la versió 2 de la cançó (vegeu les dues versions a l'annex).



#### Objectius

- Localitzar les parts del cos.
- Conèixer diferents possibilitats en l'aparença del cos.
- Incorporar el vocabulari correcte.



#### Durada aproximada

5-15 minuts.



#### Desenvolupament

1. S'indica als infants que per jugar a aquest joc s'han de col·locar en cercle, mirant cap a l'interior del cercle i amb prou espai entre els uns i els altres per no topar-se mentre ballen.

2. La mestra o el mestre se situa al mig del cercle i comença a cantar la cançó (o la reproduïx amb qualsevol dispositiu) alhora que fa els gests que vol que repeteixin els infants. Cada vegada que s'anomena una part s'ha d'avançar aquesta part cap a l'interior del cercle. Per exemple, si es diu: «amb el cul, cul, cul...», es gira el cos mostrant l'esquena i acotant-se un poc perquè el cul sigui la part que queda més avançada dins el cercle. Així mateix, en anomenar el pit es pot colpejar suaument mentre es treu i, en dir vulva o penis es poden assenyalar amb els dits o amb les mans. Tots els gests s'han de fer movent el cos al ritme de la música.

3. El ball es pot repetir tantes vegades com es trobi necessari o fins que els infants es comencin a mostrar cansats.





## » Indicacions

- És aconsellable haver enregistrat prèviament la nova versió de la cançó, perquè es pugui reproduir, almenys les primers vegades, fins que s'hagi après.
- A l'hora de ballar, amb els més petits, quan s'anomeni el penis o la vulva s'ha de fer sense donar importància a si són nins o nines, l'important és localitzar correctament la part anomenada i treballar la paraula correcta. Amb els més grans, es pot demanar que quan s'anomeni la vulva o el penis només acompanyin amb el gest aquells infants que en tenen.

## Recursos

- Altaveu o reproductor amb entrada USB.
- Versió 1 i versió 2 de la cançó d'en Joan Petit (vegeu l'annex).
- Opcional: mocadors o maraques per indicar la part del cos.

## Activitats complementàries

Fer un dibuix de la dansa feta.

- Ballar la versió adaptada del Bugui-bugui, com s'ha fet amb la d'en Joan Petit. D'aquesta manera seguim treballant els objectius però variant la dansa.
- Completar una imatge del cos humà. Es donen als infants les peces de les parts del cos que fan falta i que s'han d'aferrar per completar la figura.

## Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 1.1 El cos

### Activitat 5. Ballam les parts del cos

---

#### Versió 1. Per a 1-3 anys

S'introdueixen les paraules pit, vulva i penis.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **dit**,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb la **mà**,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb **cul**,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **peu**,  
amb el peu, peu, peu,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **pit**,  
amb el pit, pit, pit,  
amb el peu, peu, peu,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el cap,  
amb el cap, cap, cap,  
**amb el pit, pit, pit**,  
amb el peu, peu, peu,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
**I amb la vulva,**  
**I amb el penis,**  
així balla en Joan Petit.

## Versió 2. Per a 4-6 anys

S'introdueixen les mateixes paraules que a la versió 1 i es fa la mateixa estructura que a la versió original.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **dit**,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb la **mà**,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb **cul**,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **peu**,  
amb el peu, peu, peu,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **pit**,  
amb el pit, pit, pit,  
amb el peu, peu, peu,  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb la **vulva**,  
amb la vulva, vulva, vulva,  
amb el pit, pit, pit,  
amb el peu, peu, peu  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà,  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

En Joan Petit quan balla  
balla, balla, balla,  
en Joan Petit quan balla  
balla amb el **penis**,  
**amb el penis, penis, penis,**  
**amb la vulva, vulva, vulva,**  
**amb el pit, pit, pit,**  
amb el peu, peu, peu  
amb el cul, cul, cul,  
amb la mà, mà, mà  
amb el dit, dit, dit,  
així balla en Joan Petit.

## 1.1 El cos

### Activitat 6. Escolta i cerca-la

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta és una activitat de discriminació auditiva. Consisteix a escoltar un àudio amb el so d'una funció del cos i relacionar el so amb la imatge corresponent.



#### Objectius

- Discriminar auditivament els so de les funcions del cos.
- Relacionar les parts del cos amb les seves funcions.



#### Durada aproximada

10-20 minuts.



#### Desenvolupament

1. S'explica als infants en què consisteix l'activitat i se'ls convida a col·locar-se en cercle, o en semicercle, per poder mirar les imatges i escoltar els àudios.

2. Es disposen les imatges de les parts del cos en una fila, recolzades o enganxades a una paret o a la pissarra (vegeu els recursos).

3. Es van reproduint els diferents àudios (vegeu els recursos), d'un en un, perquè els infants identifiquin la funció i la verbalitzin. S'han de repetir els àudios tantes vegades com faci falta, a fi de facilitar que els infants endevinin la funció.

4. Quan es reproduïx un àudio, es demana quina de les imatges es correspon amb els sons i amb la funció.

5. El joc d'audició acaba quan s'hagin identificat totes les funcions i s'hagin relacionat amb la part del cos corresponent.



#### Indicacions

- Abans de començar amb l'activitat seria bo recordar les parts del cos.
- Cal assegurar que hi puguin intervenir tots els infants, per exemple utilitzant una piloteta que els infants llancen a aquells que encara no han participat.

## Recursos

- Imatges de les parts del cos: Calameo, parts del cos amb lletra de pal, de Sergio Palao (<https://es.calameo.com/read/000472518b371b4724381>).
- Pilota per donar el torn.
- Altaveu o reproducció amb entrada USB.
- Àudios de les funcions del cos:
  - beure: <https://youtu.be/uzmVOPUBEpY>
  - menjar: <https://youtu.be/P3okJWeRn94>
  - caminar: <https://youtu.be/ZVCDKMIRK6I>
  - fer pipí: <https://youtu.be/IMQvmcf9Oio>
  - fer caca: <https://youtu.be/U2BgPpcmNzQ>
  - respirar: <https://youtu.be/hMCBR-hU070>
  - tocar: <https://youtu.be/slGkTYTWPz8>
  - parlar: <https://youtu.be/SMx967gwsIQ>
- Puzles: El meu cos (editorial Diset) i Anatomia masculina i femenina (editorial Bedeluc).

## Activitats complementàries

- Ballar una de les versions adaptades per treballar les parts i funcions del cos: en Joan Petit o el Bugui bugui (vegeu l'activitat 5, «Ballam les parts del cos»).
- Fer puzles de les parts del cos.

## Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.



## 1.2 LA REPRODUCCIÓ

---

### Objectiu d'aprenentatge

• **Descriure, segons el nivell de maduració, com es produeix un embaràs, les diferents etapes de l'embaràs, la forma com el nadó surt a l'exterior i la importància de l'afecte i la responsabilitat en aquest procés.** Es tracta que l'infant adquireixi una visió, certa i ajustada a la seva edat, del procés fisiològic de la reproducció, que el vinculi al desig de maternitat i paternitat, i a la responsabilitat de tenir cura del bebè. També ha de poder expressar allò que opina i que sent sobre el tema.

### Conceptes clau

- les parts i funcions del cos
- fecundació, gestació i part
- sensacions oblidades: vida intrauterina
- vocabulari específic
- l'embaràs, responsabilitat i afecte

### Activitats

1. Quina panxa!
2. Vull sortir
3. Com es fan els bebès?



## 1.2 La reproducció

### Activitat 1. Quina panxa!

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

- Per fer aquesta activitat és necessària l'ajuda d'una mare que faci poc que ha tengut un bebè. Si és possible, millor si els infants l'han vista recentment amb «panxota».
- El paper de la mare és explicar com va ser la decisió de tenir un altre infant i mostrar fotografies, ecografies... del procés de l'embaràs, utilitzant les paraules correctes (embrió, embaràs, contracció, part...).

Aquesta activitat es fa en dues sessions:

- Simulam l'embaràs.
- Com m'he sentit simulant l'embaràs.



#### Objectius

- Familiaritzar-se amb el vocabulari propi de l'embaràs i del part.
- Relacionar parts del cos amb les seves funcions.
- Experimentar les sensacions de la dona embarassada.
- Sentir sensacions viscudes i oblidades.



#### Durada aproximada

30-50 minuts cada sessió.



#### Desenvolupament

1. S'indica als infants que seguïn en cercle i es presenta la mare amb l'ajuda del seu fill o la seva filla. Tot seguit s'explica que ha vingut per mostrar com és un embaràs.
2. Se'ls diu que, mentre la mare explica, s'aturaran perquè es puguin posar davall la camiseta o el vestit un objecte que ha de simular l'embrió.
3. La mare conta com es va prendre la decisió de tenir un altre bebè i després mostra diferents moments de l'embaràs amb fotografies, dibuixos i ecografies en què es vegi com creixia la panxa i l'embrió.
4. Durant aquesta explicació es fan les aturades per a les simulacions (vegeu les indicacions) i es dona a cada infant l'objecte seleccionat (de la mida apropiada per al moment de cada aturada) perquè se'l posin davall la camiseta o el vestit. Així com avanci el procés i la panxa de la mare es vegi més grossa, l'objecte o la jugueta han de ser més grossos.





5. Una vegada s'hagin col·locat l'objecte, se'ls demana que vagin ben alerta que no els caigui i que voltin per l'aula, com si anassin a passejar, amb delicadesa i cura, però mirant de fer les coses quotidianes, com seure a una cadira, fer-se les sabates, mirar un conte, pentinar-se... Per fer les simulacions es posa música (entre dos i quatre minuts), es diu als infants que quan s'aturi la música han de deixar la jogueta que feia d'embrió i tornar al cercle, per seguir l'explicació. És necessari enregistrar en vídeo aquests moments, per a la sessió següent.

6. Com a tancament, es fa un cercle de diàleg per parlar sobre si els ha agradat l'activitat i perquè puguin fer les preguntes o comentaris que considerin.

## Desenvolupament de la segona sessió: Com m'he sentit simulant l'embaràs

1. S'explica als infants que veuran els vídeos del que han fet a la sessió anterior, per recordar-la i poder xerrar sobre com es van sentir fent l'activitat.

2. Es visualitzen els vídeos.

3. S'acaba amb una sessió de reflexió i conversa sobre les incomoditats d'estar embarassada, les emocions i els sentiments que els ha despertat el fet de simular els diferents moments de l'embaràs.

### » Indicacions

- L'ajuda d'una mare s'ha de demanar amb suficient antel·lació perquè tengui prou temps de preparar les fotografies, les ecografies i altres coses que consideri necessàries per contar el procés d'embaràs.
- Cal que la mare faci referència a les sensacions i emocions que ha sentit durant l'embaràs (benestar, malestar, incomoditat, plenitud, alegria, por, il·lusió...).
- És recomanable que la mare i la mestra o el mestre es reunixin abans de fer l'activitat amb els infants per fer un petit simulacre de com s'ha de dur a terme i en quins moments es faran les aturades perquè els infants es col·loquin els objectes davall la roba.
- És necessari disposar dels objectes per fer aquesta simulació, per exemple: Playmobil, pilotes de tennis, paquets de pasta grossos, coixinets o pepes del racó de joc simbòlic... tants d'objectes com infants hi hagi, classificats segons les diferents mides.

## 1.2 La reproducció

### Activitat 1. Quina panxa!

---



#### Recursos

- Fotografies, ecografies i altres objectes o documents considerats rellevants (per part de la mare). Objectes que han de simular l'embrió.
- Altaveu o reproducció amb entrada USB, mòbil o càmera fotogràfica.
- Música per als moments de simulacre: Música instrumental alegre para niños pequeños —preescolar y jardín— música divertida (<https://youtu.be/SE1yT2Y-1VA>).



#### Activitats complementàries

- Fer un dibuix utilitzant pintura de dits o al tremp.
- Jugar amb puzles com La gestació de Bedeluc.



#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeos.

## 1. La sexualitat



## 1.2 La reproducció

### Activitat 2. Vull sortir!

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per realitzar aquesta activitat cal tenir un «úter», un espai còmode i protegit, en el qual l'infant es vagi trobant cada vegada més estret, fins a sentir la necessitat de sortir-ne. Pot ser una capsa grossa o un sac per a teles de psicomotricitat... Millor si la sortida, que fa de vagina, acaba en un tancament elàstic perquè tenguem una sensació més pròxima a la de la realitat. Durant el «part» es podria enfosquir un poc la sala o aula.

Aquesta activitat hauria de ser la continuïtat de «Quina panxa!», i s'hauria de dur a terme com a màxim al llarg de la mateixa setmana.



#### Objectius

- Familiaritzar-se amb el vocabulari propi del part.
- Relacionar parts del cos amb les seves funcions.
- Experimentar les sensacions de protecció, d'incomoditat, d'expectació...
- Reviure sensacions viscudes i oblidades.



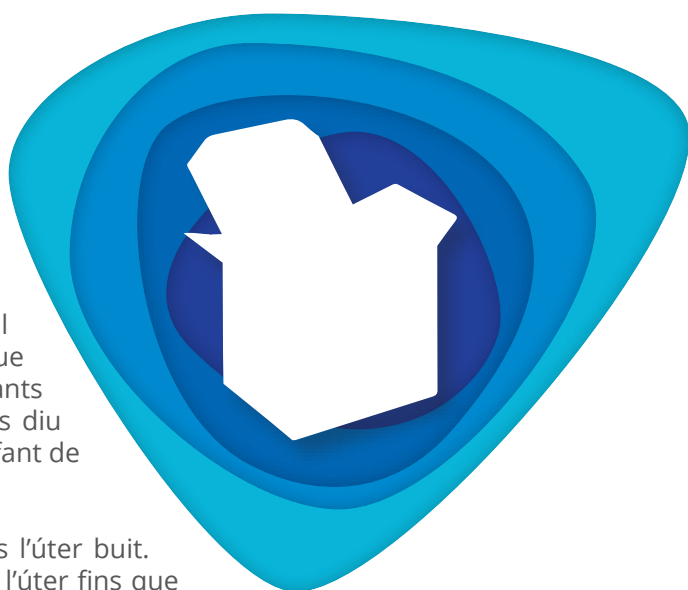
#### Durada aproximada

20-40 minuts.



#### Desenvolupament

1. S'indica als infants que seguim en cercle.
2. Se'ls explica que podran experimentar el moment de néixer, però que prèviament en veuran un vídeo.
3. Es reproduïx el vídeo i durant la visualització s'explica el que va succeir.
4. Després de veure el vídeo es treu el sac o la capsa úter i es diu als infants que poden jugar al joc de «Vull sortir». Se'ls explica que un infant farà de fetus, que entrarà dins l'úter buit i que, a poc a poc, altres infants introduiran coixinets o teles dins l'úter. També se'ls diu que un infant farà de comare, per ajudar a sortir l'infant de l'úter.
5. S'inicia el joc i l'infant que fa de fetus entra dins l'úter buit. Els altres infants introdueixen coixinets o teles dins l'úter fins que l'infant que fa de fetus comenci a trobar-se estret dins l'úter.



6. Tot seguit, se simulen les contraccions. Es pot fer de maneres diferents:

- Es fa un so, per exemple amb un triangle.
- Si s'utilitza el sac úter es pot estirar cap amunt, sense alçar-lo, fent que es tensin les parets, a la vegada que es provoca un poquet de pressió sobre el cosset de l'infant que hi ha a l'interior, imitant les contraccions.
- Si s'utilitza la capsa d'úter els altres infants, quan s'indica, pitgen un poquet la capsa des de tots els costats, així com també deixen de fer-hi pressió, imitant les contraccions.

7. Quan les contraccions se succeeixen amb molta freqüència, se li diu a l'infant que fa de fetus que esperi un momentet, ben arrufat, i que quan vulgui sortir vagi pitjant, suaument i lentament, les parets del sac o de la capsa. També se li diu que sols pot impulsar-se per sortir del tot quan ja tengui les espatles defora.

8. Tot seguit, es donen les instruccions a l'infant que fa de comare:

- Agafa-li el cap amb les dues mans, sense pitjar gaire.
- Estira suaument.
- Fes-lo girar un poquet i torna estirar.

Acaba la sessió es crea un cercle de diàleg per comentar l'experiència.

## » Indicacions

- Cal organitzar l'activitat de manera que tots els infants puguin fer de fetus.
- Convé preparar el sac o la capsa amb prou temps d'antelació.
- Cal cuidar-ne l'estètica perquè el sac o la capsa han de convidar l'infant a entrar-hi. També és necessari comprovar-ne la resistència, la comoditat i la seguretat per fer l'activitat amb garanties d'èxit.
- Durant l'activitat es pot posar música relaxant, fluixeta, per tal que els infants puguin sentir les indicacions que se'ls donen.
- Si es considera oportú, es pot separar l'activitat en dues sessions: visualització del vídeo i experiència. En aquest cas, després de la sessió de visualització del vídeo s'ha de tancar l'activitat amb un cercle de diàleg, per tal que els infants puguin expressar el que considerin: emocions, dubtes, observacions, aportacions...

## 1.2 La reproducció

### Activitat 2. Vull sortir!

---



#### Recursos

- Capsa o sac úter.
- Coixinets o teles per crear la sensació de creixement i estretor.
- Triangle per a les contraccions.
- Ordinador i pantalla per poder veure el vídeo.
- Telèfon mòbil o càmera per enregistrar la sessió.
- Altaveu reproductor.
- Música:
  - Música para el parto. Preparación para el parto-Topic (<https://www.youtube.com/watch?v=bxrod1jNpTk>).
  - Música relajante para el parto (<https://youtu.be/AmwLPxAwpRQ>).
- Vídeo: Parto Vaginal Normal- Nucleus Medical Media (<https://youtu.be/jAtqgV9Ovjc>).



#### Activitats complementàries

- Visualització dels vídeos enregistrats durant els simulacres de parts.
- Sessió de reflexió i conversa sobre les dificultats de ser un fetus i néixer. Emocions i sensacions viscudes.
- Simulacre de parts múltiples, seguint la mateixa dinàmica.
- Representació mitjançant dibuix d'allò que s'ha viscut.
- Fer el puzle La gestació de Bedeluc.



#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeo.



## 1.2 La reproducció

### Activitat 3. Com es fan els bebès?

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per fer aquesta activitat és convenient que la pregunta l'hagin plantejada els infants. Si no se'ls ha despertat la curiositat havent treballat la sexualitat mitjançant contes, vivències quotidianes o activitats proposades, es pot esperar que sorgeixi la pregunta i entretant es pot treballar la reproducció amb les activitats complementàries d'aquesta unitat didàctica. Quan formulin la pregunta, es pot afrontar la qüestió de dues maneres:

- Desenvolupar l'activitat com un projecte, d'aproximadament quinze dies de duració, tot i que ha de ser flexible i atendre a les necessitats que pugin sorgir.
- Abordatge directe de la qüestió en tres sessions.



#### Objectius

- Familiaritzar-se amb el vocabulari propi de la reproducció (fecundació, embaràs o gestació i part).
- Relacionar parts del cos amb les seves funcions.
- Parlar amb naturalitat i amb el llenguatge correcte sobre la fecundació, l'embaràs i el part.
- Associar l'embaràs amb la responsabilitat de tenir cura del bebè.



#### Durada aproximada

20-40 minuts per sessió.



#### Desenvolupament com a projecte

Es desenvolupa en les etapes següents:

##### 1. Valoració dels coneixements dels infants sobre el tema

- En primer lloc s'ha de valorar quins són els coneixements dels infants. Es pot fer demanant-los: Com creis que es fan? Algú ho sap? Aquesta informació ha de quedar enregistrada, ja que a mesura que avanci el projecte s'hi farà referència. Al final del projecte s'ha de contrastar amb tot el que s'ha après.
- Tot seguit, es pot tornar incidir en allò que els infants volen saber, per si sorgeixen noves preguntes que estiguin relacionades amb la qüestió principal. Les preguntes o comentaris que sorgeixin també han de quedar enregistrats.





## 2. Cerca i selecció de la informació

- Es pot demanar ajuda a les famílies mitjançant una nota escrita pels infants a la seva manera, acompanyada de la transcripció de la mestra davall el «text» de l'infant.
- S'ha de completar la nota que el infants duren a casa amb una carta de la mestra o el mestre on es detalli de què tracta el projecte, així com el tipus d'informació que es necessita. Cal deixar clar que la informació aportada ha de ser concisa, breu i ha de fer referència directament a la pregunta del projecte. Això és important perquè cada infant ha d'exposar la informació que ha duit de casa seva i si és gaire extensa el grup d'infants es pot distreure i perdre-hi interès.
- Mentre la família cerca la informació es pot decidir amb els infants si també hi ha altres formes de trobar informació per respondre a la pregunta, per exemple: visites, entrevista a alguna persona que ja sigui mare o pare, a professionals sanitaris, a companys d'altres cursos que ja haguin estudiat la reproducció... També poden decidir de quina manera enregistraran o guardaran la informació important per poder-la recuperar quan sigui necessari (plafons, quaderns, fotografies a la pissarra...).
- Es revisa la informació aportada per tal d'identificar la que és rellevant per respondre a la qüestió del projecte, amb la finalitat d'agilitzar i guiar l'exposició de l'infant. També es preveu el possible temps d'exposició.

## 3. Exposició de la informació aportada per cada infant

Per començar les exposicions no fa falta esperar a tenir totes les aportacions, d'aquesta manera s'assegura que no baixi la motivació i que tampoc s'acumuli massa material per revisar.

- Cada infant exposa la seva informació i, amb l'ajuda de tot el grup, s'extreu la que és rellevant i es deixa únicament aquella que respon a la qüestió del projecte. No tots els infants seran capaços de fer una exposició del material aportat, per la qual cosa la mestra o el mestre hi ha d'ajudar.
- Durant l'exposició, l'infant anota a la pissarra, plafons o cartolines, la informació que cal guardar. S'han d'afegir transcripcions de la mestra o el mestre, si cal. Convé fer fotos i enregistraments en vídeo per no perdre cap informació rellevant.

## 4. Interrelació dels coneixements.

A mesura que apareixen respostes o informació interessant es poden fer dibuixos, plàstiques, contes, murals, escrits... a fi de fixar els nous coneixements, facilitar-ne el record i la interrelació de totes les àrees d'aprenentatge.

## 5. Valoració de tot el que s'ha après.

Es pot fer una presentació amb els diferents moments del projecte i el resum de tot el que s'ha après. També es pot fer una exposició a les famílies o a altres grups de l'escola.

## Abordatge directe de la qüestió

1. Es fa una recerca i selecció d'imatges, vídeos o lectures sobre el tema (vegeu els recursos).
2. Es visualitzen les imatges o vídeos i es llegeixen els contes i la informació seleccionada, assegurant-se que els infants tenen el temps necessari per entendre i assimilar el que escolten i veuen. És necessari fer aturades, preguntes de comprensió i deixar moments per a l'opinió i el debat si s'esdevé.
3. Es realitza un mural on quedi reflectit el procés (imatges descarregades, dibuixos dels infants, paraules clau...) i la resposta o respostes a les qüestions plantejades.

## 1.2 La reproducció

### Activitat 3. Com es fan els bebès?

---

#### » Indicacions

- És important fer una previsió dels conceptes que es consideren importants per poder desenvolupar correctament el projecte. Això ajudarà a organitzar les aportacions dels infants i a destriar la informació més important d'aquella que no és rellevant per donar resposta a la qüestió. També servirà per estructurar la dinàmica i seqüència de les sessions.
- Si en acabar les exposicions el grup considera que la informació és insuficient per respondre la pregunta, es decideix com continuar.
- En cas que s'hagi decidit sol·licitar informació a persones externes o a l'alumnat d'altres cursos, és necessari organitzar amb temps les visites, tant si venen a l'aula com si el grup s'ha de desplaçar.

#### 🔗 Recursos

- Nota per a les famílies.
- Materials aportats per les famílies.
- Material fungible (cartolines o plafó, retoladors, fulls de diverses mides, textures i colors...).
- Ordinador i pantalla.
- Telèfon mòbil o càmera fotogràfica.
- Vídeos:
  - La fecundació i la gestació: La odisea de la vida (<https://youtu.be/yvr5UCDM9QI>).
  - Fecundació, embaràs i part (<https://youtu.be/aDUDrVuRikM>).
- Puzles de Bedeluc:
  - La gestació.
  - El cos humà (nina i nin).
- Llibre: Martín, A. Sexualitat explicada per als nens i les nenes. Madrid: editorial Susaeta.

#### 🧩 Activitats complementàries

- Visualització dels vídeos o fotografies enregistrades al llarg del projecte o de les sessions.
- Sessió de conte: Germanet a la vista! (sobre un embaràs, de Kes Gray i na Sarah Nayler) (<https://www.youtube.com/watch?v=ScfOa1BxIZQ>).
- Simulacre de la fecundació usant esponja, tub transparent, xeringa i colorant alimentari.
- Representació amb plastilina de la divisió cel·lular i del procés de gestació.

#### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Dibuixos.
- Fotografies.
- Vídeos.



## 1.3 EL SEXE, EL GÈNERE I LA IDENTITAT SEXUAL

---

### Objectius d'aprenentatge

Les activitats que es proposen tenen per finalitat que els infants puguin reflexionar, d'acord amb el nivell de maduració, sobre els estereotips de gènere i com aquests coarten la llibertat de les persones per expressar-se tal com són i se senten.

- **Elegir els jocs i les joguines que l'escola ofereix als infants sense que se sentin pressionats pels estereotips de gènere.** Encara hi ha una certa pressió social per perpetuar els rols de gènere tradicionals i conduir els infants a formes de joc i comportament relacionades amb la concepció binària (masculí i femení). L'escola pot propiciar el joc lliure d'estereotips de gènere.
- **Identificar els rols i comportaments que considera femenins i els que considera masculins i reflexionar sobre per què els hi considera.** En l'etapa neonatal s'assigna el sexe a l'infant i en funció d'aquesta assignació s'inicia una criança diferenciada (de nin o de nina) utilitzant els estereotips de gènere. És important que els infants aprenguin a reflexionar sobre aquest tema i observin que, encara que les persones són diferents pel que fa a certes característiques físiques i funcionals, els rols i les responsabilitats que poden assumir, en cada moment de la seva vida, depenen de la seva voluntat i de les seves capacitats i no del seu sexe, ni de la seva identitat o orientació sexual.
- **Experimentar i compartir els pensaments, emocions i sentiments que tenen quan es comporten assumint diferents rols (familiars, socials...).** El joc simbòlic i altres eines educatives poden ajudar l'infant a expressar allò que pensa i sent quan gaudeix d'un joc o d'una experiència en la qual assumir diferents rols. És una forma de manifestar-se com a ésser únic, de respectar-se. Aquests aspectes són essencials per viure una sexualitat plaent i sana.
- **Expressar lliurement la seva identitat sexual i de gènere.** Es tracta d'afavorir que l'infant s'expressi lliurement sobre quina considera que és la seva identitat sexual i de gènere, d'acompanyar-lo en el seu procés de definició, sense que se senti qüestionat ni forçat a prendre cap opció.

## 1.3 EL SEXE, EL GÈNERE I LA IDENTITAT SEXUAL

---

### Conceptes clau

- sexe i gènere
- diferències entre iguals: físiques, estètiques i de manera d'actuar
- la identitat sexual i de gènere
- diversitat d'identitats sexuals i de gènere
- la diversitat com enriquiment
- la diversitat i la igualtat
- el respecte a la diversitat

### Activitats

1. Diversitat i igualtat
2. Un nin o una nina o...?
3. Princeseta, princeset
4. Trastoca el conte



## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 1. Diversitat i igualtat

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat en realitat és un bloc de quatre sessions que es complementen i que s'han de realitzar en un mateix dia o amb pocs dies entre les unes i les altres.

- Feim d'homes
- Feim de dones
- Tots jugam a tot
- Pensam com jugam

Són necessàries les quatre sessions perquè es treballin els conceptes de diversitat i d'igualtat des de diferents punts de vista. A les tres primeres sessions es presenten propostes en microespais. S'ha de mantenir el mateix grup d'infants —no superior a quinze, si és possible— a les quatre sessions i no s'han d'abandonar fins haver-les acabades.

És important que al llarg de les tres primeres sessions es faci un registre acurat amb fotografies, vídeos, fragments de converses, respostes a les preguntes... que s'utilitzarà a la quarta i darrera sessió.



#### Objectius

- Reflexionar sobre el que es considera masculí i femení al seu entorn.
- Identificar comportaments inadequats (submissió, agressivitat...).
- Expressar pensaments, sentiments i emocions que ha experimentat al llarg de les sessions.



#### Durada aproximada

Per als de 2 anys, 35-45 minuts.

Per als de 3 a 5 anys, 80-90 minuts.

Aquest temps no necessàriament ha de ser continuat, però cada sessió s'ha de fer al llarg del mateix dia.



#### Desenvolupament de la primera i segona sessió: «Feim d'homes» i «Feim de dones»

Aquestes dues sessions són idèntiques, només varia la imatge que serveix d'introducció. Les imatges proposades (vegeu els recursos) es poden utilitzar indistintament, tant per a la sessió «Feim d'homes» com per a la sessió «Feim de dones». L'ordre en el qual es duen a terme aquestes dues sessions és indiferent, però és necessari que es faci una a continuació de l'altra.

1. Observació i conversa:

- Es fa una observació silenciosa de la imatge, d'almenys un minut, i s'assegura que tots els infants l'hagin observada.



- Feta l'observació, es presenta la làmina: títol, autoria, època...
- Es diu als infants que intentin expressar allò que veuen, pensen, els agrada, els desagrada..., respectant el torn de paraula. S'ha de donar un marge de temps suficient perquè es puguin expressar. Es pot facilitar la participació oral amb gests i mirades, assenyalant diferents parts de la làmina o fent una introducció perquè la continuïn; per exemple: «Veig...», «Hi ha...» També es poden fer preguntes com: Què més veus? Qui hi ha? Què són? Què passa?... per aconseguir més atenció i discriminació, més informació sobre l'obra.

## 2. Acabada la conversa, es passa als microespais:

- Es presenten els microespais i es diu als infants que poden anar al espai que vulguin i que es poden moure d'un a l'altre lliurement. Se'ls indica que si a un espai hi ha molts d'infants, convé esperar per poder gaudir-ne millor.
  - «Jugam a ser homes» o «Jugam a ser dones». En el cas de la sessió «Jugam a ser dones», només hi haurà roba i complements que, ara per ara, es consideren de dona (faltes, sabates amb taló, diademes...). Per a la sessió «Jugam a ser homes» només hi haurà roba i complements que ara per ara es consideren d'home (corbates, sabates, capells, pantalons, camises, jerséis...).
  - Pepes i ninos. Es fa joc simbòlic de manera lliure amb ninos, pepes i altres estris com bressols, cotxets, robeta, biberons, xupes...
  - Miralls. Els infants es poden mirar i jugar amb el seu reflex, tant si van disfressats com si no hi van.
  - Espai d'interpretació o ball. Convé utilitzar música actual, que es pugui ballar. La música ha d'estar a un volum que no interfereixi en el joc dels altres espais, però suficientment alt perquè motivi el ball. Una opció seria l'ús d'auriculars sense fil. Aquest espai ha de ser el més allunyat.

## 3. Tancada de cada sessió:

- En acabar cada sessió, al lloc d'assemblea, es dediquen entre 5 i 10 minuts per reflexionar sobre com ha anat el joc. Es pot demanar: Ha estat difícil fer d'home? Ha estat difícil fer de dona? (segons la sessió) Per què?; Les nines poden dur aquesta roba? Els nins poden dur aquesta roba? (segons la sessió).

## 4. Tancades les dues sessions:

- Un cop acabada la segona sessió es demana als infants: Què canvia més entre dones i homes? Es poden fer les mateixes coses?...



## Desenvolupament de la tercera sessió «Tots jugam a tot»

### 1. Observació i conversa:

- Es fa una observació silenciosa, d'almenys un minut, de la imatge de les II Jornades Juguem en Igualtat. Per un joc infantil lliure de sexisme, d'Aurora Portillo, novembre 2018. S'assegura que tots els infants l'hagin observada.
- Es diu als infants que intentin expressar allò que veuen, pensen, els agrada, els desagrada..., respectant el torn de paraula. S'ha de donar un marge de temps suficient perquè es puguin expressar. Es pot facilitar la participació oral amb gests i mirades, assenyalant diferents parts de la làmina o fent una introducció perquè la continuïn; per exemple: «Veig...», «Hi ha...» També pot fer preguntes com: Què més veus? Qui hi ha? Què són? Què passa?..., per aconseguir més atenció i discriminació, més informació sobre l'obra.

## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 1. Diversitat i igualtat

---

2. Acabada la conversació, es passa als següents microespais:

• Es presenten els microespais i es diu als infants que poden anar al que vulguin i es poden moure d'un a l'altre quan vulguin. Se'ls indica que si a un espai hi ha molts d'infants, convé esperar per poder gaudir-ne millor.

- Jugam a canviar de roba. Hi haurà roba i complements variats (faltes, sabates de taló, gorres, diademes, corbates...).
- Taller mecànic. Hi troben eines, banc de feina i roba o complements (gorres, guants, granotes...).
- Cuineta. Amb olles, estris de cuina, davantals, pedaços...
- Miralls. On poder mirar-se i jugar amb el seu reflex.
- Cotxes. S'hi troben cotxes diversos, aparcament o estora amb carreteres.
- Perruqueria. S'hi troben pinces, pintes, rul·los, extensions, capa de perruqueria...

3. Tancament:

• Es dedica a la reflexió, sense generar debat. Es pot fer a partir de preguntes com: A què has jugat? T'ha agradat? Per què? Hi jugues a casa? Per què? Com t'has vestit? Normalment dus aquesta roba? Per què?...



### Desenvolupament de la quarta sessió «Pensam com jugam»

1. Prèviament la mestra o el mestre ha de seleccionar i preparar la informació rellevant de les sessions anteriors (fotografies, vídeos, fragments de converses, resposta a les preguntes...), per tal de poder utilitzar-les durant la conversa i ajudar a la reflexió tenint en compte els objectius.

2. Els infants s'asseuen en cercle perquè es puguin veure bé entre ells quan parlen.

3. Es fa un recordatori breu de les tres sessions anteriors utilitzant les làmines i recordant el nom de cada sessió.

4. A continuació es passarà a la conversa, que és la part principal d'aquesta sessió. Es planteja la qüestió: Com hem fet d'homes? Com hem fet de dones? Per què ho hem fet així? A mesura que es donen les respostes i contrarespostes, s'intenta que vagin apareixent frases, fotografies o algun vídeo de les sessions anteriors. Per acabar es fa la pregunta «Tothom pot fer de tot?»

5. Els infants valoren cada sessió usant les tres làmines introductòries exposades només com a referència. Cada infant haurà de triar, per a cada sessió, entre tres opcions: a) M'agrada, b) Ni agrada ni desagrada, i c) No m'agrada, utilitzant emoticones (careda contenta, normal o de disgust). La mestra o el mestre anirà dibuixant o col·locant les emoticones per a cada làmina.

6. Per acabar es farà una reflexió sobre quina sessió ha agradat més.



## » Indicacions

- Abans de començar convé tenir un lloc d'assemblea o trobada on es mostrarà la làmina del quadre que serveix d'introducció a cada sessió i per poder fer les propostes de microespais.
- És important convidar els infants a desenvolupar el joc i intentar que no tan sols observin.

## 🔗 Recursos

- Làmines dels quadres Bivium 3e, de Jylian Gustlin (<https://pin.it/6KIHCEh>), Olivia Sitting, d'Alex Russell Flint (<https://www.pinterest.ru/pin/318840848601819587/>), Cartell de les II Jornades Juguem en igualtat. Per un joc infantil lliure de sexisme (<https://images.app.goo.gl/EqWnW8P3FWau2pYm9>), d'Aurora Portillo.
- Roba i complements d'home i de dona.
- Pepes i ninos, millor sense roba.
- Miralls diversos (mides i formes).
- Cuineta amb olles, estris, davantals i pedaços.
- Taller mecànic amb banc de feina, eines i roba o complements (granotes, gorres, guants...).
- Cotxes, aparcament o estora de carreteres.
- Estris de perruqueria: capa, pinces, rul·los, extensions, pinta...
- Altaveu o reproductor de CD i música.
- Auriculars sense fil —si és possible (vegeu els recursos annexats: Música actual per ballar).
- Càmera fotogràfica o mòbil.
- Música actual per ballar (Kids Party Megamix) <https://www.youtube.com/watch?v=qB1bkkCidZo>



## Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Vídeos.
- Fotografies.

## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 2. Un nin o una nina o...?

---



#### Adreçada a infants a partir d'1 any.

Aquesta activitat consisteix a cantar la cançó «Hola, amics!», en què es fan unes preguntes i els infants responen: «Molt bé». En aquesta cançó (vegeu l'annex), s'utilitza el masculí genèric per referir-se a tots els infants. Aquest ús del plural és el que els infants tenen majorment al seu abast en la vida quotidiana.

Usar allò que és quotidià, fent servir cançons o contes no actualitzats, encara que des de la mirada actual cap a la diversitat sexual i de gènere pugui ser xocant, és útil com a punt de partida i per facilitar que sorgeixin qüestions, dubtes, conflictes..., que els permetin observar i integrar, de forma fàcil i natural, la diversitat de la realitat que ens envolta. Una realitat que desconeixen o de la qual no es parla, malgrat sí que la veuen i elaboren inconscientment. Mitjançant la confrontació i la conversa poden ampliar la seva mirada i aprendre a observar, prendre consciència i assimilar una realitat plural pel que fa al sexe i al gènere.

Per a infants d'1 a 3 anys es pot fer utilitzant directament la nova versió de la cançó.



#### Objectius

- Adquirir consciència de diversitat i igualtat.
- Conèixer diferents possibilitats en l'aparença del nostre cos.
- Conèixer diferents possibilitats de percepció de la identitat.
- Sentir-se acompanyat amb la presa de consciència de la identitat sexual.
- Reconèixer o identificar sentiments.



#### Durada aproximada

10-30 minuts.



#### Desenvolupament

1. Tothom seu en rotllana per fer el bon dia i es demana als infants que col·laborin cantant la versió adaptada de la cançó «Hola, amics!» Els infants han de conèixer aquesta versió i l'han d'haver cantada anteriorment.

Lletra de la cançó (versió adaptada):

Mestra/e: Hola, nins, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: I les vostres amistats com estan?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: Farem el possible per esser bons amics,

Mestra/e: Hola, nines, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!



Mestra/e: Hola, nins, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

(Aquestes dues preguntes darreres es van rotant d'ordre).

2. Es comença a cantar i en demanar «Hola, nines, què tal i com estau?» o «Hola, nins, què tal i com estau?», si se sent algun comentari com «En Carles ha contestat ara i és un nin», «Na Coloma és una nina i no ha fet silenci»... en acabar la cançó, es poden fer les preguntes següents: Com sabem que en Carles no havia de contestar quan ho ha fet? Com sabeu que na Coloma s'ha equivocat? Segur que han contestat malament? Sempre es veu si som nines o nins? Coneixeu algú que sembli home o dona i no ho és?...

3. Amb aquestes preguntes o altres de semblants es crea un cercle de diàleg, fent servir les normes de les sessions de filosofia. S'ha d'intentar que apareguin el màxim de possibilitats d'identitat de gènere; no és tan important el nom específic com l'existència d'una realitat diversa.

4. Per acabar l'activitat i, com a resultat d'aquesta, es pot cantar la cançó de la mateixa manera, però com a resposta a les preguntes, cada infant tria quan respondre en funció d'allò que sent o desitja en aquell moment.

5. Segons la durada de l'activitat o el cansament dels infants, es pot continuar l'activitat amb la lectura d'un conte (vegeu les propostes a recursos annexats), bé al llarg del mateix dia o l'endemà.

6. En funció de les respostes i idees que hagin aparegut en el debat es pot demanar als infants si volen continuar parlant-ne. És possible que algun infant expressi que té aquell aspecte, però que se sent d'una altra manera o que no li agrada com és, o que li diuen que és... i que ella o ell vol ser...

7. S'escolta i després es canta una nova versió de la cançó:

Mestra/e: Hola, infants, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: I les vostres amistats com estan?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: Farem el possible per aquesta amistat,

Mestra/e: Hola, nines, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: Hola, nins, què tal i com estau?

(Aquestes dues preguntes darreres es van rotant d'ordre)

Infants: Molt bé!

Mestra: Hola, hola, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

8. Per acabar, es diu als infants que, d'aquí en endavant, en cantar la cançó podran triar la versió que més els ha agradat.

## » Indicacions

- És aconsellable haver enregistrat prèviament la nova versió de la cançó perquè es pugui reproduir o es tengui com a suport, almenys les primeres vegades, fins que s'hagi après.

- Convé tenir molt en compte les aportacions dels infants durant la conversa (dubtes, comentaris, emocions i reaccions...) per poder enriquir el diàleg i per valorar si cal seguir-ne parlant (incidir en el tema) amb més o menys freqüència.

## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 2. Un nin o una nina o...?

---

#### Recursos

- Lletres de les dues versions de la cançó utilitzades en l'activitat.
- Altaveu o reproductor amb entrada USB.

#### Activitats complementàries

- Fer un dibuix de com volem ser.
- Lectura de contes: Flamant, L; Englebert, J. Les nines són per a les nenes. Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana Editorial. Kilovadis, C. El meu fill princesa. Barcelona: edicions Bellaterra, 2018.
- Projectió de contes: Institut Balear de la Dona. La princesa que feia llaüts (<https://youtu.be/KJltCU4dXcc>). de Cole, B. El príncep ventafocs. Barcelona: editorial Destino. Es pot trobar en versió vídeo a <https://youtu.be/s6tyg0lGYwl>

#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

#### Annex: versió original de la cançó

Mestra/e: Hola, nins, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: I les vostres amistats com van?

Infants: Molt bé!

Mestra/e: Farem el possible per esser bons amics,

Mestra/e: Hola, nins, què tal i com estau?

Infants: Molt bé!

## 1. La sexualitat



## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 3. Princeseta, Princeset

---



**Adreçada a infants a partir de 2 anys**



#### Objectius

- Adquirir consciència de diversitat i igualtat.
- Possibilitar la tria de roba que es vol dur.
- Conèixer diferents possibilitats de percepció de la identitat.
- Sentir-se acompanyat amb la presa de consciència de la identitat sexual.
- Reconèixer o identificar sentiments.



#### Durada aproximada

10-40 minuts.



#### Desenvolupament

1. Els infants es col·loquen per poder escoltar un conte i la mestra conta El meu fill princesa.

2. En acabar de contar el conte, segons l'edat i la maduresa dels infants, se'ls demana: Ens agrada dur roba de tots els colors? Ens agrada a tothom dur falces? I dur talons? Coneixeu algun amic o amiga com el ninet del conte? Ens agrada que es riguin de nosaltres?...

3. En acabar la conversa, mentre uns infants juguen al racó de disfresses, un grup d'entre tres i sis infants, amb ajuda, fan un titella de paper de «Quina roba em vull posar avui». Es dona als infants una silueta no sexualitzada i robeta de cartolina per aferrar-la damunt. Els infants poden posar a la silueta la robeta que els vengui de gust. S'ha de procurar que hi hagi prou varietat de roba, que les peces estiguin ben separades i que siguin fàcils d'agafar.

4. Quan els infants han acabat de vestir la seva silueta se'ls dona un pal i se'ls diu que hi posin el seu nom i l'aferrin darrere la silueta per tenir el titella enllestit. A mesura que acaben s'incorporen al joc de disfresses i ocupen els seus llocs els infants que encara no han fet el titella.

5. Tots els titelles s'exposen a l'aula per facilitar que, en veure'ls, els infants puguin comentar allò que vulguin. Passats uns dies, duen la seva titella a casa.



## » Indicacions

- Cal assegurar-se que els infants han vist bé tota la robeta que se'ls ofereix i que saben que poden vestir la silueta amb la roba que més els agradi.
- Convé estar a l'aguait d'allò que vagin comentant els infants a les diferents parts de l'activitat, ja que pot servir de pista de com seguir tractant el tema, i amb quina freqüència.

## 🔗 Recursos

- Conte: Kilovadis, C. El meu fill princesa. Barcelona: edicions Bellaterra, 2018.
- Siluetes de cartolina (Picklebums\_playdoughmat\_bodies.pdf).
- Roba de cartolina (Paper Doll School de Julie Allen Matthews).
- Pals de polo de colors.
- Disfresses.

## 🧩 Activitats complementàries

- Fer un altre titella per vestir, però punxant o retallant la silueta o alguna de les peces de roba.
- Lectura de contes i visionat de vídeos d'identitat de gènere, com per exemple Ruillier, J. Quatre petites cantonades de no res. Barcelona: editorial Juventud, es pot trobar en vídeo a <https://youtu.be/OGbsYs5888>; Barbé, A; Carro, S; Tutu, J. Cola de sirena. Barcelona: edicions Bellaterra, 2016, també es pot trobar en vídeo a <https://youtu.be/wLfk8ecSRPM>

## 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 1.3 El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Activitat 4. Trastoca el conte

---

 **Adreçada a infants a partir de 3 anys**

 **Durada aproximada**

10-30 minuts.

Aquesta activitat es fa en dues sessions:

- La princesa que feia llaüts.
- Trastoca el conte.

Les sessions es poden dur a terme el mateix dia o en dies consecutius:

#### **Objectius**

- Adquirir consciència de diversitat i d'igualtat.
- Gaudir de la possibilitat de transformar o canviar una història feta i acabada.
- Reconèixer o identificar sentiments.

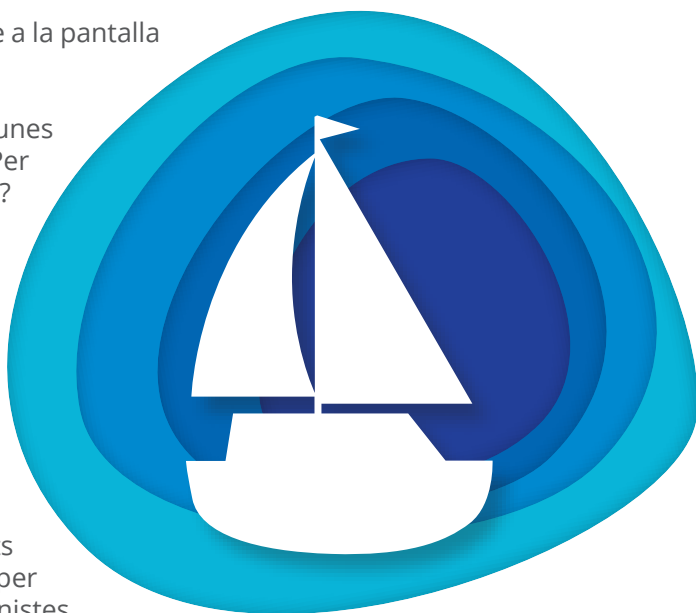
#### **Desenvolupament de la primera sessió: La princesa que feia llaüts**

1. Els infants es col·loquen per poder escoltar i veure a la pantalla el conte La princesa que feia llaüts.

2. Es reproduïx el conte i un cop l'han vist, es fan algunes preguntes per assegurar-se que l'han entès bé: Per què els fills interrompen el pare quan conta el conte? Què són els llaüts? Qui els fa? Per què remuguen els nins? Com volen que sigui la princesa?...

3. A continuació s'ofereix als infants la possibilitat de trastocar un conte amb la finalitat que canviï la història. Se'n poden mostrar uns quants, dels que ja coneixen, perquè puguin triar aquell que més ganes els faci, per exemple: Sant Jordi i el drac, la Ventafocs, els tres porquets...

4. Segons la motivació i el cansament dels infants es pot fer una segona visualització fent aturades, per anar comentant el conte i observar com els protagonistes fan canviar la història al pare, per triar altres adjectius o personatges... preparant-los així per a la sessió en què transformaran el conte triat.







## Desenvolupament de la segona sessió: Trastoca conte

1. Es conta o reproduceix el conte que els infants han triat a la sessió anterior, fent aturades quan es consideri que és possible fer una modificació, mirant d'eliminar els patrons masclistes. Es poden fer preguntes com: El que succeeix en el conte podria passar d'una altra manera? Podria canviar allò que fan els protagonistes? Per què actuen d'aquesta manera? Podrien fer-ho d'una altra forma?... S'han de tenir en compte tots els comentaris dels infants, reforçar-ne la participació i integrar en el nou relat el màxim d'aportacions possibles.

2. En donar per acabada la nova versió del conte, es llegeix perquè els infants puguin revisar el títol i canviar-lo si ho troben pertinent. Pot ser bonic compartir-lo amb altres aules del nivell o del cicle.



## Indicacions

- Si el grup d'infants és conegut i amb ells ja s'han llegit prou contes, es pot fer una selecció dels que serien més adequats per ser trastocats i que els infants triïn, d'entre aquests, el que més els agrada per modificar-lo.
- Aquesta activitat permet identificar emocions i sentiments que es produeixen en els moments en què els infants fan propostes de canvi. És important que els infants se'n adonin que els canvis que proposen per modificar una història els provoca sentiments, tant en l'infant que ho proposa com en la resta. Aquests moments poden servir per fer-los reflexionar sobre les seves reaccions. També poden servir per organitzar activitats complementàries.



## Recursos

- Conte/vídeo: Institut Balear de la Dona. La princesa que feia llaüts (<https://youtu.be/KJltCU4dXcc>).
- Contes per a la tria dels infants.
- Pissarra digital o pantalla.



## Activitats complementàries

- Teatralitzar el conte trastocat.
- Dibuixar la protagonista del conte.
- Joc al racó de disfresses.
- Lectura de contes i visionat de vídeos d'identitat de gènere. Per exemple Díaz, R. Hi ha res més avorrit que ser una princesa rosa? Barcelona: editorial Thule.



## Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.





## **2. Les sensacions:** Tenim la capacitat de sentir

Aquest eix consta de dues unitats didàctiques:

- 2.1 El plaer i el desplaer
- 2.2 Les necessitats i els desitjos

## 2.1 EL PLAER I EL DESPLAER

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Prendre consciència de les diferents sensacions que el cos ens permet sentir (calor, fred, humitat, sons, olors, contacte...) i de la importància de respectar l'espai vital de cada persona.** La sexualitat implica deixar-se dur i donar-se permís per gaudir del plaer, també de respectar el propi espai vital i el de les altres persones. Es tracta que l'infant s'adoni de les diferents sensacions que és capaç de sentir i reconegui situacions en les quals sent que s'envaeix el seu espai vital.
- **Gaudir del plaer de jugar per jugar.** És imprescindible facilitar que l'infant tengui espais de llibertat i un entorn segur per jugar al que li vengui de gust. D'aquesta manera contribuïm a un desenvolupament millor de la seva identitat i li permetem gaudir de la seva autonomia i de la seva capacitat de prendre decisions.
- **Gaudir del plaer que poden proporcionar les experiències sensoriomotrius, descobrir que també poden provocar desplaer i utilitzar-lo com un senyal d'alerta.** Expressar-se amb llibertat a través del cos, descobrir les pròpies capacitats motrius, experimentar amb diferents tipus de formes, textures, temperatures, olors, sabors i sons, són experiències que poden provocar sensacions de plaer i de desplaer. Aquestes sensacions ajuden l'infant a conèixer-se millor, a donar-se permís per gaudir del plaer, a expressar allò que li agrada i allò que no li agrada i a valorar les sensacions de desplaer com a senyals d'alarma a les quals ha de posar esment per reduir o evitar possibles situacions de risc.
- **Descobrir si les situacions de quietud i repòs provoquen plaer o desplaer, prendre consciència de la importància d'experimentar moments de repòs i de quietud i gaudir d'aquests moments en la mesura de les possibilitats.** L'equilibri entre activitat i descans, la relaxació en moments de tensió emocional, així com la capacitat de prendre consciència plena del que s'experimenta en un moment determinat, són habilitats que poden ajudar l'infant a viure de forma més plaent. Generalment, els infants gaudeixen dels moments de quietud i de repòs, però alguns tenen dificultats per estar quietos, per relaxar-se o per concentrar-se. Aquestes situacions permeten detectar, de forma precoç, problemes que podrien afectar-ne de forma negativa el desenvolupament.

## 2.1 EL PLAER I EL DESPLAER

---

• **Gaudir del plaer que proporciona expressar la creativitat i obtenir resultats mitjançant el treball personal i cooperatiu.** L'infant pot expressar la seva creativitat mitjançant la utilització dels recursos al seu abast. Generalment, l'expressió creativa li proporcionarà el plaer de gaudir del procés de creació i de veure finalitzada la seva obra. També pot aprendre a treballar de manera cooperativa i, de la mateixa manera, gaudir del procés i sentir la satisfacció del resultat final. En les activitats creatives, tant individuals com cooperatives, poden sorgir insatisfaccions i moments de desplaer que el mestre o la mestra pot aprofitar per ensenyar a l'infant a gestionar la frustració i els conflictes que puguin sorgir en el treball cooperatiu.

### Activitats



1. Ioga
2. Massatge
3. Sessions de psicomotricitat
4. Sortides al parc
5. Jugam amb teles
6. Paperins
7. Cantam un conte
8. La pilota que respira
9. Ens relaxam?
10. La senyora No

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 1. Ioga

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per fer aquesta activitat és necessari utilitzar un conte en què es vegin diferents postures de ioga. Aquest conte pot ser Ioga.



#### Objectius

- Respirar prestant-hi atenció plena (prendre consciència de la respiració).
- Gaudir de les diferents sensacions físiques i mentals que proporciona la pràctica del ioga.
- Sentir el plaer d'experimentar amb el cos.
- Relaxar el cos i la ment i aconseguir l'equilibri entre ambdós.



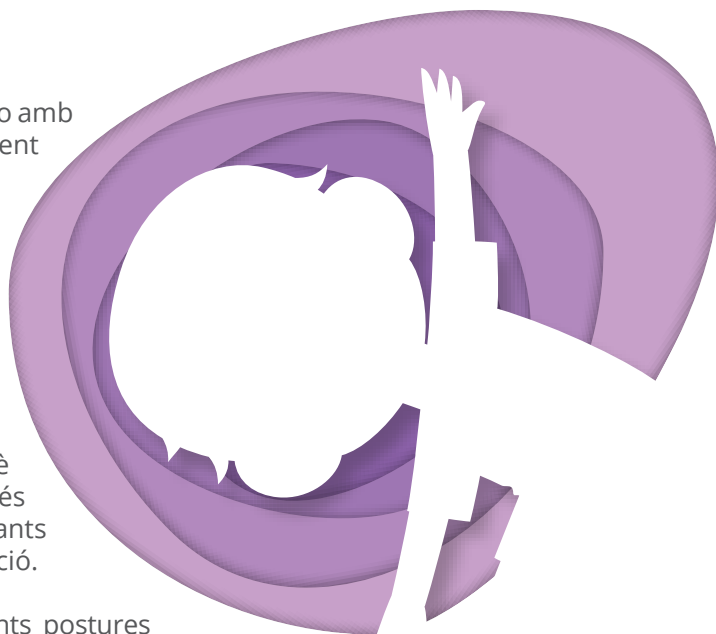
#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. S'inicia l'activitat explicant als infants que es contarà un conte sobre el ioga.
2. Es conta el conte, bé a partir del suport en paper o amb una presentació perquè les imatges siguin visualment més atractives.
3. Una vegada narrat, s'inicia una petita conversa a partir de la pregunta «Pots fer moltes coses alhora?» Segurament la resposta serà afirmativa, per tant els infants explicaran quines són les coses que poden fer alhora.
4. Quan tots els infants hagin tingut l'oportunitat de xerrar, se'ls planteja una altra pregunta: «Què passaria si només féssim una sola cosa, la més senzilla, la més natural: respirar?» Es convida els infants a provar-ho i es du a terme una pràctica de relaxació.
5. Un cop acabada la relaxació, es fan les diferents postures de ioga que apareixen al conte. Cal que la mestra o el mestre transmetin tranquil·litat en tot moment. També és important respectar la individualitat de cada infant i dir-los que no és necessari que duguin a terme totes les postures, sinó aquelles amb les quals es trobin còmodes.



6. Un cop practicades les postures, s'indica als infants que tanquin els ulls i que observin la seva respiració, posant-t'hi tota l'atenció.

- Per acabar, es demana als infants que es posin en rotllana i es conversa sobre l'activitat. Es pot animar la conversa amb les preguntes següents o amb altres de semblants: Què és el que més t'ha agradat? Per què? Hi ha hagut alguna cosa que t'hagi molestat o no t'hagi agradat? Quina? Per què? Vols que ho repetim més vegades?

### » Indicacions

- S'ha de crear un ambient agradable i íntim, que convidi els infants a experimentar amb el propi cos.

### 📄 Recursos

- Conte: RAVENTÓS, M.; GIRÓN, M. loga. Barcelona: Fragmenta Editorial, 2019.
- Estorettes, tantes com infants hi hagi.
- Música de relaxació.
- Reproductor de música.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 2. Massatges

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 mesos

El massatge infantil facilita els vincles afectius perquè inclou els principals elements per establir-los: contacte amb la mirada, pell amb pell, somriures, sons, abraçades, carícies, olor, resposta a estímuls d'interacció... Aquesta activitat es pot realitzar des de diferents perspectives, massatges directes i massatges indirectes, per tal de respectar les necessitats de cada infant.



#### Objectius

- Sentir el plaer o el desplaer del contacte mitjançant el tacte com una capacitat o necessitat.
- Relaxar-se i alleujar l'estrès.
- Descobrir les tensions que es produeixen al propi cos i relaxar-se en resposta al plaer de les carícies.
- Intensificar la comunicació afectiva amb les persones de l'entorn.
- Descobrir les possibilitats de la comunicació no verbal.



#### Durada aproximada

Entre 50 i 60 minuts



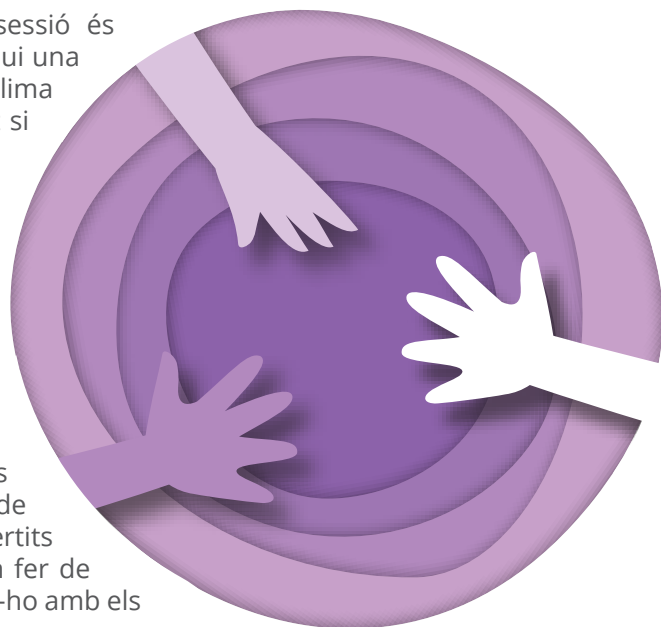
#### Desenvolupament

**1. Condicionament de l'espai:** abans d'iniciar la sessió és necessari preparar l'espai per afavorir que l'infant visqui una experiència plaent. És de vital importància crear un clima tranquil i confortable, que afavoreixi la relaxació, tant si es realitzen massatges directes com indirectes.

**2. Inici de la sessió:** una manera d'iniciar la sessió és a través d'una pràctica de relaxació, amb tothom tombat al terra, els ulls tancats i escoltant una musiqueta.

**3. Massatges indirectes:** un cop acabada la relaxació, per tal de respectar els infants i les seves necessitats, és interessant començar amb massatges indirectes, ja sigui a través d'un conte o amb la utilització de diferents materials. El fet de començar amb aquesta tipologia de massatge permet que els infants més reservats i introvertits participin d'una manera més activa. Primer ho poden fer de manera individual (a ells mateixos) i després compartir-ho amb els altres.

**4. Massatges directes:** una vegada que s'ha aconseguit establir un vincle de seguretat i afectiu (entre dos infants o entre el mestre o la mestra i un infant), se'ls proposa dur a terme sessions de massatges directes en què el contacte sigui pell amb pell, per exemple mà-cap, mà-esquena, mà-braç...





**5. Tancament:** es demana als infants que es posin en rotllana i es conversa sobre l'activitat. Es pot animar la conversa amb les preguntes següents o amb altres de semblants: Com t'has sentit? Què és el que més t'ha agradat? Per què? Hi ha hagut alguna cosa que t'hagi molestat o no t'hagi agradat? Quina? Per què? Vols que ho repetim més vegades?

Abans de començar la conversa, els infants també poden plasmar el que han fet en un dibuix.

### » Indicacions

- Deixar que una altra persona toqui el nostre cos és una experiència íntima. S'ha de ser conscient que quan es toca una persona s'entra en connexió amb el seu món i que el tacte li provocarà emocions que poden ser agradables o desagradables. Ens protegem o ens confiam davant els altres en funció de com ens sentim en la relació amb ells. Per això és tan important cuidar l'acostament i el comiat i la forma com toquem.
- Cal dir als infants que quan el massatge el faci una altra persona poden dir si els agrada o no, sense haver d'esperar que acabi. També és important que l'infant que fa el massatge sigui conscient del que fa, perquè s'adoni del que transmet i del que rep a través de les mans. Aquestes dues qüestions s'han d'explicar als infants abans de començar a fer els massatges directes.

### 📄 Recursos

- Matalassos, tants com infants hi hagi.
- Per al massatge directe: olis naturals, per exemple, d'ametla.
- Per al massatge indirecte: plomes, pinzells, pedres, pilotes, teles, esponges, aparells per a massatges diversos...

### 🧩 Activitats complementàries

- Una possibilitat per introduir el massatge infantil dins l'aula consisteix a plantejar una activitat grupal introduint propostes de joc que contribueixin a crear una atmosfera agradable. Es pot utilitzar una temàtica concreta (el mar, el cel, la pluja...) i amb l'ajuda de diferents materials (mocadors, teles, etc.). Per exemple: es posa una tela grossa al terra i els infants seuen damunt simulant un vaixell o la platja (pot ambientar-se amb música relaxant o amb el so de la mar). Mentrestant, es passen teles pel rostre i pel cos dels infants, a diferents ritmes («Ara hi ha moltes ones», «Fa molt de vent», «Ara la mar està calmada»...). Tots aquests jocs es poden seguir amb materials diferents (plomes, coixins, pinzells, pilotes...).
- També es poden fer les sessions a partir d'un conte. Es narra la història i es complementa amb un material que pugui ser representatiu. Per exemple: per imitar besades de peixets (fresques i humides), fer bombolles de sabó a les cames dels infants.
- Una altra opció és la creació d'un racó sensoperceptiu dins l'aula on els infants mateixos siguin els encarregats de gestionar l'activitat. Perquè no es perdi l'interès pels massatges, es poden introduir materials o estris complementaris (pepes, objectes o accessoris que fomentin la creativitat i aportin motivació al racó de massatges). Aquests objectes han d'anar canviant.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 3. Sessions de psicomotricitat

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 mesos

Per fer aquesta activitat s'han de tenir en compte els diferents moments que estructurin el temps i l'espai de la sessió de psicomotricitat. Es pot realitzar una vegada per setmana, en grups de 6 o 18 infants, depenent de l'edat.

La sessió s'estructura en diferents moments:

- Ritual d'entrada.
- Expressió motriu.
- Joc simbòlic.
- Representació.
- Ritual de sortida.



#### Objectius

- Gaudir del plaer del moviment a partir de l'activitat motriu.
- Descobrir i anar prenent consciència de les pròpies capacitats motrius.
- Ampliar les possibilitats de domini del moviment.
- Evolucionar en la identitat personal.
- Desenvolupar recursos per a la resolució de conflictes.
- Aprendre a compartir el material i els espais amb els altres.
- Comunicar desitjos, necessitats i sentiments.
- Enriquir i diversificar les capacitats expressives



#### Durada aproximada

50 minuts



#### Desenvolupament

1. Per tal de dur a terme una bona pràctica psicomotora, primer s'ha de preparar l'aula o la sala de psicomotricitat, buidant-la de tot allò que no sigui necessari per a la sessió. S'han de configurar espais: sensoriomotor, simbòlic, afectiu i cognitiu o de distanciament.

2. Ritual d'entrada. S'acullen els infants de manera que tinguin un reconeixement individual. S'ha de fer en un espai situat a un lloc que permeti una bona visió de la sala perquè els infants puguin apreciar el canvis dels espais en relació amb altres sessions. Per als infants més grans, a partir de 2-3 anys, es recorden les normes establertes.



3. Expressió motriu. Es facilita que l'infant pugui gaudir del moviment mitjançant l'activitat motriu espontània i s'afavoreix la formació de la imatge corporal i de la identitat. S'ha de fer en un espai diferenciat, que ho permeti.

4. Joc simbòlic. Aquest tipus de joc permet que els infants puguin viure una sèrie de rols que els ajudaran a entendre un poc més la seva realitat. Els infants han de poder disposar de tota la sala per fer el joc simbòlic, encara que a l'hora de fer cases, castells, acumulació de material... solen cercar espais més apartats on es puguin aprofitar les parets.

5. Moment de la representació. És el moment en què l'infant representa tot allò que ha viscut a la sala, ja sigui a través de l'expressió oral, construccions amb fustes, dibuixos...

6. Ritual de sortida. És el moment en què un joc, una cançó, un conte... pot tornar a la calma i a la tranquil·litat. Permet el reagrupament dels infants per acabar la sessió. L'espai torna a ser el del ritual d'entrada.

### » Indicacions

- Cal oferir un espai de seguretat on els infants puguin expressar-se lliurement, viure el plaer sensoriomotor i gaudir de les seves produccions simbòliques, sempre a partir del seu desig i respectant la seva autonomia. D'aquesta manera es facilita que l'infant es conegui cada cop millor (capacitats, limitacions, allò que el fa gaudir, allò que no...) i s'accepti com és, i desenvolupi la seva creativitat, sense renunciar a explorar noves possibilitats. També permet que conegui millor els altres infants.

### Recursos

- Material dur i bla com espatleres, tobogans, matalassos, escales, poltre, plint, coixins... que possibiliten activitats d'equilibri i desequilibri, arrossegaments, rodolaments, caigudes...
- Teles, cordes, mocadors, anelles... per poder jugar simbòlicament.
- Material fungible.
- Fang, fustes de diferents formes i mides per construir... Aquest material facilita el descentrament afectiu i afavoreix l'accés al pensament operatiu.



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Fotografies i vídeo.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 4. Sortides al parc

---



Adreçada a infants a partir de 2 anys i mig



#### Objectius

- Adquirir seguretat mitjançant el coneixement de l'entorn (característiques, conceptes espacials de prop i de lluny...) i de l'espai exterior més proper.
- Gaudir amb seguretat d'allò que li proporciona l'entorn.
- Descobrir, prendre consciència i gaudir de les capacitats motrius pròpies.
- Conèixer i respectar normes de comportament (socials, de seguretat...).
- Manifestar actituds de respecte i valoració del medi natural.
- Desenvolupar recursos per a la resolució de conflictes.
- Compartir allò que s'ha observat, pensat o sentit durant la sortida amb els altres infants i els adults (mestres i acompanyants).



#### Durada aproximada

75 minuts

Aquesta activitat es pot dur a terme cada quinze dies, a partir del segon trimestre, sempre que el temps ho permeti.



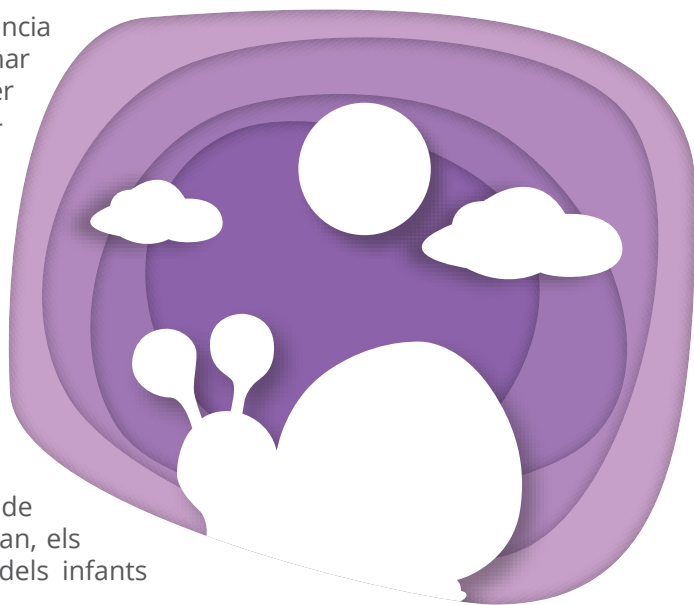
#### Desenvolupament

1. Abans de fer les sortides és important parlar amb els infants. S'explica la sortida i es comenta la importància de respectar les normes d'educació viària. S'ha de donar seguretat en tot moment, transmetre tranquil·litat i fer cas d'allò que crida l'atenció dels infants, per parlar-ne. Es pot aprofitar la sortida per observar el clima, comentar l'estació de l'any, valorar la natura, parlar de les normes de relació, de convivència i de cortesia (saludar les persones que s'acosten), respectar els animals, les plantes, el mobiliari urbà...

2. Una vegada al parc, es permet que els infants juguin lliurement i se'ls faciliten diferents tipus de materials, ja siguin contenidors per fer transvasaments de material natural, cotxets per jugar per les rampes, animals perquè puguin crear els seus minimons... El parc ofereix la possibilitat de gaudir del moviment amb els gronxadors, el tobogan, els balancins puja-i-baixa... A més, es posa a l'abast dels infants arbres, pedretes, herbes, caragols, porriols...

3. Quan arriba el moment s'arregla el material i es torna tranquil·lament cap a l'escola.

4. En el moment de la trobada, els infants poden expressar si l'experiència els ha agradat, quines coses els han cridat més l'atenció, si alguna cosa no els ha agradat...



### » Indicacions

• A l'hora de preparar la sortida s'ha de tenir en compte que ha de ser una activitat motivadora i significativa per als infants. S'ha d'afavorir la interacció entre ells i amb el mestre o la mestra, en un clima acollidor, segur i càlid. És important que tots els adults que participen en l'activitat tinguin clar quin és el seu paper i el control que han de tenir en tot moment per tal d'aconseguir que sigui una activitat plaent i segura.

### 📄 Recursos

- Algunes mudes de canvi, mocadors i tovallolletes humides.
- Materials que permetin gaudir de tot allò que ens ofereix la natura, com ara pedretes, terra, pinyes, terrenys plans i inclinats, diferents tipus d'alçades...
- Contenidors petits.
- Culleres de fusta.
- Cotxets.
- Altres joguets, com animals...



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 5. Jugam amb teles

---



#### Adreçada a infants a partir de 6 mesos

Jugar amb teles és una activitat que des de ben petits agrada als infants i els permet anar fent en funció del seu nivell maduratiu. Va des d'una fase més exploratòria i manipulativa a una fase més simbòlica.



#### Objectius

- Descobrir el plaer o el desplaer que proporcionen les experiències sensoriomotrius del joc amb teles (diferents textures, colors, mides...).
- Gaudir del plaer d'amagar-se i ser descobert, de jugar a canviar la identitat i identificar-se amb un altre paper...
- Explorar i conèixer l'entorn a través del joc.
- Descobrir la capacitat de transformar l'espai i el joc.



#### Durada aproximada

30 minuts



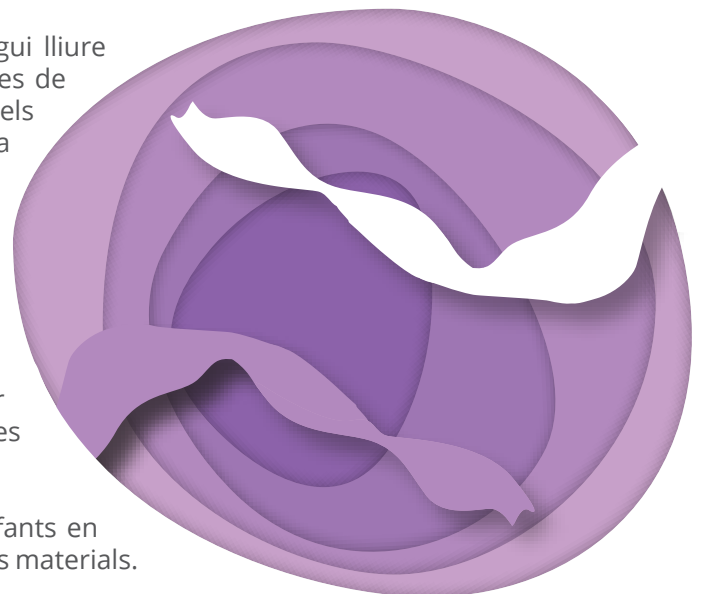
#### Desenvolupament

1. Es prepara l'espai. És important que l'espai estigui lliure d'objectes i joguetes, que permeti presentar les teles de manera ordenada, visible i accessible per a tots els infants. Això facilita que s'hi sentin atrets i que la seva experiència sigui més intensa i profitosa.

2. S'ofereixen als infants teles ben diferents: de grosses, de petites, de transparents, de colors i de diferents materials perquè hi juguin (capses, recipients, tubs...). Es tracta de fer una proposta atractiva per despertar la curiositat dels infants i provocar l'aparició d'accions diferents: teles per tocar, per amagar-se i descobrir-se, per poder ficar-les dins recipients, per disfressar-se, etc.

3. El joc amb teles es dona per acabat quan els infants en perden l'interès, llavors es recullen les teles i els altres materials.

4. Es fa un cercle de diàleg sobre les sensacions que ha despertat jugar amb aquest material i sobre si el joc ha estat plaent o desplaent.



### » Indicacions

- S'ha de parar esment a les interaccions que es produeixen i reconduir la situació en cas de necessitat.

### 📄 Recursos

- Teles de diferents mides, textures i colors.
- Materials per combinar amb les teles durant el joc (capses, recipients, tubs...).

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 6. Paperins

---



Adreçada a infants a partir de 2 anys



Durada aproximada

20-30 minuts



#### Objectius

- Sentir el plaer visual.
- Gaudir de les percepcions visuals, tàctils i sonores associades amb els diferents moviments corporals que provoca l'espai de joc.
- Experimentar i gaudir amb les possibilitats psicomotrius.
- Sentir el desig d'apropiació i transformació.



#### Desenvolupament

1. Abans de presentar la proposta s'ha de preparar una gran quantitat de paperins grans, de colors ben diferents, classificats per colors (un paquet de cada color). Si no se n'han pogut aconseguir de classificats per colors, s'ha de fer una feina prèvia de classificació, que es pot dur a terme amb els infants.

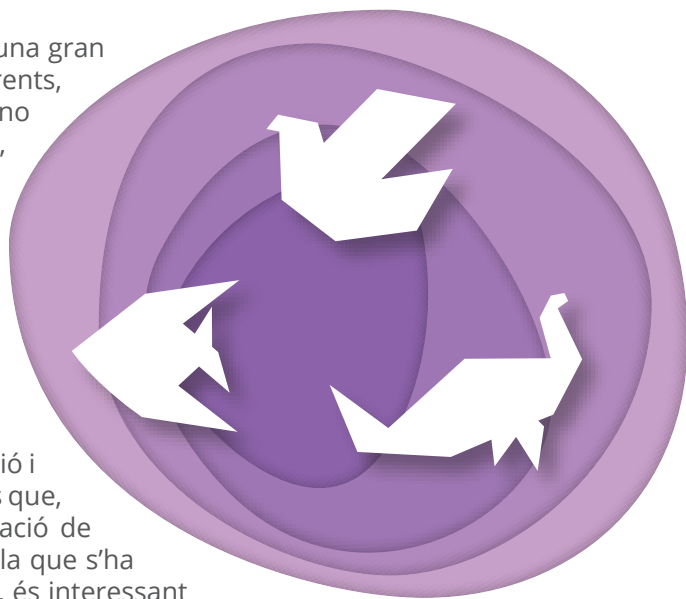
2. Es presenta als infants una composició ordenada i estèticament atractiva. Un mandala de paperins sempre és una bona opció. D'aquesta manera, a través de l'estètica i de l'ordre es provoca una reacció en l'infant.

3. Es diu als infants que poden jugar amb la composició i canviar-la com els vengui de gust. El que sol succeir és que, a poc a poc, es comença a generar una transformació de l'espai i s'observen propostes més interessants que la que s'ha fet inicialment. En aquesta primera part de la sessió, és interessant que hi hagi un ambient relaxat, que convidi a l'exploració de manera tranquil·la. Es pot aconseguir amb música ambiental.

4. Quan s'observa que els infants van perdent l'interès per la proposta, s'introdueix un element nou, que pot consistir a mobilitzar l'aire a través de ventiladors o bufant els paperins amb eixugadors de cabells. Aquest nou element permet gaudir de l'activitat d'una manera més activa, en què el moviment passa a ser el protagonista. En aquesta part de la sessió es posa una música més moguda.

5. El joc es dona per acabat una vegada que els infants comencen a perdre-hi interès.

6. Es fa un cercle de diàleg sobre les sensacions que ha despertat jugar amb aquest material i sobre si el joc ha estat plaent o desplaent.





### » Indicacions

- Durant l'activitat s'ha de tenir una actitud observadora per reconduir la proposta i fer les modificacions pertinents, en funció de les necessitats que el grup d'infants presenti.
- Cal observar les diferents accions que apareixen i les verbalitzacions que es produeixen. Accions que es poden observar:
  - Si l'infant es mou amb seguretat per l'espai, si es mostra observador i amb una actitud poc activa, si interacciona amb el material i amb els altres infants...
  - Quines accions fa (classifica per colors, escampa, acaramulla, fa representacions artístiques, inicia un joc compartit amb els companys...).
  - Si actua amb precaució o si és impulsiu davant la proposta.
  - Si mostra plaer o desplaer.
  - Les seves expressions facials.

### 📄 Recursos

- Paperins grans de diferents colors.
- Ventiladors o aparells per mobilitzar l'aire.
- Música.
- Reproductor de música.

### 🧩 Activitats complementàries

- Una altra variant de l'activitat consisteix a presentar els paperins acompanyats de tassons de colors. El joc canviarà per complet, segurament, ja que el fet de combinar aquests dos materials convida al joc d'omplir i buidar, classificar, reordenar, etc.

### ✅ Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 7. Cantam un conte!

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta proposta consisteix a utilitzar un conte (en aquest cas, Comer un lobo) com a fil conductor de diverses activitats musicals. Expressar-se corporalment amb llibertat amb la música no només implica plaer, sinó que a més a més ajuda al desenvolupament integral de la persona. Quan un cos es mou, el cervell s'activa i produeix connexions que d'altres maneres no es donarien.

L'activitat es desenvolupa en tres sessions que es poden dur a terme en tres setmanes consecutives o en diferents dies de la setmana:

- Els personatges.
- Els elements i les accions.
- Recordatori.



#### Objectius

- Sentir el plaer d'expressar-se amb llibertat a través del cos.
- Experimentar físicament diferents aspectes musicals: micropols i macropols, escoltar i cantar la nota de repòs d'una cançó, sentir el contrast entre un temps lent i un de ràpid, l'aculturació d'una mètrica irregular...
- Experimentar diferents qualitats del moviment.
- Reconèixer diferents estats emocionals a través de la música.
- Sentir el plaer o el desplaer que ens proporciona la música.
- Treballar de manera cooperativa per aconseguir un resultat final.



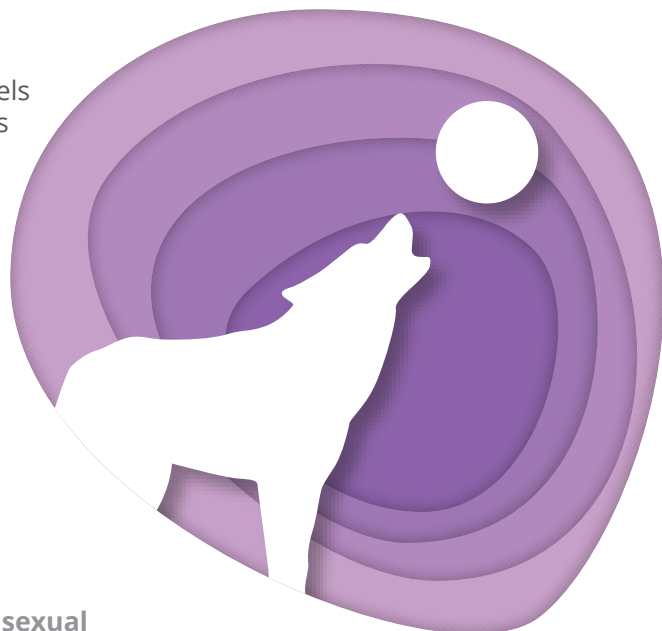
#### Durada aproximada

40-45 minuts



#### Desenvolupament de la primera sessió: els personatges

1. Sense haver contat el conte, es presenten els personatges (el porquet i el llop) utilitzant diferents tons musicals. Es poden treballar, per exemple, els tons agut i greu amb una cançó apropiada, així com la gestió i el reconeixement de la por com a emoció que genera la presència del llop.





### Desenvolupament de la segona sessió: els elements i les accions

1. Es trien diferents accions que es duen a terme en el conte, per exemple, elements i accions necessàries per fer una sopa: tenir una olla, ficar-hi aigua, posar-la al foc, tallar i ficar-hi les verduretes, remenar amb una cullera...
2. Els infants es col·loquen en rotllana i agafen entre tots una tela grossa elàstica, com si fos l'olla.
3. Se'ls explica que quan es posa l'aigua dins l'olla han de moure la tela d'un costat a un altre, lentament. Després se'ls diu que l'han de moure amunt i avall, més ràpid, quan l'aigua comença a bullir.
4. El moviment es va fent cada vegada més ràpid fins que l'aigua bull. En aquest moment es diu als infants que han de posar dins l'aigua les verduretes, que serviran per fer un bon brou.
5. Es torna a repetir l'estructura anterior ràpid/lent en funció de la música, fent botar les verdures. Una vegada que s'acaba la música, s'ha aconseguit fer una bona sopa experimentant el plaer que proporciona la música, l'escolta, el ritme...
6. Un cop enllestida la sopa es fica tot dins d'un tambor gros (a manera d'olla), es remena amb un cullerot (les baquetes) i es juga a «tastar» la sopa. Aquest moment s'aprofita per experimentar amb patrons musicals concordants amb l'acció (si és calenta bufam, si ja és freda menjam... Quines sensacions experimentam? Ens cremam la llengua? S'ha refredat massa i l'hem de tornar a fer bullir?, etc.), que els infants poden o no repetir.



### Desenvolupament de la tercera sessió: recordatori

1. Es mostra el conte i es recorden, de forma breu, les activitats que s'han fet en les sessions anteriors. La vivència del conte es torna més plaent perquè els infants ja coneixen els personatges i les accions, així com les sensacions i emocions que produeixen.
2. Un cop feta aquesta sessió, amb els infants més grans es pot fer un cercle de conversa sobre l'activitat, i plantejar-los alguna pregunta, com per exemple: Quina part de la sessió t'ha agradat més? Quina menys? Per què? Com t'has sentit mentre dúiem a terme la proposta?



### Indicacions

- L'activitat està pensada com a treball de cooperació, però també es pot fer una feina individual donant un pandero i una baqueta a cada infant, aprofitant el joc simbòlic. En aquest cas, cada infant ha de tenir una olla i una cullera i podria remoure i picar seguint una melodia amb estructura A B, per exemple, interactuant individualment amb els patrons rítmics amb l'instrument.
- Per conduir aquesta activitat és imprescindible una actitud oberta, participar activament en la sessió, reconduir les situacions que siguin necessàries i acompanyar aquelles emocions que mostrin i expressin els infants.
- És necessari observar l'actitud de l'infant davant la proposta, les seves expressions, així com el plaer o desplaer que li proporciona l'activitat.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 7. Cantam un conte!

---



#### Recursos

- Conte: Ramadier, C. Comer un lobo. Editorial Pequeñolópez, 2016.
- Menjar de tela de jugueta.
- Panderos i baquetes.
- Tela elàstica.
- Titelles o pelutxos (porquet i llop).
- Música (sense lletra) amb un contrast lent/ràpid. Per exemple: música d'Alasdair Fraser (violí) i Natalie Haas (violoncel), del seu disc Fire and Grace. Cançons i recitats com la teoria de l'aprenentatge musical d'Edwin Gordon i Cançons per a Matilda, d'Arantxa Riera, basada en la teoria de l'aprenentatge musical d'Edwin Gordon.
- Reproductor de música.



#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2. Les sensacions



## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 8. La pilota que respira

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat es realitza utilitzant la «pilota de l'arc de Sant Martí». És una pilota extensible que es fa servir per mostrar les dues fases de la respiració: inhalació i exhalació.



#### Objectius

- Controlar la respiració.
- Sentir el plaer o el desplaer que proporciona el control de la respiració.
- Notar que el control de la respiració facilita la relaxació.
- Valorar la importància de la quietud i el repòs.
- Millorar l'atenció i la concentració.



#### Durada aproximada

30 minuts



#### Desenvolupament

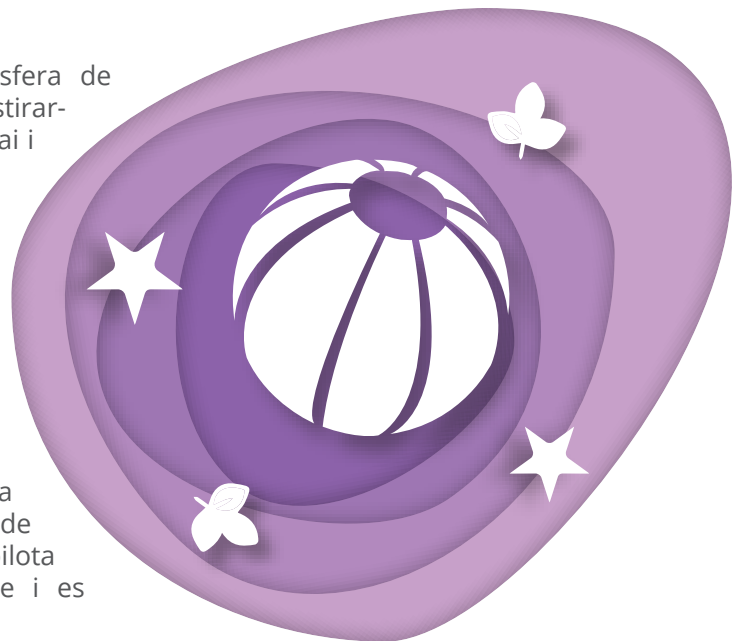
1. Es condiciona l'espai per crear una atmosfera de tranquil·litat, i es col·loquen les estoretes per estirar-s'hi de manera que tothom pugui tenir prou espai i escoltar bé les instruccions.

2. Abans de començar l'activitat de control de la respiració, amb tothom assegut en cercle, es du a terme una petita conversa amb els infants perquè expressin quines coses provoquen que estiguin nerviosos, quines els transmeten calma i com se senten en aquest moment.

3. Una vegada que tots els infants han pogut expressar el que senten, se'ls presenta «la pilota que respira» (pilota de l'arc de Sant Martí de mindfulness) i se'ls explica com funciona: la pilota s'expandeix quan els pulmons s'umplen d'aire i es redueix quan l'expulsen.

4. Quan tot està en silenci i es respira un ambient de calma, es diu als infants que es tombin amb la panxa cap amunt i se'ls explica com controlar la respiració i com poden utilitzar la pilota que respira. Els infants comencen a inhalar i a exhalar de la manera que se'ls indica.

5. Per acabar, es du a terme un cercle de diàleg sobre l'activitat i es planteja alguna pregunta, com per exemple: Us ha agradat? En algun moment us heu sentit malament? Què heu sentit?



### » Indicacions

- És interessant que hi hagi pilotes a bastament perquè tots els infants junts puguin fer la proposta. En cas de que no sigui possible, es poden establir torns perquè els infants puguin experimentar amb la pilota. Els qui no tenguin la pilota a les mans també fan les respiracions amb els ulls tancats.
- Aquesta és una pràctica que es pot dur a terme sense cap tipus de material, però emprar la pilota ajuda els infants a ser més conscients de la seva respiració.

### Recursos

- Pilotes de l'arc de Sant Martí mindfulness.
- Estorettes, tantes com infants hi hagi.

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 9. Ens relaxam?

---



Adreçada a infants a partir de 2 anys



#### Objectius

- Gaudir de la relaxació.
- Valorar la importància dels moments de repòs i quietud.
- Gaudir de la capacitat d'imaginar.
- Adquirir habilitats per afrontar situacions diàries que puguin generar preocupacions o emocions desagradables.
- Descobrir el plaer o el desplaer que implica dur a terme una sessió de relaxació.



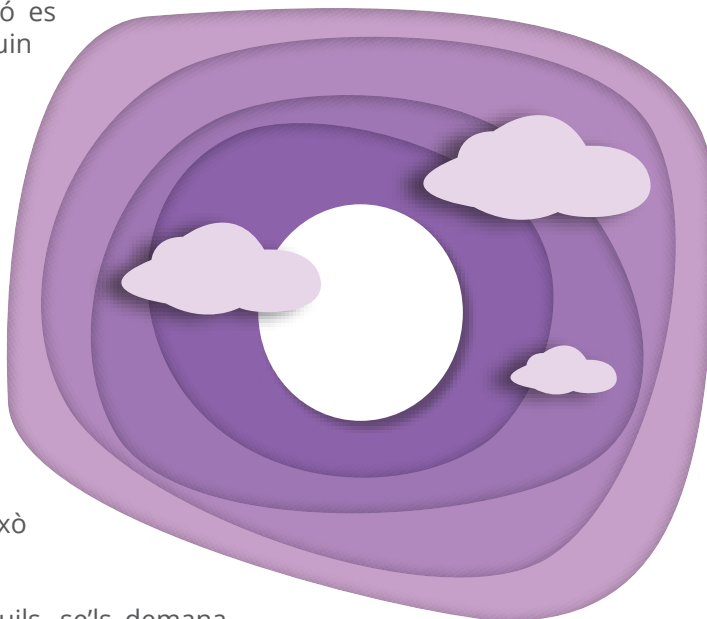
#### Durada aproximada

30 minuts



#### Desenvolupament

1. Abans de començar la sessió de relaxació es condiona l'espai perquè els infants estiguin còmodes i es puguin relaxar més fàcilment.
2. S'explica als infants en què consistirà l'activitat.
3. Es posa música de relaxació i es diu als infants que s'estirin sobre l'estoreta, que posin les mans damunt la panxa i facin unes quantes respiracions profundes prestant atenció a la respiració. Per facilitar la presa de consciència, se'ls fa alguna pregunta, per exemple: «Notau com se us aixeca la panxa quan agafau aire per respirar?» Seguidament se'ls diu que comptin fins a tres cada vegada que puja la panxa i cada vegada que baixa. Això es repeteix cinc vegades.
4. Quan es veu que els infants estan tranquils, se'ls demana que tanquin els ulls i que s'imaginin el que es narra. Un exemple seria: «Imagina't que estàs tombat a un prat, mirant el cel, i pots veure el sol, groc, brillant, i pots sentir com els raigs donen calor a tot el teu cos... sent la calor des dels peus fins al cap. El sol brilla, sents el cant d'uns ocells i veus com tots junts volen en una mateixa direcció...»
5. Per acabar la sessió, en grup, es comparteix el que s'ha sentit durant l'activitat.





### » Indicacions

• És important que la mestra o el mestre, amb la postura corporal i amb la veu, convidi els infants a gaudir d'aquesta experiència narrant amb un to neutre, tranquil i de manera pausada la història que els infants s'han d'imaginar. Aquesta ha d'estar adaptada a l'edat del grup d'infants.

### 📄 Recursos

- Estorettes, tantes com infants hi hagi.
- Música de relaxació.
- Reproductor de música.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.1 El plaer i el desplaer

### Activitat 10. La senyora no

---



Adreçada a infants a partir de 3 anys



#### Objectius

- Saber identificar el desplaer com un senyal d'alerta.
- Posar límits.
- Verbalitzar les coses que no agraden.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. Es diu als infants que seguïn en cercle i es presenta un titella, la senyora No.
2. S'explica que la senyora No té un truc per a quan algú li fa una cosa que no li agrada. El truc consisteix en dir, ben clar, «no».
3. Es demana un infant voluntari per sortir al mig perquè intenti pegar al titella. Quan l'infant ho fa, el titella diu «no» i l'infant s'ha d'aturar.
4. L'acció es repeteix amb un o dos infants més amb diferents propostes: intentar fer una besada, una coça, una carícia... El titella sempre diu «no».
5. Seguidament, un infant pot agafar el titella i ser ell el que digui «no» i un altre infant pot intentar fer el que vulgui al titella.
6. Per acabar, se'ls demana si alguna vegada s'han trobat en la mateixa situació que la senyora No, si els han fet alguna cosa que no els agradava.
7. S'explica que quan una cosa no ens agrada podem dir «no», i que la persona que fa allò que no ens agrada s'ha d'aturar.
8. Es deixa el titella a un lloc visible de la classe perquè els infants el tinguin de referència quan algú els fa una cosa que no els agrada i perquè recordin que no ho han d'acceptar i que han de dir «no».



### » Indicacions

- És important utilitzar una metodologia activa, participativa i creativa mitjançant el joc, amb la finalitat de preparar els infants per al dia a dia.
- Durant l'activitat és important dramatitzar bastant amb el titella i també donar l'oportunitat als infants que siguin ells que facin els exemples següents.

### Recursos

- Un titella, que serà la senyora No (qualsevol pot servir).

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 LES NECESSITATS I ELS DESITJOS

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Conèixer progressivament les necessitats fisiològiques bàsiques i manifestar una actitud positiva envers el cos i les seves funcions.** Una sexualitat plaent i saludable requereix el coneixement de les necessitats fisiològiques i d'una actitud positiva envers el cos i les seves funcions. El que és pretén és que l'infant conegui progressivament quines són les necessitats fisiològiques de les persones, actuï correctament per satisfer-les i tengui cura de si mateix, segons el seu nivell de desenvolupament.
- **Diferenciar entre una queixa i una petició.** Conèixer la diferència entre aquestes dues formes d'actuar permet obrir el camí per aprendre a comunicar-se de forma assertiva. Això ajuda que l'infant no s'instal·li en una posició de víctima passiva, perquè aprengui a valorar diferents punts de vista sobre una determinada situació, a assumir-ne la responsabilitat, si li pertoca, tant en la situació que ha generat el problema com en la seva resolució. Assumir el paper de protagonista de la pròpia vida proporciona seguretat i plaer.
- **Diferenciar entre una necessitat i un desig, identificar les pròpies necessitats i desitjos i relacionar-los amb emocions plaents o desplaents.** És convenient que l'infant, segons el seu nivell de maduració, treballi els conceptes de necessitat i de desig. Una necessitat no satisfeta genera una situació de carència i afecta de forma més o menys intensa el desenvolupament de l'infant. Algunes situacions de mancança són fàcilment observables, però n'hi ha d'altres que el mestre o la mestra, encara que les intueixi, únicament les podrà constatar mitjançant activitats didàctiques. Amb aquestes activitats es pot ajudar l'infant a expressar i verbalitzar les seves necessitats, els desitjos i els sentiments (frustració, ràbia...) que li provoca el fet de no poder satisfer-los. D'aquesta manera pot conèixer millor l'infant i el seu entorn i facilitar l'accés als recursos disponibles per millorar situacions de carència.
- **Demandar ajuda quan es necessiti, a la persona adequada i de forma correcta.** Es tracta que l'infant adquireixi progressivament la capacitat d'identificar situacions del dia a dia en les quals pot necessitar l'ajuda d'altres persones. També es pretén que aprengui a triar qui vol que l'ajudi i saber si aquesta persona és l'apropiada. És important que l'infant aprengui a identificar les persones en qui pot confiar a partir del comportament que demostren (volen ajudar, respecten la intimitat, fan sentir benestar...).

## 2.2 LES NECESSITATS I ELS DESITJOS

---

Aquests objectius es treballen en altres dos eixos:

- L'art d'estimar, concretament a la unitat didàctica «Relacionar-se», en la qual es treballa la capacitat de demanar ajuda, en el context de la conducta assertiva.
- La conducta sexual. En aquest eix, la capacitat de demanar ajuda es treballa relacionada amb les situacions d'abús sexual o qualsevol tipus de maltractament que pugui sofrir l'infant.

### Activitats



1. En Blef
2. Pobres vora el mar
3. Necessites ajuda?
4. No puc, no
5. La fórmula màgica
6. T'ajud!
7. Canviam el bolquer amb en Blef
8. Ens ajudam
9. A què jugam avui?
10. Les estàtues

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 1. En Blef

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per fer aquesta activitat s'utilitza en Blef, un extraterrestre que acompanyarà els infants durant els mesos d'escola i proposarà activitats per parlar de les necessitats i els desitjos.



#### Objectius

- Identificar les necessitats pròpies i les dels altres infants.
- Cercar solucions davant possibles dificultats.
- Fomentar la cooperació entre iguals.



#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. Abans d'iniciar l'activitat amb els infants, es col·loca en Blef fora de l'aula, darrere la porta.

2. S'indica als infants que s'asseguin en cercle i escoltin amb atenció. Quan se sent un toc-toc-toc, es demana a un dels infants que vagi a veure qui ha tocat la porta de la classe. En obrir la porta, veurà en Blef, que du una maleta.

3. La mestra o el mestre agafa en Blef i la seva maleta i diu a l'infant que ha obert la porta que pot tornar amb la resta de companys.

4. En obrir la maleta, els infants descobreixen que dins hi ha una nota que diu que en Blef és d'un altre planeta i necessita la seva ajuda, perquè no entén res. A partir d'aquest moment, es plantegen als infants una sèrie de qüestions: Com el podem ajudar? Què necessita? Com podem saber si necessita alguna cosa? (es van analitzant senyals).

5. Una vegada exposades les diferents opinions, s'inicia una conversa per xerrar de les necessitats i els desitjos. Per ajudar els infants a conversar i a reflexionar es poden fer preguntes: Com sabeu quan necessitau ajuda? Com demanaríeu ajuda si en necessitàssiu? Com actuaríeu si véssiu que un company necessita ajuda, com en Blef?

6. A partir de les idees exposades, es tanca l'activitat ressaltant la importància de demanar ajuda quan se'n necessita.



### » Indicacions

- És important crear curiositat per en Blef i despertar l'interès dels infants per descobrir com ajudar-lo, per així poder-los convidar, més endavant, a expressar les seves necessitats i els seus desitjos.

### 📄 Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Una maleta.
- Nota escrita per explicar qui és en Blef.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 2. Pobres vora el mar

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Es fa en tres sessions que és convenient dur a terme en dies consecutius.



#### Objectius

- Identificar les necessitats pròpies i les dels altres.
- Cercar solucions davant possibles dificultats.
- Fomentar la cooperació entre els iguals.
- Compartir amb la família el que s'ha parlat a l'escola sobre les necessitats i els desitjos i sobre la necessitat de demanar ajuda.



#### Durada aproximada

45 minuts



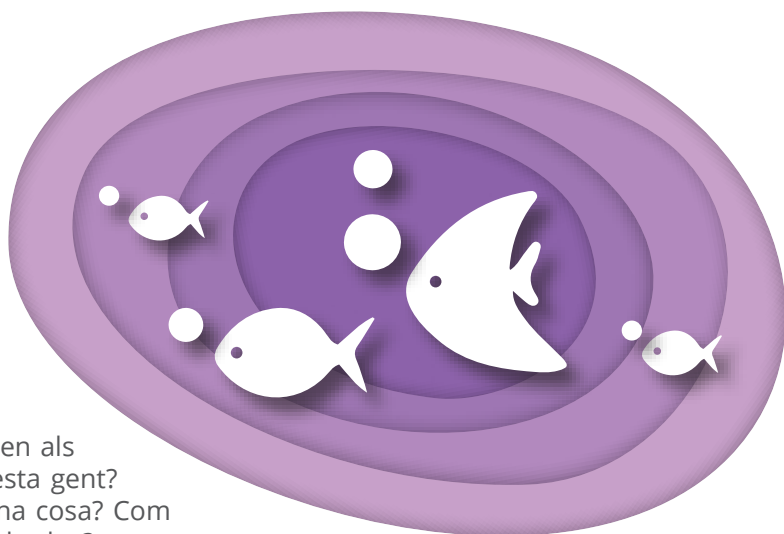
#### Desenvolupament de la primera sessió

1. Tothom s'asseu en cercle i s'explica als infants que en Blef els vol presentar la làmina «Pobres vora la mar», d'un artista que es diu Pablo Picasso. Un cop mostrada la làmina es parla breument de l'autor, la data de l'obra i el corrent artístic al qual pertany.

2. Es projecta la imatge en gros i es plantegen als infants una sèrie de qüestions: Què fa aquesta gent? Què els passa? Pensau que necessiten alguna cosa? Com ho sabeu? Com se senten? Com podríem ajudar-los?

3. Després que els infants hagin donat la seva opinió, se'ls demana: Us ha agradat aquesta làmina? Com us ha fet sentir, bé o malament? Hi ha alguna cosa que no us hagi agradat gens? I alguna que us hagi agradat molt? Qui va pintar aquest quadre volia que la gent s'adonàs de la tristesa d'aquesta gent?

4. Un cop acabat el diàleg, es fa la darrera pregunta per tancar la sessió: És important manifestar verbalment com ens sentim, què necessitam, què desitjam? En aquesta ocasió no hi ha diàleg i és el mestre o la mestra qui conclou explicant per què és important que fem saber allò que sentim, necessitam o desitjam.







### Desenvolupament de la segona sessió

1. Mentre tothom seu en cercle, en Blef torna a presentar la mateixa làmina però amb colors més càlids, per exemple grocs o taronges.
2. S'inicia un cercle de conversa amb les preguntes següents: I ara com pensau que se sent aquesta gent? Per què ho pensau?
3. Quan els infants han donat la seva opinió es projecten les dues làmines, una vora l'altra se'ls demana que les valorin una a una, triant entre tres opcions: a) M'agrada, b) Ni m'agrada ni em desagrada, i c) No m'agrada, utilitzant emoticones (careta contenta, normal o de disgust). La mestra o el mestre dibuixarà o col·locarà les emoticones per a cada làmina. A la vista dels resultats, es conclou sobre quina làmina ha agradat més i es fa la pregunta següent als infants: Pot ser que hagin influït els colors en la vostra elecció?
4. Un cop els infants han manifestat la seva opinió, es parla sobre com les obres d'art (pintura, música, escultura, fotografia...) ens poden provocar emocions i sentiments i de com una mateixa peça no produeix les mateixes sensacions o emocions a tothom, sinó que depèn de cada persona, dels seus gustos, pors, necessitats...



### Desenvolupament de la tercera sessió

1. Es proposa als infants que, amb l'ajuda de la família, cerquin altres làmines d'art que facin pensar que els personatges que hi apareixen (persones, animals...) necessiten ajuda o desitgen alguna cosa.
2. Una vegada feta la recerca, cada infant exposa la seva làmina i explica què pensa de les necessitats dels personatges i de les emocions que la làmina li provoca.



### Indicacions

- Durant els diàlegs cal fer atenció per valorar si és necessari reconduir la conversa fent les preguntes indicades per treballar les necessitats i els desitjos.



### Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Projector i ordinador (per a les làmines).



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

Activitat extreta: DE PUIG, I; SÁTIRO, A. Filosofia 3/18. Tot pensant. Recursos per a l'educació infantil. Girona: Eumo Editorial, 2000.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 3. Necessites ajuda?

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Per realitzar aquesta activitat s'utilitza en Blef, l'extraterrestre, que en aquesta ocasió du una bossa plena d'imatges.



#### Objectius

- Identificar situacions en què es necessita ajuda i en les quals no.
- Expressar necessitats oralment.
- Demanar ajuda de manera eficaç.
- Adonar-se que hi ha situacions en les quals no fa falta demanar ajuda.
- Identificar les necessitats pròpies i les dels altres.
- Aprendre a identificar els problemes.
- Valorar i respectar les decisions dels altres.



#### Durada aproximada

1 hora



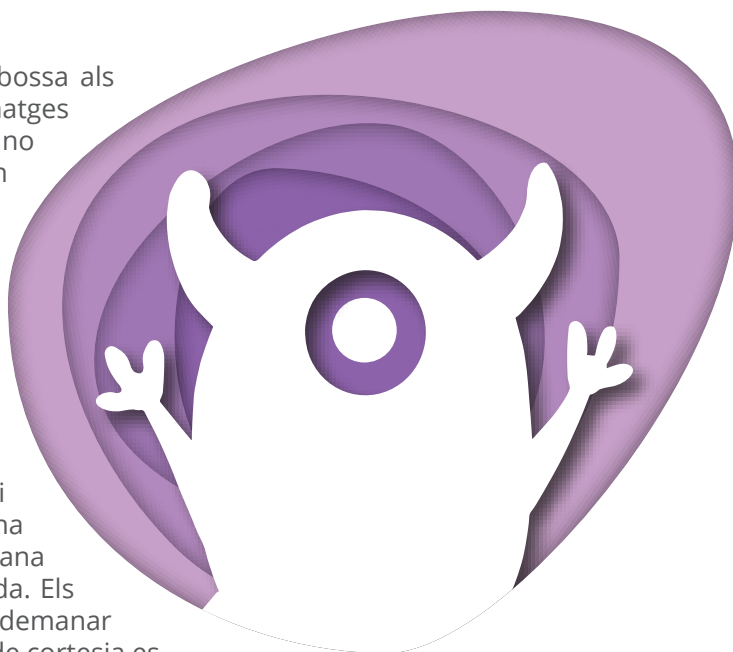
#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i en Blef mostra una bossa als infants. Se'ls explica que dins la bossa hi ha imatges de persones que necessiten ajuda i d'altres que no en necessiten. Hi pot haver una imatge amb un infant amb els cordons desfermats, una persona que és dins una casa que es crema, un infant petit a qui li ha caigut una jogueta, un infant que ha caigut al pati...

2. Es demana un infant voluntari i se li diu que tanqui els ulls, que tregui una imatge de la bossa i que digui si creu que la persona que hi apareix necessita ajuda o no. Es poden classificar les imatges a mesura que es treuen de la bossa (si necessiten ajuda o no). Quan la imatge sigui d'una persona que pareix que necessita ajuda, es demana a l'infant que digui com demanaria aquesta ajuda. Els altres infants el poden ajudar. Si la forma de demanar ajuda és autoritària o no s'observen les normes de cortesia es mostra com s'ha de fer correctament.

3. Es demanen més infants voluntaris i es procedeix de la mateixa manera.

4. En un cercle de diàleg es reflexiona sobre les maneres que hi ha de demanar ajuda (algunes més adequades que d'altres) i sobre les situacions (hi ha situacions que es poden resoldre sense ajuda i d'altres en les quals és necessari demanar ajuda).



5. Finalment s'acorda, entre tot el grup, una fórmula per demanar ajuda. Per exemple: abans de demanar ajuda sempre direm el nom de la persona a la qual ens dirigim, sempre direm «per favor», mirarem a la cara, ho farem amb un to de veu adequat, etc. En cas d'una situació greu, que ens fa molta por o mal o on qui ens molesta o ens fa mal és una persona desconeguda la fórmula serà una altra, dir «No, no, auxili, auxili», i repetir-ho fins que vengui algú a ajudar-nos.

### » Indicacions

- Encara que és poc probable, si no volgués sortir cap infant voluntari, es pot cercar una fórmula per decidir qui ha de sortir.
- És important dramatitzar quan es fa l'exemple.
- Cal mantenir un ambient distès.
- La fórmula per demanar ajuda pot variar, ja que és el resultat de les aportacions dels infants.

### 📄 Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Imatges amb persones que necessiten ajuda i altres que no en necessiten.
- Bossa per ficar-hi les imatges.

### 📊 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 4. No puc, no

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

En aquesta activitat, en Blef ajuda els infants a imaginar situacions en les quals solen necessitar ajuda.



#### Objectius

- Verbalitzar les seves necessitats.
- Expressar necessitats de manera adequada.
- Mostrar una actitud de respecte cap a les necessitats dels altres.
- Diferenciar entre la queixa i la petició.



#### Durada aproximada

60 minuts



#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i en Blef demana als infants que pensin en una situació que de vegades no puguin fer, per exemple, fer-se els cordons, posar-se la bata, l'abric, obrir la carmanyola, etc.

2. Tot seguit els diu que vagin a la taula i dibuixin la situació que han pensat en un full. Quan ja han fet el dibuix, es tornen seure en cercle.

3. Es diu als infants que, qui vulgui, pot explicar el seu dibuix. El mestre o la mestra dramatitza la situació dient «no puc», seguit de la situació que ha dibuixat l'infant, per exemple «No puc posar-me l'abric».

4. A continuació es fa una pregunta als infants: Pensau que he demanat ajuda? Un cop els infants han dit el que pensen, els explica que dir allò que no es pot fer, pot semblar una queixa i que en cap cas és una forma de demanar ajuda. Seguidament se'ls diu que no s'han de quedar en la queixa, sinó que han d'expressar la necessitat i demanar ajuda de manera clara.

5. Es demana si algun altre infant vol explicar el seu dibuix. Ara la mestra o el mestre diu a l'infant que dramatitzi i que, en comptes de dir «no puc...», digui «necessit...». Aquest procés es pot repetir amb uns quants infants que acceptin fer-ho de forma voluntària.

6. Es fa un cercle de diàleg perquè els infants diguin com pensen que s'han de demanar les coses. Se'ls pot ajudar un poc donant alguna pista, per exemple, se'ls pot suggerir que en comptes de dir «no puc...», poden dir «necessit ajuda per...»



7. Després, se'ls explica més detalladament com ho han de fer per demanar ajuda de forma correcta i que poden utilitzar les fórmules següents: «M'ajudes a...?», «Em pots ajudar a...?»

8. Per acabar, es fa una reflexió sobre la importància que té demanar ajuda correctament per aconseguir el nostre objectiu. També es pot parlar de com utilitzar el «per favor».

### » Indicacions

- Encara que és poc probable que passi, si ningú no volgués sortir voluntari, es pot cercar una fórmula entre tothom per decidir qui ha de sortir.
- És important dramatitzar quan es fa l'exemple.
- Cal mantenir un ambient distès.

### 📄 Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Material fungible.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 5. La fórmula màgica

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

En aquesta ocasió, en Blef ajuda els infants a trobar la fórmula màgica per dir que una cosa no els agrada i a demanar que la persona que ho fa canviï la seva conducta.



#### Objectius

- Manifestar les necessitats de forma adequada.
- Posar límits de manera adequada.
- Verbalitzar necessitats i emocions.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i en Blef demana als infants si algú vol ser voluntari per jugar a la fórmula màgica. A l'infant voluntari se li demana que trepitgi la mestra o el mestre qui, tot seguit contesta malament, per exemple «Eh, no em trepitgis!»

2. En Blef demana als infants si la contesta els ha agradat.

3. Tot seguit torna a demanar als infants si algú més vol sortir voluntari. A l'infant que surt li diu que faci el mateix que ha fet l'altre infant. En aquesta ocasió, quan l'infant ho fa, el mestre o la mestra contesta utilitzant la fórmula màgica: «Quan em trepitges em fas mal i sent tristesa, m'agradaria que anassis més alerta i no ho fessis».

4. A continuació en Blef demana als infants quina manera de respondre els ha agradat més.

5. A continuació, s'anota la fórmula màgica en tres cartells. Per als infants més grans es pot utilitzar la fórmula escrita juntament amb tres emoticones (ull, careta trista i careta contenta). Per als més petits es poden utilitzar únicament les caretes.

- Quan em... (trepitges, crides, pegues un colp, m'empenys, no em deixes jugar...)
- Em sent... (trist, trista...) em fa (mal...).
- M'agradaria... (que anassis més alerta, que no ho fessis, poder jugar...).

6. En Blef ensenya la fórmula màgica amb cartells posats al terra i convida els infants a practicar-la utilitzant un parell d'exemples, alhora que caminen per damunt els cartells.



7. Una vegada que tothom té clara la fórmula màgica, es demana si algú vol sortir per posar un exemple amb alguna mala contesta que li hagin fet. Per exemple, un infant explica que li varen dir: «Au, va, deixa'm jugar!» A partir d'aquí es transforma la demanda entre tots els infants, aplicant-hi la fórmula apresada: «Quan veig que no em deixes jugar, sent tristesa, m'agradaria poder jugar». Surten els infants que volen.

8. Finalment, es deixa la fórmula màgica penjada a l'aula per recordar com es demanen les coses que es necessiten quan alguna persona ens ha fet mal, ens ha fet sentir malament, ens ha fet sentir tristesa...

### » Indicacions

- Si no hi ha voluntaris es pot cercar una forma per decidir a qui li toca sortir.
- És important dramatitzar quan es representen casos possibles o els diferents exemples.
- Cal crear i mantenir un ambient distès.

### Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Cartells amb la fórmula màgica.
- Material fungible.

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 6. T'ajud!

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

En Blef es converteix en animador i convida els infants a experimentar sobre la complexitat d'ajudar i de deixar-se ajudar.



#### Objectius

- Saber oferir ajuda.
- Cercar estratègies per resoldre problemes.
- Prendre consciència de la dificultat d'ajudar, en algunes ocasions.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. En Blef explica als infants que jugaran al joc «T'ajud» i els proposa anar a la sala de psicomotricitat agrupats en parelles (es pot utilitzar el joc dels paquets, o qualsevol altre joc per fer les parelles).

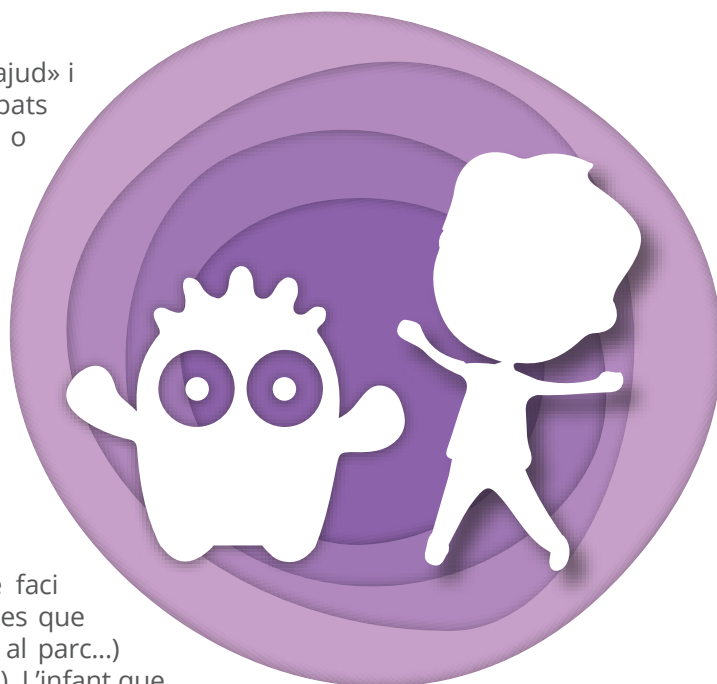
2. S'explica als infants que un infant de cada parella farà de fill o de filla i que l'altre farà de pare o de mare. També se'ls diu que el que fa de pare o de mare ha de cuidar i ajudar a passar el dia al que fa de filla o de fill.

3. Per iniciar el joc es diu als infants que s'han de llevar les sabates i tombar-se al matalàs com si fossin al llit i s'haguessin despertat, a punt de començar el dia.

4. Se'ls explica que quan la mestra o el mestre faci el senyal per començar, han de simular un dia, des que s'aixequen (es renten, es vesteixen, berenen, van al parc...) fins que tornen a casa (es dutxen, sopen i van al llit). L'infant que fa de pare o de mare tria les accions que vol representar així com va jugant. L'infant que fa de mare o de pare ha d'ajudar a qui fa de fill o filla en les activitats que cregui convenient (posar-se les sabates, donar el menjar, vestir-se, etc.).

5. A continuació es canvien els rols.

6. Per acabar, es fa un cercle de diàleg per reflexionar sobre la necessitat d'ajuda. Es pot animar la conversa amb preguntes: Us ha costat ajudar? Ajudar ha estat fàcil o difícil? Deixar-se ajudar ha estat fàcil o difícil? Us ha agradat ajudar? I que us ajudassin?...





### » Indicacions

• Cada parella ha de comptar amb el material necessari per desenvolupar l'activitat, per exemple: raspalls, tassons, menjar, ampolla d'aigua, etc. Tot el necessari per facilitar el desenvolupament del dia que han de simular.

### Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Matalassos.
- Estris per simular el dia.

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

**Activitat adaptada** de la fitxa «LIDEIREL-3 Cuidándonos», d'El Programa Skolae, un itinerario para vivir en libertad. Gobierno de Navarra, Departamento de Educación. Pamplona: 2019.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 7. Canviam el bolquer amb en Blef

---



#### Adreçada a infants a partir de 20 mesos

Els hàbits d'higiene personal són necessaris per al benestar físic i emocional i per tenir cura del cos i per construir i mantenir una bona autoestima. Els moments en els quals es facilita l'aprenentatge d'aquests hàbits són moments privilegiats per tenir una relació més propera amb l'infant i per crear un ambient confortable, càlid, de tranquil·litat i de tendresa que facilitin el vincle afectiu entre la mestra o el mestre i l'infant.

Aquesta activitat es pot fer amb tots els infants que duguin bolquer, sempre que no sigui necessari pujar-los a la taula de canvi, així es demana la seva col·laboració per anar a cercar i agafar els seus estris d'higiene personals i perquè ajudin, en la mesura de les seves possibilitats, durant el canvi de bolquer. I als que han de pujar a la taula de canvi també se'ls demana la seva col·laboració possible.



#### Objectius

- Conèixer progressivament el propi cos i les necessitats de cura i d'higiene.
- Participar de forma activa en el canvi de bolquer.
- Adquirir, progressivament, autonomia en les activitats d'higiene personal relacionades amb el canvi de bolquer.
- Expressar les necessitats bàsiques d'higiene i benestar, en la mesura de les possibilitats de cadascú.
- Demanar ajuda i acceptar-ne quan és necessari.
- Conèixer els diferents elements del bany i fer-ne progressivament un ús adequat.



#### Durada aproximada

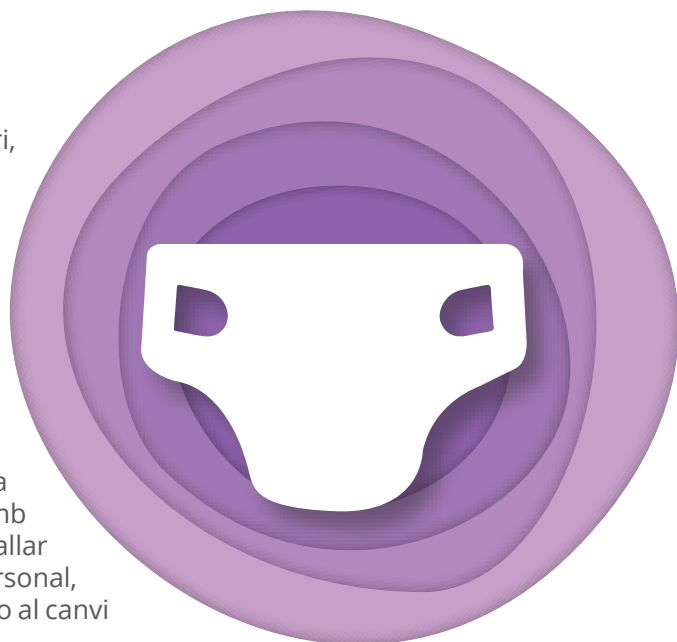
Aquesta activitat es fa diverses vegades al dia. L'horari, la freqüència i la durada depenen de l'edat i del desenvolupament psicomotor dels infants, de les seves necessitats fisiològiques i de la necessitat d'ajuda que puguin tenir en moments puntuals.



#### Desenvolupament

##### 1. Informació i diàleg amb les famílies

- Una vegada superat el procés d'adaptació a l'escoleta o a l'escola, es convoca una reunió amb les famílies per explicar la importància de treballar conjuntament els hàbits de cura i d'higiene personal, especialment els que fan referència a anar al bany o al canvi de bolquer.
- En la reunió s'explica a les famílies que s'ensenyarà els infants a fer-ho correctament, a demanar i acceptar ajuda durant el procés d'aprenentatge i a col·laborar i participar per adquirir autonomia de forma progressiva segons la seva maduració i capacitats.
- Durant la reunió per parlar de la col·laboració escola-família, es fa èmfasi en la importància de l'acompanyament adequat per aconseguir l'autonomia dels infants.



### 2. Preparació de l'ambient al bany i informació als infants

- S'assigna un símbol a cada infant.
- Des del primer dia de curs, al bany de l'aula es disposa un moble amb una casella per a cada infant. Aquest moble ha d'estar en un lloc visible per a tots els infants i el lloc de cada infant ha d'estar identificat amb la seva fotografia.
- S'informa els infants que aniran a canviar el bolquer. Anar al bany o canviar el bolquer és un moment molt íntim que requereix la bona disposició i la confiança de l'infant.

### 3. Organització dels infants en petits grups i activitats en el bany

- Els infants van al bany en grups de quatre, acompanyats de la mestra o el mestre i en Blef. La resta d'infants queden a l'aula. Tots els infants han de poder participar d'aquest entorn educatiu comú; per tant s'han d'organitzar les mesures necessàries perquè cada un pugui dur a terme el seu procés d'aprenentatge.
- En el bany, amb l'ajuda d'en Blef, es dediquen uns moments a mostrar que cada infant té un caseller en el moble del bany, identificat amb el seu símbol.
- Tot seguit, es demana la col·laboració dels infants, i en Blef els motiva a cercar el seu bolquer, donar-lo a la mestra o al mestre i a abaixar-se els calçons o aixecar-se la roba. Si algun infant no pot, s'aprofita el moment per treballar la importància de demanar ajuda i de col·laborar en aquesta tasca per aprendre a fer-ho.
- Per ajudar l'infant a llevar-se el bolquer, és millor seure en una cadireta baixa per estar a la seva alçada, així es facilita la comunicació.
- Per facilitar els moviments i l'autonomia de l'infant, se li diu que se situï dret, devora la mestra o el mestre. En Blef es pot convertir en el fil conductor de la conversa: es pot demanar als infants si en Blef deu tenir un penis o una vulva i aprofitar per anomenar les parts del cos correctament.
- Amb l'ajuda de l'infant, es posa el bolquer als fems.
- Un cop s'ha fet neta la vulva o el penis amb tovallotes humides es posa el bolquer. És important demanar la col·laboració de l'infant i que sigui conscient del fet, perquè hi col·labori i, a poc a poc, sigui més autònom. Cal aprofitar aquest moment per establir vincles, fent un joquet, fent pessigolles, recordar una cançoneta...
- En acabar, tothom es renta les mans, s'eixuguen amb paper i aquest es tira al fems.
- Finalment, un dels infants agafa en Blef i es torna a la classe.

### 4. Cercle de diàleg

- + Quan tots els infants han acabat l'activitat es pot fer un cercle de diàleg sobre si els ha agradat l'activitat i com s'han sentit. Com que aquesta activitat es du a terme diverses vegades en un mateix dia, el cercle de diàleg es pot fer un pic al dia, després del darrer canvi del bolquer. També es pot optar per fer-ho cada setmana i aprofitar per relacionar les opinions dels infants, o els seus silencis, amb les observacions de la mestra o el mestre.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 7. Canviam el bolquer amb en Blef

---

#### » Indicacions

- Cal crear un ambient en el qual l'infant es pugui sentir còmode, segur i confortable. En aquest sentit són importants la temperatura, els materials, la intimitat i la actitud del mestre o la mestra (l'apropament a l'infant, el to de la veu, les paraules, la forma de tocar...). Aquests aspectes esdevenen fonamentals en l'educació afectiva i sexual de l'infant.
- S'ha de tenir en compte el procés maduratiu de cada infant a l'hora de demanar la seva col·laboració i si algun infant presenta alguna necessitat especial.
- Durant l'activitat cal observar l'estat de la pell i de les mucoses de l'infant, el nivell d'autonomia (el que té en el moment i si s'hi observa una progressió), si té dificultats significatives, si demana ajuda, si n'accepta, l'aspecte emocional (si té por, si plora molt...), etc.
- Es poden fer fotografies, sempre respectat la intimitat de l'infant, per enregistrar-ne el procés evolutiu quant als hàbits d'higiene personal, per posar a l'àlbum-història de cada infant i per parlar de la importància d'aquest procés en les reunions amb les famílies.

#### Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Moble al bany amb tants de casellers com infants hi ha a l'aula, a la seva alçada i amb la fotografia de l'infant ben visible.
- Estris per a la neteja personal de cada infant (tovallola, bolquer, tovalloletes humides o esponges, crema...).
- Una cadireta.
- Elements necessaris a tots els banys (una taula de canvi, vàters i lavabos a l'alçada dels infants, miralls, paper per eixugar-se, un poal de fems...).
- Càmera fotogràfica.

#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Fotografies.

## 2. Les sensacions



## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 8. Ens ajudam!

---



Adreçada a infants a partir de 3 anys



#### Objectius

- Oferir i donar ajuda.
- Cercar estratègies per resoldre problemes.
- Prendre consciència de la dificultat de donar ajuda en algunes ocasions.
- Desenvolupar la capacitat de col·laboració.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. S'explica als infants que faran una activitat on seran els protagonistes juntament amb una anella i se'ls diu que escoltin amb atenció i segueixin les indicacions.

2. Es diu als infants que facin un cercle i s'agafin les mans.

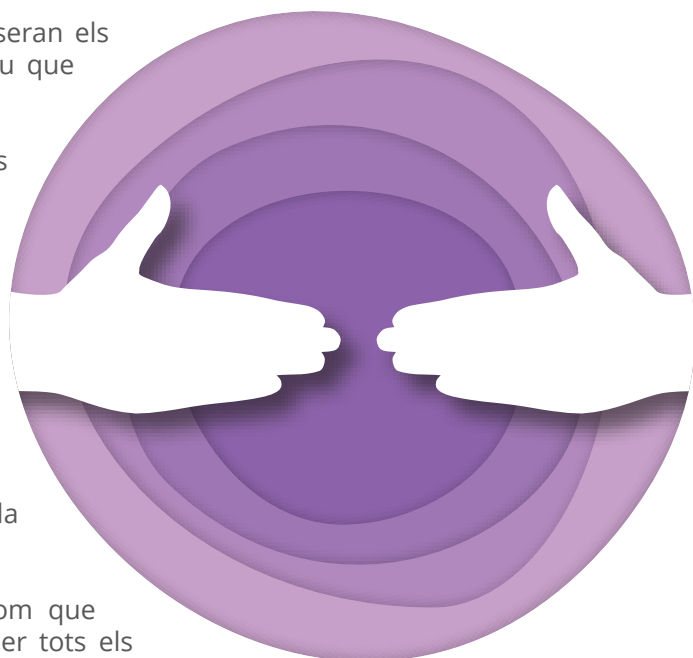
3. Quan els infants ho han fet, es demana a dos d'ells que deixin de donar-se la mà.

4. A un dels infants que no té la mà agafada se li dona una anella i se li diu que hi fiqui dedins el braç i la cama corresponents al costat de la mà alliberada.

5. Quan l'infant ho ha fet se li diu que torni a agafar la mà del company.

6. Se'ls explica que han d'aconseguir entre tothom que l'anella faci la volta sencera al cercle (que passi per tots els infants) sense que es deixin de donar la mà.

7. Per acabar, es fa un cercle de diàleg amb preguntes sobre com ha anat la dinàmica, si els ha agradat, com s'hi han sentit, si els ha costat ajudar els companys, si era més fàcil quan rebien ajuda...



### » Indicacions

- Si en algun moment l'anella no avança es pot explicar com es pot solucionar o bé donar un cop de mà.

### Recursos

- Una anella.

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 9. A què jugam avui?

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat en Blef ajuda a dedicar un temps, cada matí, a organitzar l'estona de joc a l'aula.



#### Objectius

- Expressar desitjos personals.
- Desenvolupar la capacitat de col·laboració.
- Cercar estratègies per dur a terme una bona organització.
- Cercar solucions perquè tothom pugui satisfer els seus desitjos.



#### Durada aproximada

15 minuts



#### Desenvolupament

1. En el moment de l'assemblea del matí, juntament amb en Blef, es treu el plafó amb les imatges de les diferents propostes (racó domèstic, espai artístic, construccions, minims, experimentació...). Si el temps previst per al joc és d'una hora, es pot dividir en dues mitges hores de manera que els infants puguin triar dues opcions i jugar primer en un espai i al cap de mitja hora passar a l'altre.

2. A l'assemblea, cada infant tria l'espai o els espais on li fa més ganes anar a jugar. Poden triar una o dues opcions, segons el temps disponible.

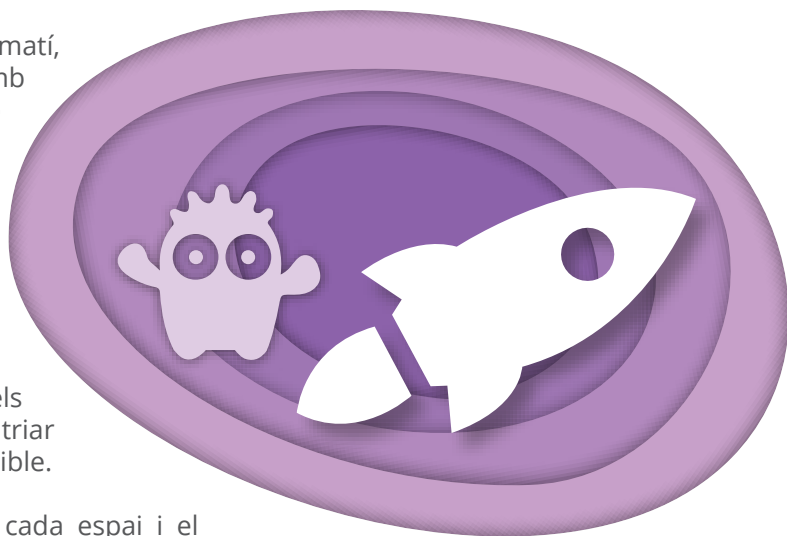
3. El joc s'organitza segons les places de cada espai i el nombre d'infants que ha sol·licitat cada proposta. Això suposa parlar de torns, d'haver d'esperar, haver de triar, arribar a acords...

4. Quan faltin cinc minuts per acabar l'hora de joc o cada mitja hora, si escau, s'avisava els infants per donar-los temps d'acabar el joc o projecte que tenen en marxa.



#### Indicacions

- És important que tots els infants puguin expressar on volen anar a jugar. També s'ha de procurar que s'aconsegueixi una organització correcta del temps de joc i s'arribi a un consens.







### Recursos

- En Blef (extraterrestre).
- Plafó.
- Imatges dels racons.



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 2.2 Les necessitats i els desitjos

### Activitat 10. Les estàtues

---



Adreçada a infants a partir de 3 anys



#### Objectius

- Gaudir del repòs i la quietud.
- Valorar la importància del descans.
- Reconèixer quins senyals ens dona el propi cos per saber que necessitam descansar.
- Gaudir de les experiències psicomotrius.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. Es diu als infants que jugaran al joc de les estàtues i se'ls explica en què consisteix.

2. El joc comença convidant els infants a moure's per l'espai com vulguin, i quan la mestra o el mestre diu «ja!», han de quedar quietes com estàtues.

3. Seguidament, se'ls dona una consigna perquè es moguin per l'espai d'una manera determinada, per exemple, «ara sou moixets». Quan es torna a dir «ja!», els infants han de quedar quietes un altre cop. El joc segueix amb noves consignes, per exemple: «ara sou avions», «ara sou cangurs»...

4. Després el joc continua, però són els infants els que donen consignes i es procura que tothom en pugui donar una. Si el nombre d'infants ho permet, s'ha de procurar que tots puguin donar una consigna.

5. Per acabar, es fa un cercle de diàleg en tres temps:

- En primer lloc, es demana als infants com s'han sentit, si s'han cansat, si necessitaven descansar i si els agradava aturar i per què. Es tracta que puguin verbalitzar la necessitat d'aturar per descansar.
- Quan els infants s'han explicat, es passa a una segona proposta de diàleg amb preguntes semblants a aquestes: És important descansar? Com sabem que necessitam descansar? Com ens sentim quan necessitam descansar, què ens passa? En aquesta segona part els infants poden reflexionar sobre la importància del descans i el repòs, sobre la necessitat de trobar l'equilibri entre activitat i repòs i de la importància de saber reconèixer quan el cos ens demana fer activitat o, si contrari, ens envia senyals que ens indiquen que necessitam descansar. El cercle és un bon moment per identificar aquests senyals.



- La tercera part permet identificar formes de descansar. Per fer-ho, s'utilitza la tècnica de pluja d'idees, es pot fer la pregunta: De quina forma es pot descansar després d'una activitat? S'enregistren les idees que aporten els infants i, quan ja no hi ha més intervencions, es recorden les idees aportades i es demana als infants que en triïn una, la que més els hagi agradat.

6. Es torna a jugar a algun joc motriu (pilla-pilla, stop, agafar, etc.).

7. En acabar el joc es descansa de la manera que s'ha decidit (escoltant música relaxant, fent massatges, etc...), i que ha sortit d'ells.

### » Indicacions

- Es du a terme una metodologia activa, participativa i creativa en què l'aprenentatge s'impulsa mitjançant el joc i prepara els infants per a la vida diària.
- En tot moment s'han d'observar les necessitats dels infants, n'hi ha que tenen més necessitat de moviment que altres.
- En el cercle s'han de donar indicacions de manera general, sense anomenar ningú en concret.

### Recursos

- Música relaxant (opcional).
- Reproductor de música (opcional).

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.





# **3. La conducta sexual**

## Ens comportam sexualment

Aquest eix consta d'una unitat didàctica:

3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

## 3.1 LA INTIMITAT, EL RESPECTE I EL COMPORTAMENT SEXUAL

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Valorar i incorporar el concepte d'intimitat com un dret de totes les persones.** Es tracta que l'infant senti que pot gaudir del plaer sexual alhora que reconeix què és apropiat fer o no fer en públic i es comporta respectant les normes socials relacionades amb la intimitat i amb la bona educació.
- **Identificar clarament quines persones poden accedir al seu cos i en quines condicions.** La intimitat té a veure amb qui volem compartir les nostres emocions, vivències i pensaments i, per fer-ho amb seguretat, necessitam reconèixer en quines persones podem confiar i en quines no, així com saber identificar situacions en les quals les altres persones (infants o persones adultes) vulneren el dret a la nostra intimitat. En aquest eix s'han de treballar els sentiments de confiança i de seguretat. També s'ha de treballar sobre les diferents relacions que l'infant pot establir, pel que fa a un major o menor grau de confiança i d'intimitat.
- **Diferenciar entre ser una persona educada i haver de manifestar afecte.** Ser una persona educada és una obligació; en canvi, permetre que una persona accedeixi al nostre cos és una opció. L'infant té el dret de decidir a qui vol manifestar afecte o a quines persones vol deixar accedir al seu espai vital i al seu cos.
- **Reconèixer quan se sent obligat a fer una cosa que no li agrada en el context del joc i de les relacions d'intimitat, amb altres infants i amb persones adultes.** Com a norma general, l'infant ha de saber que totes les persones participen en una activitat, s'ho han de passar bé, s'han de sentir bé (el plaer i benestar compartits és un dels principis ètics de les relacions).
- **Reconèixer les emocions que l'han d'alertar.** Relacionar les emocions que l'han d'alertar (por, angoixa, inseguretat, oi...) amb situacions de risc (per exemple, perill o situació d'abús sexual) permet a l'infant identificar situacions de les quals ha de fugir. També l'ajuda a saber quan ha de demanar ajuda.

## 3.1 LA INTIMITAT, EL RESPECTE I EL COMPORTAMENT SEXUAL

---

• **Descobrir el plaer sexual sense por i sense culpa.** L'anatomia i la fisiologia sexual estan definides en el moment del naixement. Alguns infants descobreixen que poden sentir plaer tocant-se els genitals i s'autoestimulen. També juguen a explorar el cos d'altres persones (toquen els pits de la mare o d'altres dones, volen tocar el cos d'altres infants...). Aquestes conductes són naturals i permeten educar l'infant i ajudar-lo a viure la sexualitat sense sentiments de vergonya, de por o de culpa, a la vegada que aprèn quins són els límits o espais personals que ha de respectar.

### Conceptes clau

- el cos propi i el dels altres
- la intimitat
- el respecte
- la confiança
- diferència entre comportament educat i comportament d'afecte
- l'abús sexual
- les emocions que han d'alertar l'infant
- normes d'educació i bon comportament social

### Activitats

1. El meu cos
2. On és el meu tresor?
3. La meva capsa
4. Un espai d'intimitat
5. En Kiko i n'Estela
6. El color dels secrets
7. Paraules dolces
8. Besades i abraçades



## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 1. El meu cos

---

#### Adreçada a infants a partir d'un any

Aquesta activitat es desenvolupa en tres sessions que s'han d'adaptar en funció de l'edat dels infants:

- Miram i dibuixam el nostre cos.
- Som persones úniques i especials.
- El meu cos és meu.

#### Objectius

- Observar el cos i prendre'n consciència.
- Identificar característiques que a l'infant li agrada ressaltar del seu cos i aquelles que el fan una persona especial.
- Respectar i valorar el seu cos i el dels altres infants.
- Utilitzar un vocabulari amable i respectuós envers el cos.
- Identificar persones per a les quals s'és especial.
- Saber que pot dir no i que s'ha de respectar el no quan no vol que li facin carícies, que el besin, que l'abracin o que el vulguin tocar de forma íntima.

#### Durada aproximada

30-45 minuts cada sessió

#### Desenvolupament de la primera sessió: Miram i dibuixam el nostre cos

Es prepara una aula petita plena de miralls grans i petits, un per a cada infant.

1. S'explica en què consistirà l'activitat i es diu als infants que es mirin per davant i per darrere, i se'ls proposa que es dibuixin directament damunt el mirall, com si fessin un calc. La proposta per als infants de menys de tres anys és que es mirin sense fer el dibuix.

2. Totseguit, se'ls fa la pregunta «Qui es voldrà dibuixar?», i després d'escoltar les respostes es demana, «Algú necessita ajuda per dibuixar-se?» Generalment tots els infants es voldran dibuixar, però si algú no ho vol fer, se'l pot convidar a fer d'ajudant de la mestra o del mestre mentre ajuda a dibuixar-se els infants que ho han demanat. D'aquesta manera cap infant queda sense participar.





3. Quan ja s'han dibuixat, es recullen tots els miralls i s'exposen. Es demana els infants que mirin tots els dibuixos i s'inicia un cercle de conversa adaptat a la seva l'edat. Es pot animar la conversa amb les preguntes següents: Us ha agradat fer aquesta activitat? Són iguals els dibuixos? Per què són diferents? Què us agrada més de cada dibuix? Es tracta de ressaltar qualitats i aspectes positius de cada dibuix.

4. Quan els infants han contestat es juga a endevinar qui és qui i es fan fotos de tots els dibuixos.

5. Per tancar l'activitat, es valora l'aportació de tots els infants: els que han dibuixat, els que han ajudat a dibuixar i els que han fet d'ajudants de la mestra o el mestre, o amb altres moments.



### **Desenvolupament de la segona sessió: Som persones úniques i especials**

1. Es té preparada una foto de cada infant.

2. Es demana als infants que es dibuixin en un full i que després completin el seu dibuix amb la frase «som una persona única i especial per...». Poden completar la frase amb el nom d'una persona o bé amb una característica pròpia, sempre que tots els infants facin el mateix (o una persona o amb una característica). Cada una de les opcions té una finalitat. Completar la frase serveix per reforçar l'autoestima de l'infant, ja sigui perquè es reconeix valuós per a una persona o bé per identificar qualitats que el fan sentir especial. Per als infants més petits, es pot implicar les famílies i convidar-les a fer la frase juntament amb l'infant.

3. S'ajunten el dibuix i la frase que ha completat cada infant amb la seva fotografia i es fa un llibret. Aquest llibret es posa en un lloc de l'aula on els infants el puguin veure i agafar lliurement.

4. El dibuix, la fotografia i la frase s'inclouran en el material que, en acabar el curs, l'infant s'endurà a casa.



### **Desenvolupament de la tercera sessió (indicada per a infants a partir de 4 anys): el meu cos és meu**

1. Es demana als infants que seguïn en cercle i es conta el conte «El meu cos és meu».

2. En acabar de contar el conte es fa un cercle de diàleg per comentar-lo. S'explica als infants que s'utilitzarà un objecte (testimoni) per identificar qui parla en cada moment i respectar el torn de paraula. Es pot facilitar la conversa fent preguntes de l'estil Té raó na Clara quan diu que el seu cos és seu i de ningú més? De qui és el vostre cos? Podem dir «no» si no ens agrada que algú ens toqui o ens faci una besada? Què podem fer si algú ens vol acariciar i no ho volem?... Les preguntes s'han de fer donant temps als infants per pensar i per expressar-se. És important observar com reacciona cada infant durant la narració del conte i mentre es fan les preguntes, així com facilitar que tots puguin expressar-se.

3. Per tancar, s'extreuen conclusions sobre la importància de dir el que volem i el que no volem, i de saber com ens sentim quan algú ens vol fer una besada, una carícia o tocar. També s'ha d'intentar que els infants comprenguin que, en aquestes situacions, els sentiments de por, d'angoixa, d'oi, les ganes de fugir... els han d'alertar i han de dir «no» i demanar ajuda.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 1. El meu cos

---

#### **Activitats complementaries**

- Crear un espai per fer autoretrats amb diferents tècniques i materials.
- Crear espais on es pugui parlar de les qualitats positives dels infants

#### **»» Indicacions**

- És recomanable fer aquestes activitats en grup petit (8 infants màxim).
- Si no és possible realitzar l'activitat en un espai diferent a l'aula, es pot adaptar un raconet i crear un ambient acollidor que convidi a l'escolta i al respecte, on es puguin posar els miralls i una estora amb coixins.



#### **Recursos**

- Conte: Geisler, D. El meu cos és meu! Barcelona: Editorial Joventut. 2015.
- Miralls de diferents tipus i mides. S'hauria de disposar d'un mirall per a cada infant del grup petit.
- Fotografies.
- Material fungible (folis, pintures, cartolines...).
- Càmera fotogràfica o mòbil per enregistrar l'activitat.



#### **Avaluació**

- Observació directa.
- Dibuixos.
- Frase completada.
- Notes de camp.

### 3. La conducta sexual



## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 2. On és el meu tresor?

---



#### Adreçada a infants a partir de 4 anys

L'activitat es desenvolupa en dues sessions:

- Descobrir el tresor.
- Conversam sobre el nostre cos.

Abans de fer l'activitat s'ha de preparar:

- Un plànol de l'aula o de l'espai on es faci l'activitat (mida DIN A3), en què es deixi ben senyalat el lloc on es troba el tresor. Un cop elaborat, el plànol es converteix en un puzle de tantes parts com infants hi ha a l'aula.
- Una capsa (si és possible preparar-ne una per a cada infant amb el seu nom) amb un mirall a dins.



#### Objectius

- Valorar i respectar el propi cos.
- Adquirir progressivament una imatge positiva de si mateix.
- Respectar el cos dels altres infants.
- Escoltar i tenir en compte els sentiments i les necessitats dels altres infants.
- Sabre que pot dir no i que s'ha de respectar el no quan no vol que li facin carícies, que el besin, que l'abracin o que el vulguin tocar de forma íntima.



#### Durada aproximada

30-45 minuts cada sessió.



#### Desenvolupament de la primera sessió: Descobrir el tresor

1. S'explica als infants en què consisteix l'activitat: se'ls diu que hi ha un tresor amagat dins l'aula (o dins l'espai on es faci l'activitat) i que el joc consisteix a trobar-lo fent el puzle d'un plànol en el qual veuran dibuixat el lloc on hi ha el tresor.

2. Es col·loca el puzle desordenat al mig de l'aula, sobre una estora, i es diu als infants que el poden començar a fer cooperant entre ells.



3. Un cop fet el puzzle, dos infants voluntaris o elegits a sort, s'encarreguen d'anar a cercar el tresor. Si és necessari, se'ls pot ajudar. Quan el troben donen la capsa al mestre o la mestra.

4. Amb tot el grup es fa un cercle i el mestre o la mestra mostra la capsa màgica on hi ha amagat el millor tresor del món.

5. La mestra o el mestre obri la capsa i diu als infants que, un a un, miraran el que hi ha a dins, però que no poden dir als altres el que han vist, que han de mantenir el secret. El que veuen els infants és la seva imatge reflectida en el mirall.

6. Quan tothom ha mirat dins la capsa (o quan cadascú ha mirat la seva capseta), es fa un cercle de diàleg per pensar i conversar sobre per què cada persona és un tresor. Es pot animar la conversa amb preguntes semblants a aquestes: Cada un de nosaltres és un tresor? Per què? Les preguntes s'han de fer donant temps als infants per pensar i per expressar-se. És important observar com reacciona cada infant a les preguntes i facilitar que tots puguin expressar-se.

7. Per tancar l'activitat es diu als infants que diguin en veu alta, tots junts, assenyalant els altres infants: «Tu ets el teu tresor», i després: «Jo som el meu tresor». Quan ho han fet, poden fer un aplaudiment.



### **Desenvolupament de la segona sessió: Conversam sobre el nostre cos**

Es convida els infants a seure en cercle i es conta el conte «El meu cos és un tresor».

1. En acabar de contar el conte es fa un cercle de diàleg per comentar-lo. S'explica als infants que s'utilitzarà un objecte (testimoni) per identificar qui parla en cada moment i respectar el torn de paraula. Es pot facilitar la conversa fent preguntes de l'estil: Què vol dir que el nostre cos és un tresor? Podem dir no si no ens agrada que algú ens toqui o ens faci una besada? Què podem fer si algú ens vol acariciar i no ho vo-lem? Són iguals totes les carícies?... Les preguntes s'han de fer donant temps als infants per pensar i per expressar-se. És important observar com reacciona cada infant durant la narració del conte i mentre es fan les preguntes, així com facilitar que tots puguin expressar-se.

2. Per tancar, s'extreuen conclusions sobre la importància de saber que:

- Sentir plaer és saludable, però ha d'anar acompanyat de sentiments de satisfacció i de benestar.
- Si algú ens vol tocar, besar, acariciar, fer una aferrada... i això ens fa sentir malament (inseguretat, por, ansietat, oi...), hem de dir «no», fugir i demanar ajuda.
- Si teniu sensacions agradables per una banda, mesclades amb altres de desagradables (de por, d'angoixa, d'oi, de ganes de fugir... ) ens ha d'alertar, hem de dir «no» i demanar ajuda (els infants que pateixen abusos poden tenir la sensació de plaer —com a resposta fisiològica— acompanyada de malestar i sentiments desagradables. S'ha de deixar clar que el plaer per ser bo, ha de ser complet, no ha d'anar acompanyat de sensacions desagradables.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 2. On és el meu tresor?

---

#### » Indicacions

• A partir de 4-5 anys l'interès dels infants per explorar el propi cos i el de les altres persones creix. Volen saber com és, com funciona, quines sensacions poden sentir, les similituds i diferències entre els cossos... És per aquest motiu que s'ha d'abordar el tema a l'aula i en família. Amb les famílies, és recomanable informar sobre el desenvolupament psicosexual en la infància i sobre els comportaments sexuals habituals i els que han de preocupar. Cal que sàpiguen que tant uns comportaments com els altres ens informen sobre l'infant i les seves vivències i en són útils per educar la sexualitat i, si fos necessari, per prevenir o actuar en cas de situacions de risc o nocives per a l'infant. Un cafè tertúlia és una bona manera de tractar el tema, creant un ambient familiar i de confiança entre els participants.

• És molt important observar les emocions, expressions i comportaments dels infants durant l'activitat per tal de valorar si s'ha d'aprofundir o incidir en el tema i per detectar possibles situacions de risc o situacions nocives que pugui patir un infant.

• Amb aquesta proposta es pretén abordar el tema de la prevenció d'abusos sexuals i facilitar pautes socials per acompanyar l'infant cap a una exploració de les parts genitals de manera íntima, amb garanties de salut i benestar. Cal tractar el tema de forma clara, amb molta cura i sensibilitat.

• Abans de realitzar l'activitat és necessari que la mestra o el mestre faci una autovaloració de com està en relació amb el tema i valori si és necessari fer un treball personal previ per poder acompanyar l'infant.

#### Recursos

- FELDMAN, J.R. Autoestima ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas... Madrid: Narcea Ediciones, 2005.
- Conte: GARCÍA, M; BERNAT, E. El teu cos és un tresor. Conte per prevenir l'abús sexual. Barcelona: Editorial Marcombo, 2019.
- Una capsula o bagul més gros per guardar el tresor.
- Capsa amb mirall al fons o una capseta amb un mirall per a cada infant de la classe.
- Foto o plànol de l'aula o del centre (depenent d'on es vulgui amagar el tresor).

#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

**Activitat adaptada** de la dinàmica «Mirall màgic», activitat extreta del llibre Autoestima ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas.

### 3. La conducta sexual



## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 3. La meva capsa

---



#### Adreçada a partir de 2 anys

Amb aquesta activitat es vol treballar el respecte als altres i a nosaltres mateixos utilitzant la capsa com a símil del nostre propi cos.



#### Objectius

- Decidir amb llibertat.
- Tenir cura de les pertinences pròpies.
- Saber que ningú no pot tocar parts íntimes sense permís.
- Respectar les coses, els objectes, el cos, dels altres.
- Acceptar la voluntat d'un altre infant sobre si vol o no compartir les seves pertinences.
- Demostrar cura i respecte cap a les capses i els objectes dels altres infants.



#### Desenvolupament

1. Al començament del curs es demana que cada infant dugui una capsa decorada per ell i la família. L'ha d'identificar com a pròpia i ha de contenir tres objectes personals a dins.

2. Es prepara un espai agradable i acollidor a l'aula, a l'abast dels infants, on es posen totes les capses.

3. El dia que l'infant du la capsa (es pot triar que tots la duguin el mateix dia o bé al llarg d'una setmana) se li diu que pot triar mostrar el contingut de la capsa o no fer-ho, segons li vengui de gust.

4. Si l'infant opta per mostrar els objectes, es diu als altres infants que si volen tocar algun objecte li han de demanar permís i que si diu que no, han de respectar la decisió del propietari. Es pot fer dient «A en/na/n' ... no li ve de gust que agafem/toquem ... i ho hem de respectar».

5. Si l'infant no vol mostrar el que ha duit, s'ha de reforçar la decisió de l'infant fent saber a tot el grup que ha actuat amb valentia i llibertat, que ha fet el que realment volia fer i que tothom ha de respectar la seva decisió amb amabilitat.





6. Així com es van posant les capsas a l'espai reservat, es donen als infants les indicacions següents:

- Ningú no pot tocar la capsa d'un altre infant sense el seu permís.
- Si un infant dona permís a un altre, és l'infant propietari qui ha d'obrir la capsa, agafar l'objecte que vol compartir i deixar-lo a l'infant que li ha demanat.
- El permís per compartir ha de ser voluntari i no condicionat. Per exemple, no s'hi val a dir: «Et deix la meva capsa si tu em deixes la teva» o «Deixa'm veure el que hi ha a la teva capsa i jo et deixaré veure la meva».

7. Si un infant va a l'espai i obri la capsa o agafa un objecte d'un altre infant sense el seu permís, se li ha de dir que l'ha de deixar al seu lloc i se li ha de recordar que ha de respectar les capsas i els objectes dels altres i que no es poden agafar sense el permís de l'infant que n'és propietari.

8. Cada infant pot triar endur-se'n la seva capsa a ca seva el cap de setmana per tornar-la el dilluns, amb els mateixos objectes o amb d'altres (tres com a màxim, i que hi càpiguen).

9. Per aconseguir que els objectius de l'activitat no es deteriorin i que no es perdi l'interès per a l'activitat, la duració d'aquesta pot variar entre un mes i un trimestre, depenent de l'edat dels infants.

### » Indicacions

- Cal recordar, sempre que sigui necessari, que és important tenir cura de les nostres coses i que el que pertany a una altra persona no es pot tocar ni agafar sense el seu permís.
- També convé incidir en la llibertat de decidir si es dona o no permís per obrir la capsa pròpia o per deixar tocar un objecte, i que això s'ha de fer sense sentir pressió, coacció o xantatge.

### 📄 Recursos

- Capses de mida mitjana decorades i personalitzades.
- Objectes personals, tres per infant.

### 🧩 Activitats complementàries

- Decorar les capsas a classe per dur-les després a casa i posar-hi els objectes que els infants vulguin.
- Fer fotografies de totes les capsas i dels infants per fer un joc de memòria per identificar quina capsa és la de cada infant.
- Fer un mural amb les fotografies per desar a l'espai de les capsas.
- Confeccionar un petit àlbum amb les fotografies i els dibuixos que poden fer de les pertinences aportades.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 4. Un espai d'intimitat

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquesta activitat consisteix a facilitar als infants un espai reservat i acollidor dins l'aula on puguin anar quan els vengui de gust o quan necessitin estar sols una estona.

L'espai d'intimitat té una funció diferent a la de l'espai de calma, que s'utilitza en situacions d'inquietud, nirvis o desregulació emocional.

En aquesta activitat, l'espai creat té per finalitat afavorir que l'infant pugui gaudir de moments d'intimitat amb ell mateix i sentir el gust d'estar en solitud perquè sí, o per gaudir a soles d'un joc, d'un objecte, d'un conte..., sense que ningú pugui interrompre el seu moment. És un espai per ajudar els infants a aprendre a estar sols i a sentir-se bé estant-hi.



#### Objectius

- Sentir la llibertat de triar separar-se del grup sense haver de donar explicacions.
- Cercar l'equilibri entre la necessitat d'estar en companyia i estar en soledat.
- Gaudir de moments d'intimitat.
- Pensar i fer el que li ve de gust, sempre que no molesti a ningú, amb plena tranquil·litat.
- Valorar positivament els moments de solitud.
- Conèixer-se millor.



#### Durada aproximada

30-45 minuts diaris per a la presentació, fins que tots els infants hagin pogut visitar l'espai. 30-45 minuts per als cercles de diàleg.



#### Desenvolupament

1. S'habilita un espai acollidor a l'aula, amb estora, coixins i altres estris que resultin agradables per als infants.
2. Es convida els infants a visitar l'espai d'intimitat, d'un en un perquè el coneguin. Es pot fer al llarg d'una setmana. Se'ls diu que poden entrar-hi i estar-hi una estoneta (entre tres i cinc minuts, es pot utilitzar un temporitzador, un rellotge d'arena, de cuina...), que poden sortir de l'espai en voler, o que, en passar l'estoneta, la mestra o el mestre els avisarà perquè en surtin. No s'ha d'imposar a cap infant que entri dins l'espai d'intimitat si no ho vol o si es mostra incòmode o nerviós.



3. Feta la presentació de l'espai i quan tots els infants han tingut l'oportunitat d'entrar-hi, se'ls convida a seure en cercle i se'ls demana com s'han sentit dins l'espai, què els ha agradat i què no els ha agradat... Les preguntes s'han de fer donant temps als infants per pensar i per expressar-se. És important que tots puguin expressar-se.

4. En acabar el diàleg s'expliquen les normes per utilitzar l'espai. És convenient fer-ho de forma oral i visual; per exemple, mitjançant cartells. Verbalment, es diu als infants que poden utilitzar l'espai:

- Quan els faci ganes estar sols i vulguin gaudir de moments de tranquil·litat i fer allò que vulguin (no fer res, jugar amb una joguina, llegir o mirar un conte...).
- Sempre que no estigui ocupat per un altre infant. Si està ocupat hauran d'esperar que quedi lliure, ja que ningú no pot envair el temps i l'espai d'intimitat d'un altre infant.
- Durant quinze minuts com a màxim, però que no s'han de preocupar perquè se'ls avisarà quan falti poc per haver de deixar l'espai.

5. Cada setmana, o el temps que es consideri apropiat segons el grup d'infants, es pot fer un cercle de diàleg per xerrar de com ha anat la utilització de l'espai d'intimitat: quin ús se n'ha fet, si els infants que l'han utilitzat s'han sentit bé, si canviarien alguna norma o algun element. Amb les conclusions que se n'extreguin es poden proposar millores per gaudir-lo millor.

### » Indicacions

- Sempre que s'observi que algun infant fa un ús inadequat de l'espai s'ha d'aprofitar per recordar a tot el grup quines són les normes per utilitzar-lo.

### 📄 Recursos

- Una caseta o tipi de tela, amb coixins, estora i mirall.
- Un rellotge temporitzador, d'arena o de cuina per marcar el temps que s'hi estarà.
- Cartells amb les normes de l'espai.

### 🗨️ Activitats complementàries

- Es pot fer un cercle de diàleg més específic perquè cada infant pugui explicar als altres en quins moments li ha fet ganes anar a l'espai d'intimitat, com s'ha sentit en estar sol a l'espai, què és el que més li ha agradat (no fer res, descansar estirat, tenir els ulls tancats, jugar, mirar un conte...), si en algun moment no s'ha sentit bé dins l'espai i si en sap el motiu...

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 5. En Kiko i n'Estela

---

#### Adreçada a infants a partir de 4 anys

Aquesta activitat es desenvolupa en tres sessions:

- Crida ben fort, Estela!
- La regla d'en Kiko
- N'Estela i en Kiko al pati

Aquestes sessions s'han de dur a terme en tres setmanes consecutives, amb la finalitat de recordar i integrar els missatges i assolir els objectius de l'activitat.

#### Objectius

- Identificar situacions en les quals una altra persona vol envair el seu cos i la seva intimitat.
- Relacionar les sensacions i les emocions d'angoixa, por, oi, inseguretat, vergonya, tristor... quan algú pretén tocar-lo, besar-lo... amb la reacció de dir «no» i de contar-ho.
- Saber que té dret a dir «no» i saber com fer-ho.
- Identificar les persones de confiança de la seva xarxa afectiva.

#### Durada aproximada

30-45 minuts cada sessió

#### Desenvolupament de la primera sessió: Estela crida ben fort

1. Es convida els infants a seure en cercle per contar el conte Crida ben fort, Estela! Abans de començar a contar-lo es diu als infants que en qualsevol moment del conte poden aixecar la mà i participar fent preguntes o qualsevol observació. El conte s'ha de contar amb calma, donant temps als infants per assimilar-ne els missatges.

2. Seguidament es crea un cercle de diàleg que es pot iniciar amb la pregunta següent: Està bé tocar una persona si ella no ho vol? Després de diverses intervencions, es pot continuar amb altres preguntes semblants a aquestes: Com us sentiríeu si fóssiu n'Estela? Us heu sentit alguna



vegada com ella? Què heu fet si us heu sentit com ella en alguna ocasió? S'ha de donar temps als infants perquè puguin pensar i per expressar-se. És important que tots puguin participar. Durant el cercle cal estar prestant atenció per si hi ha infants que se senten incòmodes amb el tema, que s'emocionen, que ploren, que no en volen parlar, que es paralitzen..

3. Per acabar, s'extreuen conclusions de la conversa i s'aprofita per recordar-los que si algú ens vol tocar, besar, acariciar, fer una aferrada..., i això no ens agrada o ens fa sentir malament (inseguretat, por, angoixa, oi, tristesa...), hem de dir «no», fugir i demanar ajuda.



### **Desenvolupament de la segona sessió (es pot fer a partir de 3 anys): La regla d'en Kiko**

1. Es convida els infants a seure en cercle per projectar el curt La regla de Kiko.
2. Un cop acabada la projecció, es crea un cercle de diàleg que es pot iniciar amb la pregunta següent: Què fa en Kiko quan la mà vol tocar-lo per davall de la roba interior? Quan hi ha hagut diverses intervencions, es pot continuar amb altres preguntes semblants a aquestes: Què diu la mà quan en Kiko li ha dit que no pot tocar-lo per davall la roba interior? Us heu sentit alguna vegada com en Kiko? Què heu fet si us heu sentit com ell en alguna ocasió? És important donar temps suficient perquè puguin pensar i expressar-se, així com perquè tots puguin expressar-se. Durant el cercle cal observar els infants que se senten incòmodes amb el tema, que s'emocionen o que ploren, que es paralitzen o que no en volen parlar.
3. Per acabar, s'extreuen conclusions de les aportacions dels infants a la conversa i s'aprofita per recordar-los que si algú els vol tocar per davall de la roba interior, han de dir «no», fugir i contar-ho.



### **Desenvolupament de la tercera sessió: N'Estela i en Kiko al pati**

1. Abans de fer aquesta sessió s'han de tenir preparats els titelles dels personatges: n'Estela, en Kiko, els dos infants que corren i la mestra. Que n'Estela i en Kiko siguin els personatges principals serveix per donar continuïtat a les dues sessions anteriors, però la sessió també es pot dur a terme amb personatges que s'hagin utilitzat a l'escola en altres representacions o amb nous personatges que siguin atractius per als infants i amb els quals es puguin identificar.
2. Es convida els infants a seure en cercle i se'ls diu que participaran en una obra de teatre que té com a protagonistes n'Estela i en Kiko (vegeu l'annex 1).
3. Es representa l'obra de forma que quedi molt clara una situació de manca de respecte cap al cos i cap a l'espai físic de n'Estela. Els infants poden intervenir per ajudar els titelles fent propostes de com actuar o amb qualsevol intervenció que considerin. Vegeu una proposta de representació a l'annex.
4. Acabada la representació, es crea un cercle de diàleg que es pot iniciar amb la pregunta següent: Per què n'Estela està sola al pati? Per què s'allunya cada vegada que en Kiko s'hi atraca? Es poden donar pistes: Potser desconfia de les persones? Per què ho fa?
5. Quan hi ha hagut diverses intervencions, es continua la conversa fent noves preguntes: Com us sentiríeu si us passàs el mateix que a n'Estela? Què fa que n'Estela finalment vulgui escoltar en Kiko? Per què confia en ell?

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 5. En Kiko i n'Estela

---

6. Després de les respostes dels infants es fan noves preguntes: Han fet bé n'Estela i en Kiko de confiar en la mestra? Ho ha fet bé la mestra? En quines persones confieu vosaltres? Durant tota la conversa s'ha d'animar els infants a expressar-se i s'han de treure conclusions després de cada bloc de preguntes. És important detectar els infants que es senten incòmodes amb el tema, que s'entristeixen, que ploren, que es paralitzen, que no en volen parlar.

7. Finalment es treuen conclusions finals sobre les aportacions dels infants a la conversa i s'aprofita per recordar-los que si algú ens vol fer mal, envaeix el nostre espai o es comporta de forma poc respectuosa, cal fer-li-ho saber i, si no canvia el seu comportament, ens hem d'allunyar i contar-ho a una persona amb qui puguem confiar.

#### » Indicacions

- Abans de realitzar l'activitat és necessari que la mestra o el mestre faci una autovaloració de com està en relació al tema i valori si és necessari fer un treball personal previ per poder acompanyar l'infant.
- En el cas que sorgeixi alguna sospita d'un possible abús, vegeu els annexos 2 i 3: «Indicadors d'abús sexual» i «Com actuar en cas de sospita o evidència d'abús sexual».

#### 🔗 Recursos

- Conte: Olid, B; Vanda, M. Crida ben fort, Estela! Mèxic: Editorial Fineo, 2009.
- Titelles: en Kiko, n'Estela (o d'altres dos personatges similars amb els quals es puguin sentir identificats els infants), dos infants i la mestra o el mestre.

#### 🧩 Activitats complementàries

- Contar el conte: Consell d'Europa. Kiko y la mano. Not to scale. <https://issuu.com/councilofeurope/docs/kikoylamano>
- Deixar els titelles al racó de biblioteca perquè els infants, quan vulguin, facin la representació sense la intervenció de la mestra o el mestre. D'aquesta manera se segueix treballant el tema de manera més lliure mitjançant el joc simbòlic.

#### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### ANNEXOS. Activitat 5. En Kiko i n'Estela

---

- ANNEX 1: REPRESENTACIÓ DE "N'ESTELA I EN KIKO AL PATI"
- ANNEX 2: GRAELLA D'INDICADORS D'ABÚS SEXUAL
- ANNEX 3: COM S'HA D'ACTUAR EN CAS DE SOSPITA O EVIDÈNCIA D'ABÚS SEXUAL

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### ANNEX 1: REPRESENTACIÓ DE "N'ESTELA I EN KIKO AL PATI"

---

- Hi havia una vegada una nina que nomia Estela.
- N'Estela sempre estava sola al pati de l'escola. Unes vegades semblava trista, i d'altres, que estava al seu món de fantasia.
- Un dia, mentre n'Estela era al pati, uns nins i unes nines més grans varen passar devora ella corrent molt ràpid. Quasi la varen fer caure.
- N'Estela no els va dir res, però es va sentir malament i es va quedar asseguda a un racó, trista i sense jugar.
- En Kiko, que era un nin de la seva classe, va veure el que va passar i no li va agradar gens.
- Es va atracar a n'Estela i li va demanar si s'havia fet mal.
- En comptes de contestar, n'Estela se'n va allunyar. En Kiko intentava acostar-s'hi, però cada vegada que ho feia n'Estela se n'allunyava un poc més.
- «Si t'han fet mal ho has de dir a la mestra», li va dir en Kiko, «i als nins i les nines que quasi t'han fet caure, els has de dir que vagin alerta i que no poden córrer sense mirar si poden per mal a algú».
- Les nines i els nins van tornar a passar corrent per allà on eren en Kiko i n'Estela, però aquesta vegada n'Estela els va dir que no ho fessin més.
- Lluny de fer-li cas, aquells nins i nines van seguir corrent sense miraments. N'Estela i en Kiko es van apartar per no caure i varen anar a demanar ajuda a la mestra.
- Després del pati, la mestra va reunir tota la classe i va recordar quines eren les normes de comportament del temps de pati. També va dir que observaria si tothom les complia i que li podien demanar ajuda sempre que ho volguessin o ho necessitassin.



## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### ANNEX 2: GRAELLA D'INDICADORS D'ABÚS SEXUAL

---

Senyalar amb una X la presència de l'indicador. És important contemplar tots els indicadors en conjunt. Alguns indicadors són específics i altres són compatibles amb altres tipus de maltractament. Els indicadors en color verd són els més específics.

#### Indicadors emocionals

Senyalar amb una X la presència de l'indicador.

Por de quedar sol/sola

Por dels homes

Por a les dones

Por d'una persona en concret (especificar)

Rebuig al pare

Rebuig a la mare

Rebuig cap a una persona diferent del pare o la mare (especificar-la)

Tristesa

Ràbia

Angoixa

#### Indicadors comportamentals

Rebuig de les carícies, les besades i el contacte físic

Llenguatge sexual reiterat i atípic de l'edat

Interès exagerat pel comportament sexual adult (especificar-ho)

Reproducció durant els jocs o amb el dibuix de la situació viscuda

Agressió sexual cap a un altre infant

Conductes de seducció eròtica

Masturbació compulsiva

Resistència a llevar-se la roba

Aïllament

Retraïment

Tendència al secretisme

Plors freqüents

Agressivitat

Canvis en les pautes de son

Pèrdua de gana

Autolesions

#### Indicadors físics

Dolor, inflamació, erupció o lesions en els genitals i/o l'anus (especificar-ho)

Dificultat per caminar i asseure's

Semen en la boca, en els genitals o en la roba (especificar-ho)

Roba interior esquinçada i ensangonada

Enuresi

Encopresi

Mal de cap freqüent

Mal de panxa freqüent

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### ANNEX 3: COM S'HA D'ACTUAR EN CAS DE SOSPITA O EVIDÈNCIA D'ABÚS SEXUAL

---

- Reaccionar amb serenitat, ni incredulitat ni ràbia. La nostra reacció pot tenir un gran impacte en un infant vulnerable, que pot canviar el relat o tancar-se en banda si percep que el que ha dit no és ben rebut o que ha alarmat.
- Creure el que diu l'infant i assegurar-se que ell sent que se'l creu.
- Agrair a l'infant la confiança, reconèixer la seva valentia i fer-li saber que no és culpable del que ha succeït.
- La conversa s'ha de centrar a escoltar l'infant respectant el seu ritme, sense voler aprofundir en els detalls, fent preguntes que no condicionin la resposta. Les preguntes fan reviure la situació traumàtica i per això les ha de fer únicament la persona responsable de la valoració, del servei de protecció de menors.
- En cas que sigui necessari fer qualche pregunta, s'han d'evitar les que puguin fer sentir a l'infant que és culpable de la situació o que se n'hauria d'avergonyar, com per exemple No ho vares poder evitar?.
- Fer saber a l'infant que la nostra responsabilitat és protegir-lo i que farem tot el que sigui necessari per ajudar-lo.
- Posar la situació en coneixement de l'entitat pública competent en matèria de protecció de menors, la qual en farà la valoració pertinent.
- Notificar el cas al Registre Unificat de Maltractament Infantil a les Illes Balears (RUMI).
- Fer una còpia d'aquesta notificació i enviar-la per correu electrònic o per fax a la Fiscalia o a la Secció de Menors de la Fiscalia.
- Si el cas es considera urgent, es pot posar directament una denúncia al jutjat de guàrdia.
- Només en el cas que se sàpiga qui és la persona que abusa, i quan es té la certesa que la família és protectora, es pot informar de la situació.

En els casos de famílies protectores, independentment de la notificació que faci el o la professional, la família també pot interposar la denúncia o bé als cossos i forces de seguretat de l'Estat (UFAM o EMUME) o bé al jutjat de guàrdia o a la Fiscalia, incloent-hi la petició de mesures cautelars. També hi ha la possibilitat de sol·licitar les mesures cautelars des de l'Oficina d'Assistència a les Víctimes de Delicte.

### 3. La conducta sexual



## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 6. El color dels secrets

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Aquesta activitat s'ha de realitzar en petit grup o desdoblant el grup de l'aula. Es pot desenvolupar en una única sessió contant el conte *De quin color són els teus secrets?* o en diverses sessions a continuació de la narració:

- El termòmetre dels secrets.
- El color dels secrets.
- Què fas amb els secrets grisos?

Si es fa en diverses sessions, s'han de dur a terme en dies consecutius. També es pot dedicar una setmana a treballar sobre els secrets.



#### Objectius

- Distingir els diferents tipus de secrets: els secrets bons (fan sentir bé) i els que no són bons (fan sentir malament).
- Saber que els secrets que fan sentir por, angoixa, inseguretat, tristesa... són secrets que s'han de contar a una persona de confiança.
- Identificar les persones de confiança de la seva xarxa social i afectiva.
- Integrar els conceptes anteriors: tipus de secrets, emocions que fan sentir malament i persones en les quals es pot confiar, en el context de la seva vida.



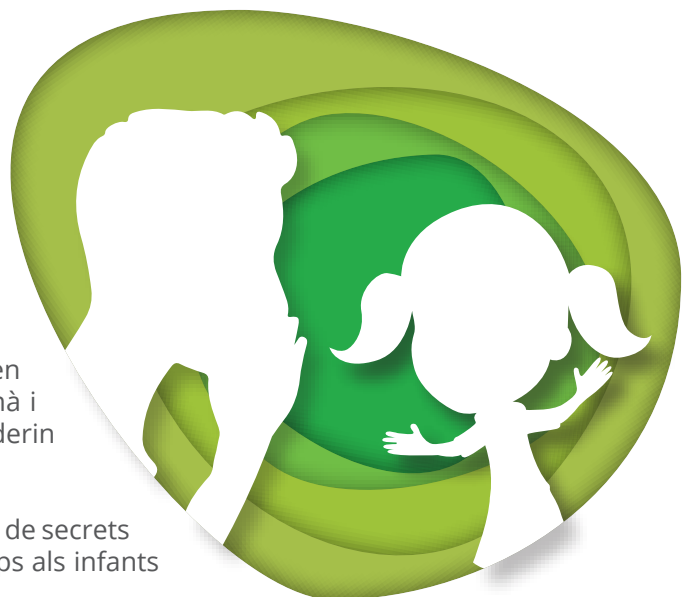
#### Durada aproximada

30-45 minuts



#### Desenvolupament de la primera sessió: Contam un conte sobre el color dels secrets

1. Per introduir l'activitat es convida els infants a seure en cercle i se'ls diu que es contarà el conte *De quin color són els teus secrets*.
2. Abans de començar a contar-lo, se'ls diu que en qualsevol moment del conte poden aixecar la mà i participar fent preguntes o comentaris que considerin oportuns.
3. Es conta el conte amb calma, explicant els tipus de secrets de manera clara, posant exemples i donant temps als infants per assimilar els missatges.



4. Un cop acabat de contar el conte, es fa un cercle de diàleg, adaptat a l'edat dels infants. Es pot ajudar els infants fent preguntes semblants a aquestes: Què és un secret? Teniu secrets? De quin color són els vostres secrets? Hi ha secrets que us fan sentir malament? A qui podríeu contar els secrets que us fan sentir malament?... Les preguntes s'han de fer amb una pausa entre una i l'altra, per donar temps als infants per pensar i intervenir.

5. Per acabar, s'extreuen conclusions de les aportacions dels infants a la conversa i s'aprofita per recordar-los que si algú ens vol tocar, besar, acariciar, fer una abraçada..., i això ens fa sentir malament (inseguretat, por, angoixa, oi, tristesa...), hem de dir «no», fugir i demanar ajuda.

### **Desenvolupament de la segona sessió: El termòmetre dels secrets**

1. Es dona a cada infant el dibuix d'un termòmetre. Se'ls explica que el termòmetre serveix per marcar quants de secrets tenen i que cada marca del termòmetre és un secret.

2. Se'ls dona temps perquè facin preguntes, i quan es veu que ho han entès se'ls diu que responguin a la pregunta «Tens secrets?» Es dona temps perquè els infants responguin i si fa falta es pot recordar què és un secret.

3. Quan es té la seguretat que els infants han entès què és un secret, se'ls diu que poden marcar el nombre de secrets que tenen en el termòmetre. La mestra o el mestre els poden ajudar posant un exemple sobre la seva vida. Pot dir: «Jo tenc un secret, dos secrets...» amb expressió de pensar i mostrant primer un dit i després dos....

4. Es diu als infants que ara que han pensat el nombre de secrets que tenen, l'endemà podran pensar de quin color són els seus secrets. En dir-los això, es farà referència al conte que ja s'ha treballat.

### **Desenvolupament de la tercera sessió: El color dels secrets**

1. Es preparen dos pots, un de color taronja i un de color gris fosc. Es diu als infants que el pot taronja és el pot dels secrets bons, els que ens fan sentir bé, i que el pot gris fosc és el dels secrets que ens fan sentir malament. Cal posar exemples de cada tipus de secret i de les emocions que els acompanyen:

- Secrets bons: ens fan sentir bé; per exemple: un regal per sorprendre un familiar o una amical, una festa que es farà per a una persona...
- Secrets dolents: ens fan sentir malament; per exemple, quan ens demanen que no contem alguna cosa dolenta, quan ens han fet una cosa que ens ha fet sentir malament o si algú ha volgut que féssim una cosa que no ens agrada o que no volíem fer.

2. Tot seguit es donen deu trossets de cartolina a cada infant, cinc de taronges i cinc de grises i se'ls diu que les paperines taronges són els secrets bons i les grises els secrets dolents. Quan es té la seguretat que ho han entès se'ls diu que pensin si tenen secrets bons i que agafin un tros de color taronja per cada un dels seus secrets bons. Quan ho han fet, se'ls diu que facin el mateix amb les cartolines grises.

3. Quan tots els infants han posat les cartolines al pot es conten quantes n'hi ha de taronges i quantes de grises. Generalment hi haurà més cartolines taronges.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 6. El color dels secrets

---

4. Amb el pot taronja a la mà, es demana als infants: «Algú vol posar un exemple de secret bo?» Es pot animar la conversa posant algun exemple de secret que ha viscut la mestra o el mestre. La mateixa pregunta es pot fer per als secrets dolents. En aquest cas, no fa falta posar exemples, cal respectar el silenci i observar l'actitud dels infants envers la pregunta.

5. Per acabar, la mestra o el mestre es poden oferir per escoltar en privat si algun infant vol contar un secret dolent.



#### **Desenvolupament de la quarta sessió: Què fas amb els teus secrets grisos?**

1. Es diu als infants que tots plegats dedicaran una estoneta a parlar sobre els secrets grisos i se'ls recorda com fan sentir aquest secrets.

2. Es fan les preguntes «Teniu algun secret gris? L'heu explicat a algú?» Es dona prou temps als infants per contestar. Si no volen parlar no se'ls força a fer-ho, se'ls diu que si volen poden fer un dibuix sobre els seus secrets, qualsevol secret. D'aquesta manera, els que no tinguin secrets dolents o no els vulguin dibuixar poden seguir la proposta. Facin el que facin (dibuixar o no, fer un dibuix d'un bon secret o d'un mal secret), l'infant té un temps per pensar, sentir i expressar-se mitjançant el dibuix.

3. En acabar, es recullen tots els dibuixos i la mestra o el mestre s'ofereix per escoltar qualsevol secret que els infants li vulguin contar.



#### **Indicacions**

- Aquesta activitat permet prevenir situacions d'abús sexual o detectar-ne indicis de la possible existència.
- Abans de fer l'activitat és necessari que la mestra o el mestre faci una autovaloració de com està en relació amb el tema i valori si és necessari fer un treball personal previ per poder acompanyar l'infant.
- És un tema delicat i que pot remoure experiències passades o vivències actuals d'infants i/o adults, per aquest motiu requereix d'una preparació especialment acurada.
- Les intervencions, l'actitud, l'estat emocional i el comportament dels infants, tant durant l'activitat com després, aporten molta informació sobre la seva situació pel que fa al risc o al patiment d'abús sexual. Escoltar de forma activa i fer una bona observació és imprescindible per poder-ne detectar els indicis de risc o de patiment, i per donar resposta a les necessitats o als problemes dels infants.



#### **Recursos**

- Conte: García, M.; Santos, M.J. De quin color són els teus secrets? Barcelona: Editorial Marcombo, 2018.
- Dibuixos del termòmetre, tants com infants.
- Un pot de color taronja i un de color gris fosc.
- Trossets de cartolina de color taronja i de color gris fosc.



### Activitats complementàries

- Un treball més individual per als infants més grandets és posar forma, color i gust als secrets.
- Crear un espai a l'aula amb dues bústies, una taronja i una grisa, perquè puguin afegir-hi els secrets que vulguin a través de dibuixos o d'escrits durant tot el curs. Aquest espai es pot utilitzar per xerrar amb l'infant que ho vulgui fer de manera individual.



### Avaluació

- Observació directa.
- Dibuixos dels infants.
- Notes de camp.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 7. Paraules dolces

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Aquesta activitat permet enriquir el vocabulari afectiu amb paraules positives i dolces i ajudar a incorporar els valors de la cultura i del bon tracte.

Les paraules dolces ens serveixen per fer saber a les altres persones que les estimam, les apreciam o les consideram importants. També són imprescindibles si el que es vol és ajudar les altres persones a assolir un autoconcepte i autoestima positius, a mantenir-los i a gaudir-ne.



#### Objectius

- Demostrar afecte amb paraules dolces.
- Demostrar reconeixement amb elogis.
- Acceptar amb gratitud, sense falsa modèstia, les paraules dolces i els elogis.
- Reconèixer actituds i accions positives i de bon tracte de les altres persones.



#### Durada aproximada

30-45 minuts



#### Desenvolupament

1. Abans de començar l'activitat, s'han de tenir preparada una o dues garlandes de banderoles de coloraines per anotar-hi les paraules dolces que diguin els infants.

2. Es convida els infants a seure en cercle i se'ls diu que es contarà un conte sobre les paraules dolces. Tot seguit se'ls demana: «Sabeu paraules dolces?» s'espera un poquet i quan els infants n'han dit algunes es fa un altra pregunta: «Us agraden les paraules dolces?»

3. Tot seguit la mestra els presenta na Lola, la protagonista del conte i el narra.

4. Acabada la narració es proposa als infants que diguin les paraules dolces que els vinguin al cap. Se'ls pot ajudar amb un parell d'exemples.

5. Les paraules dolces que diuen els infants s'anoten a les banderoles.

6. Quan els infants han acabat de dir paraules dolces, al racó o ambient de les lletres es penja la garlanda o garlandes.





### » Indicacions

- Es pot adaptar a l'edat i ampliar-la o no segons la motivació dels infants.
- L'activitat no pretén comparar les paraules dolces amb les que són negatives o lletges (paraulotes). Si durant l'activitat sorgeixen paraules que suposin una falta de respecte entre els infants, és convenient tenir un recull de paraules que siguin antònimes de la paraula lletja que s'ha dit i reconduir la conversa.
- Es poden incorporar paraules d'altres idiomes, aprofitant la diversitat lingüística de l'aula.

### 📄 Recursos

- Conte: Norac, C.; Dubois, C.K. Les paraules dolces. Barcelona: Editorial Corimbo, 2003.
- Material fungible: material per fer les banderoles i les garlandes.

### 🧩 Activitats complementàries

- Preparar el pot de les paraules dolces; es pot aprofitar per treballar l'escriptura i la lectura, i amb les paraules recollides, elaborar el nostre propi conte de paraules dolces.
- Enviar una carta a les famílies acompanyada d'un sobret amb una targeta a dins perquè hi anotin la paraula que utilitzen per referir-se a l'infant de manera afectuosa...
- Cercar paraules polides per dir als altres.
- Cercar adjectius en positiu per referir-nos als altres.
- Crear un llibret amb el recull de les paraules i desar-lo a l'espai per a les famílies o a l'entrada de l'aula com a benvinguda.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Paraules aportades pels infants.
- Notes de camp.

## 3.1 La intimitat, el respecte i el comportament sexual

### Activitat 8. Besades i abraçades

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Aquesta activitat està basada en els contes Ni un besito a la fuerza i Ni una carícia a la fuerza.

Es pot dur a terme aprofitant qualsevol situació en la qual un infant ha abraçat o ha besat un altre infant, o ha intentat fer-ho. També es pot fer sense cap motiu, només animant els infants a parlar-ne.



#### Objectius

- Identificar mostres d'afecte que fan sentir estimació i respecte.
- Reconèixer les mostres d'afecte que fan sentir malament.
- Identificar les persones que fan sentir malament quan volen acariciar l'infant, abraçar-lo o besar-lo.
- Demostrar que sap dir «no» si no vol rebre una mostra d'afecte de part d'una persona.



#### Durada aproximada

30-45 minuts



#### Desenvolupament

1. Es convida els infants a seure en cercle i se'ls fan la pregunta següent: «Us agrada que us abracin, que us facin una besada?» Per animar la conversa, la mestra o el mestre poden dir: «A mi m'agrada molt que m'abracin i que em besin les persones que m'estimen». Això ho pot expressar amb gests i fer més preguntes: «I a vosaltres? Com són les abraçades i les besades que us agraden?»

2. Quan els infants han contestat, se'ls fa un altra pregunta: «Us agraden les besades i les abraçades de tothom?»

També es pot ajudar dient, per exemple: «A mi no m'agradava gens que m'abraçàs una tieta perquè ho feia molt fort i em feia mal». A continuació es pregunta: «Hi ha algú que us faci sentir malament quan us vol abraçar, acariciar o besar?» No importa si no hi ha gaire respostes, en aquest cas l'important és observar l'actitud, l'estat emocional i el comportament dels infants per tal de detectar si segueixen la conversa amb benestar i comoditat o, al contrari, se senten incòmodes i commoguts de forma negativa.



3. Per acabar, s'extreuen conclusions de les aportacions dels infants a la conversa i s'aprofita per recordar-los que si algú ens vol tocar, besar, acariciar, fer una abraçada..., i això ens fa sentir malament (inseguretat, por, angoixa, oi, tristesa...), ens fa mal, ens molesta o se'ns vol forçar, hem de dir «no», fugir i demanar ajuda.

### » Indicacions

- Es pot adaptar a l'edat i ampliar-la o no segons la motivació o necessitats dels infants.
- Abans de fer l'activitat és necessari que la mestra o el mestre faci una autovaloració de com està en relació amb el tema i que valori si és necessari fer un treball personal previ per poder acompanyar l'infant.
- Les intervencions, l'actitud, l'estat emocional i el comportament dels infants, així com les representacions plàstiques, aporten molta informació sobre la situació afectiva. Escoltar de forma activa i fer una bona observació és imprescindible per donar resposta a les necessitats dels infants.

### 🧩 Activitats complementàries

- Contar, després d'haver realitzat l'activitat, els contes següents: Mebes, M. Ni un besito a la fuerza. Bilbao: Maite Canal Editora, 1994, i Mebes, M.; Sandrock, L. Ni una caricia a la fuerza. Maite Canal Editora, 2002.
- Fer representacions plàstiques de les abraçades o besades que agraden als infants, amb tècnica lliure. La representació pot ser en volum, fent una escultura de fang, o de plastilina, amb objectes reciclats, amb filferro..., o de la forma que triïn els infants lliurement, per exemple fent un quadre, utilitzant la tècnica que més els agradi (pintura, aquarel·la, collage...), etc.
- Demanar a la família que porti una fotografia on es vegi com reb l'infant una besada o una abraçada d'una persona estimada i fer una exposició amb les fotografies.

### ✅ Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.





## 4. L'Art d'estimar

Podem aprendre a  
estimar i a estimar-nos bé

Aquest eix consta de tres unitats didàctiques:

- 4.1 Conèixer-se, estimar-se i acceptar-se
- 4.2 Relacionar-se
- 4.3 Viure en família

## 4.1 CONÈIXER-SE, ACCEPTAR-SE I ESTIMAR-SE

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Identificar les emocions bàsiques i conèixer-ne el llenguatge i el significat.** Es tracta que l'infant s'iniciï en el coneixement de les emocions i aprengui a connectar-hi, tant si són agradables com si són desagradables, a localitzar-les al cos, a deixar-les fluir i expressar-les adequadament. L'infant també necessita aprendre a explorar el significat de les seves emocions i a utilitzar aquesta informació per gaudir de la vida, per protegir-se i per demanar ajuda quan perilla la seva integritat (física o emocional), el seu benestar o els seus interessos.
- **Acceptar-se de forma ajustada i positiva.** Cal que l'infant conegui les pròpies capacitats i limitacions, així com els seus talents, i que aprengui a esforçar-se per vèncer les dificultats. És important que conegui i accepti l'error com a part del procés d'aprenentatge i que valori la diversitat humana pel que fa als múltiples talents i intel·ligències.
- **Reconèixer que tenir cura de si mateix és una forma d'estimar-se.** L'infant ha de demostrar que, progressivament, adquireix les habilitats necessàries per tenir cura del seu cos, de la seva integritat física i emocional i dels seus interessos.

### Conceptes clau

- emocions
- llenguatge de les emocions
- emocions i comportament
- autoestima
- error i aprenentatge
- cura personal

## 4.1 CONÈIXER-SE, ACCEPTAR-SE I ESTIMAR-SE

---

### Activitats



1. Conte: De quin color és un petó?
2. Ona musical
3. Emocionari de l'aula
4. Feim un reportatge
5. Respira
6. Espai de calma
7. Explosió d'emocions
8. Així són les meves emocions
9. Cuidar-se també és estimar
10. Umpl el buit
11. Ens divertim fent ioga
12. Tranquil·litat i atenció

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 1. Conte: De quin color és un petó?

---

#### Adreçada a infants a partir d'1 any

La protagonista del conte és la Mònica, una nina a qui li agrada molt pintar i que es demana de quin color són els petons. Finalment pregunta a la seva mare si sap de quin color són els petons i amb la seva ajuda troba ella mateixa la resposta.

Aquesta activitat consta de dues sessions.

#### Objectius

- Reconèixer i expressar, amb l'ajuda del cos, les emocions que se senten (agradables i desagradables) quan es reben besades, carícies i abraçades.
- Identificar situacions en les quals no agrada rebre mostres d'afecte.
- Identificar persones de les quals no es volen rebre mostres d'afecte.
- Respectar les decisions de les altres persones envers el fet de rebre mostres d'afecte.
- Diferenciar entre comportar-se de forma educada i haver de demostrar o rebre mostres d'afecte.

#### Durada aproximada

45 minuts cada sessió

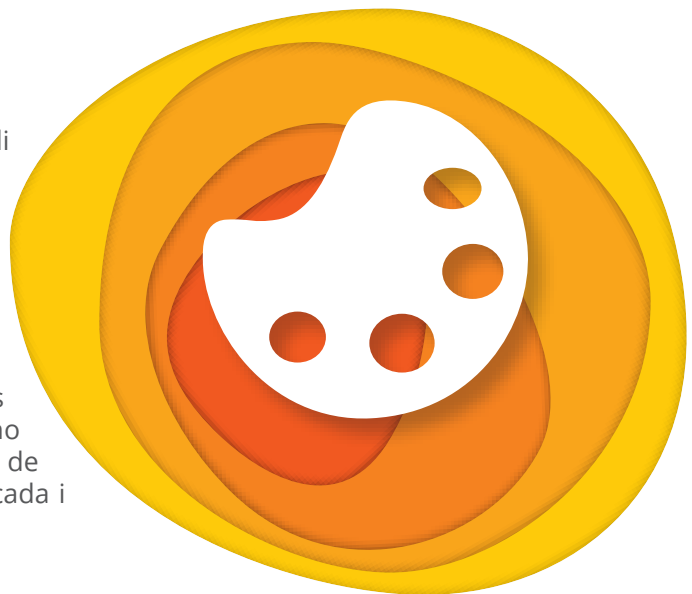
#### Desenvolupament de la primera sessió

1. Es crea un espai per contar el conte, que convidi a escoltar, pensar, reflexionar i parlar.

2. Es conta la història als infants i, seguidament, s'estableix un torn de paraula per parlar sobre les coses que agraden o no agraden als infants i sobre si els agrada o no rebre besades, carícies o abraçades. Es parla del respecte envers les altres persones a l'hora de donar i rebre mostres d'afecte, del dret a no mostrar afecte o a no acceptar mostres d'afecte en algun moment i de la diferència entre comportar-se de forma educada i manifestar afecte.

3. Es registren les aportacions de cada infant.

4. Al taller artístic o a un espai de l'aula on, prèviament, s'han preparat pintures al tremp de diferents colors i altres útils de pintura (pinzells, rodets, esponges, fregalls...), es convida cada infant a expressar, mitjançant la pintura, de quin color són els petons, les carícies i les abraçades per a ell. En acabar, sense identificar els infants, s'exposen els treballs a classe i, si és possible, aquests s'acompanyen de les converses enregistrades per compartir-les amb les famílies i amb altres membres de la comunitat educativa.







### Desenvolupament de la segona sessió

Prèviament a la sessió, és necessari preparar fotografies dels infants amb diferents expressions facials, classificades, amb l'ajuda dels infants, segons les emocions bàsiques: tristesa, ràbia, por i enuig.

1. S'inicia l'activitat demanant als infants si recorden la història De quin color és un petó? A continuació es torna a contar el conte. En haver-lo contat es fan preguntes similars a aquestes: Què li passa a la protagonista? Li agrada rebre besades? De tothom? I a vosaltres?...
2. Es demana als infants que parlin sobre si mateixos, si els agraden les besades, les abraçades i les carícies, si els agraden sempre i de totes les persones.
3. S'anima els infants a exterioritzar, amb l'expressió facial i corporal, el que senten en diferents situacions, mentre s'observen en un mirall, així: quan els agrada rebre besades, carícies i abraçades, i quan no els agrada rebre'n. Per facilitar-ho, si és possible, es divideix el grup classe en dos (es pot utilitzar l'espai de l'aula o el de la sala de psicomotricitat).
4. Amb les imatges dels infants, classificades segons les emocions bàsiques, es pot elaborar un «Emocionari d'aula», que estarà a l'abast dels infants i de les famílies. Les imatges poden anar acompanyades dels comentaris dels infants, referits a les emocions que han sentit a l'hora de desenvolupar l'activitat.



### Indicacions

- S'ha d'animar els infants a exposar i expressar el que pensen i a escoltar les explicacions dels altres companys. Se'ls ha d'indicar que han de respectar el torn de paraula i que per parlar han d'aixecar la mà. Pot servir d'ajuda passar un objecte a l'infant que té el torn (una pilota, una jogueta...).
- Per ajudar a pensar amb calma i propiciar que intervenguin tots els infants, es poden utilitzar preguntes del tipus: Què ens ha dit na o en...? Hi estau d'acord? Qui vol afegir alguna cosa? Ens ha d'agradar a tots el mateix?...
- Cal reforçar les intervencions amb frases del tipus: «Sembla molt interessant la teva aportació», «És molt important per a nosaltres escoltar el que penses»...

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 1. Conte: De quin color és un petó?

---

#### Recursos

- Conte De quin color és un petó, de Rocío Bonilla Raya, editorial Animallibres, 2015.
- Peluix o altre objecte (pel torn de paraula).
- Material fungible (pinzells, rodets, esponges, fregalls...).
- Fotografies dels infants amb diferents expressions facials.
- Càmera fotogràfica.
- Pissarra digital (si s'opta per fer l'emocionari digital).

#### Activitats complementàries

• Donar i rebre carícies: aquesta activitat es pot dur a terme en acabar la sessió de psicomotricitat en un moment que es consideri adequat (en acabar una conversa, després d'una feineta...). Es pot fer amb tot el grup classe i per parelles. S'ofereixen diferents objectes per acaronar-se: plomes, mocadors... Es pot posar música de relaxació. Cal respectar el tipus de participació de cada infant en aquesta activitat, perquè suposa tenir molta proximitat amb altres persones adultes o infants.

#### Avaluació

- Notes de camp.
- Fotografies.

## 4. L'art d'estimar



## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 2. Ona musical

---

#### Adreçada a infants a partir d'1 any

Ona musical és una activitat perquè els infants puguin gaudir del moviment i expressar sentiments i emocions amb el cos, respectant els moviments i l'espai dels altres infants. S'hi utilitzen cançons cinc cançons, cada una amb un ritme diferent: fluid, límits, caos, líric i quietud.

#### Objectius

- Gaudir del moviment lliure.
- Expressar diferents sentiments i emocions amb el moviment del cos.
- Reconèixer les pròpies emocions.
- Respectar els moviments dels altres infants.

#### Durada aproximada

45 minuts

#### Desenvolupament

1. Se seleccionen cinc cançons, una per cada ritme:

- Fluid. Aquest ritme pretén provocar continuïtat en el moviment de forma contínua, circular i pesada.

Exemple: Amelie Piano, Harry Potter.

[https://youtu.be/2W\\_G3xmSGfo](https://youtu.be/2W_G3xmSGfo)

<https://youtu.be/T8D8vEcZrqM>

- Límits. Aquest ritme vol servir per expressar moviments enfàtics, molt expressius, fent línies i formes amb la mà. Exemple: Pirates del Carib.

<https://youtu.be/fp0zwdID0fY>

- Caos. Incita a practicar l'art d'alliberar totalment el cos, amb moviments ràpids del cap, del tronc, dels malucs i de les cames. Exemple: música electrònica per a infants.

[https://youtu.be/b6WvPT\\_x2Io](https://youtu.be/b6WvPT_x2Io)

<https://youtu.be/k85mRPqvMbE>

- Líric. Aquest ritme permet deixar-se dur, com els ocells volant. Exemple: El llac dels cignes, La bella i la bèstia, Jurassic Park, «You'll be my heart», El llibre de la selva.

<https://youtu.be/CYFUiYoYPbg>

<https://youtu.be/CXZ7Nz69OPg>

<https://youtu.be/D8zIUUrFK-M>

[https://youtu.be/yQtTc\\_Yu7E](https://youtu.be/yQtTc_Yu7E)



## 4. L'art d'estimar

• Quietud. Aquest és un moviment que convida a tancar els ulls, a moure el cos a poc a poc fins arribar, si es vol, a la calma total, ja sigui estant drets o tombats a terra. Exemple: Titànic instrumental.

<https://youtu.be/45fBVrnAmEc>

2. S'explica als infants que faran una activitat amb música. Se'ls diu que escoltaran cinc cançons i que, quan soni cada cançó, podran expressar allò que sentin, amb moviments del cos, respectant sempre els moviments i l'espai dels altres infants.

3. Es reproduïxen les cinc cançons seleccionades una a continuació de l'altra. Es deixa sonar cada cançó entre dos o tres minuts. L'ordre d'escolta és fluid, límit, caos, líric i quietud.

4. Si els infants tenen més de tres anys, quan acaben l'escolta amb ball, se'ls indica que es posin en cercle per parlar d'allò que els han fet sentir les cançons. Se'ls pot ajudar fent preguntes: Quina part del cos heu mogut més? Com us heu sentit escoltant aquestes cançons? Quina cançó us ha agradat més? Alguna no us ha agradat?

5. Se'ls dona un paper amb una silueta humana dibuixada perquè hi localitzin el lloc on han notat la música i ho indiquin pintant. Poden pintar cada zona amb un color diferent. Els més petits (a partir de dos anys) poden fer un dibuix lliure d'allò que han sentit. Mentre dibuixen es torna a posar la música.

### » Indicacions

• Deixant que els infants expressin amb el seu cos allò que senten es pot observar de quina manera s'emociona cada infant i com s'expressa amb el cos en un espai compartit amb altres.

### 🔗 Recursos

- Material fungible (paper, pintures...).
- Sala de psicomotricitat o gimnàs.
- Roba còmoda per afavorir el moviment i calcetins antilliscants.
- Música amb diferents ritmes (fluid, límits, caos, líric, quietud).
- Pissarra digital o reproductor de música.

### 🧩 Activitats complementàries

• Es pot demanar als infants que, amb l'ajuda de la família, duguin una llista de la música que els agrada i que detallin quines emocions els desperta cada cançó. Per exemple: alegria, tranquil·litat, amorositat, tristesa, eufòria...

• Amb les llistes aportades es poden treballar a classe diferents propostes:

- Escoltar un vegada a la setmana la llista d'un infant de la classe.
- Escoltar les cançons que desperten una emoció concreta.
- Posar les cançons al pati perquè els infant ballin lliurement.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Dibuixos que han realitzat els infants.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 3. Emocionari de l'aula

---



**Adreçada a infants a partir de 2 anys**



#### Objectius

- Identificar, distingir i expressar les diferents emocions.
- Acceptar, respectar i empatitzar amb els sentiments i amb les emocions de les altres persones.
- Dialogar amb la mestra o amb el mestre i els altres infants sobre el benestar o malestar que generen les emocions, la forma d'expressar-les i la informació que donen sobre la vida (vegeu l'annex: «Les dues cares de les emocions»).



#### Durada aproximada

Entre 30 i 45 minuts



#### Desenvolupament

1. Es crea un cercle de diàleg sobre les emocions i sobre les sensacions que ens generen o sentim.
2. Es demana als infants que expressin cada emoció amb la cara. Es pot començar amb les emocions bàsiques: ràbia, alegria, por, oi i tristesa, i després afegir altres emocions.
3. Es fan fotografies dels infants mentre expressen diferents emocions. Amb aquestes fotografies es confeccionarà el llibre de les emocions.
4. Es diu als infants que contin què fan quan senten una emoció determinada. Per ajudar-los se'ls poden fer preguntes:
  - Ràbia: Què faig quan m'enfad?
  - Alegria: Què faig quan estic content?
  - Por: Què faig quan tenc por?
  - Oi: Què faig quan sent oi?
  - Tristesa: Què faig quan estic trist?



### » Indicacions

- Aquesta activitat es pot realitzar en el «Bon dia», a la cloenda del dia o en qualsevol moment que es consideri oportú.
- És important referir-se a les emocions amb els termes «agradable» o «desagradable» i no amb les paraules «positiva» o «negativa». També és important que s'expliqui que totes les emocions són positives perquè ens informen sobre el que vivim i permeten reflexionar-hi, prendre decisions i actuar de la millor manera possible.
- Aquesta activitat ens pot donar informació sobre l'existència de situacions que suposin risc per a l'infant (maltractament físic o emocional i abús sexual).
- També es pot parlar de les dues cares de les emocions (vegeu l'annex: «Les dues cares de les emocions»).
- L'emocionari pot estar exposat a un lloc de l'aula on les famílies puguin accedir.

### 📄 Recursos

- Estora, racó del «Bon dia».
- Imatges o pictogrames de les emocions bàsiques.
- Material fungible per elaborar l'emocionari.

### 🧩 Activitats complementàries

- Contar un conte relacionat amb les diferents emocions.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Enregistraments fotogràfics.
- Notes de camp.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### ANNEX. LES DUES CARES DE LES EMOCIONS

---

Les emocions ens acompanyen tota la vida, van i venen, puguen i baixen com si jugassin amb nosaltres. Viure les emocions és com jugar a agafar. Quan agafam una emoció, quan la fem conscient, podem esbrinar què ens vol dir i també la podem calibrar, però per fer-ho cal saber que les emocions tenen moltes cares, tantes com graus d'intensitat de sentir-les.

Les emocions que es consideren universals són l'alegria, la curiositat, la tristesa, la ràbia, la por i l'aversion. Però no és el mateix sentir tristesa que sentir-se enfonsat, sentir alegria o sentir eufòria, tenir por o entrar en pànic... És convenient saber que les emocions a més d'informar-nos sobre el que ens està succeint, ens predisposen a actuar. Per això, conèixer les dues cares de les emocions ens ajuda a viure amb més seny.

A la taula següent es detallen la cara i la creu de cada emoció universal i dels comportaments que hi solen anar associats. Una de les cares és amable, l'altra ens ha de posar en estat d'alerta per poder actuar amb precaució.

#### La cara

**L'alegria** ens du a tenir una postura oberta, a compartir el que ens fa sentir alegria, ens carrega d'energia i d'optimisme.

#### La creu

**L'eufòria** ens pot fer actuar de forma imprudent, fer coses que ens poden perjudicar i no preveure les conseqüències dels nostres actes.

---

**La curiositat** és meravellosa, ens impulsa a explorar, a experimentar, a voler saber sobre el món que ens envolta i a comprendre'n el funcionament. És la base de la filosofia i de la investigació científica.

La curiositat en extrem ens pot dur a interessar-nos per la vida d'altres persones sense cap efecte beneficiós per a elles. També ens pot impulsar a saber sobre fets morbosos o violents. Aquesta curiositat ens pot dur a perdre amistats valuoses i sentir dolor dins nosaltres de forma innecessària.

---

**La tristesa** és l'emoció que ens permet reparar el dany emocional d'una pèrdua (quan una cosa, en la qual teníem il·lusió, no surt com pensàvem, la separació o mort d'un ésser estimat, la pèrdua d'un objecte molt apreciat...). L'estat de tristesa ens convida a mirar dins nosaltres, a donar-nos un temps per recuperar l'energia i per integrar la pèrdua en la nostra vida i seguir endavant.

L'enfonsament, caure en el clot d'una tristesa fosca i profunda i sentir-se sense forces per sortir-ne ens pot dur a la frustració, a la impotència, a no demanar ajuda, a distorsionar la realitat, a focalitzar en els aspectes negatius d'una situació i a patir de forma innecessària.



## 4. L'art d'estimar

### La cara

**La ràbia** ens ajuda a posar límits i ens permet treballar pel que creim que és just i legítim, i per superar les adversitats i els obstacles que sorgeixen al llarg de la vida. Té a veure amb l'autoestima, amb el sentit de pertinença (amb allò que és meu i allò que és teu) i amb els valors de justícia i solidaritat (allò que consideram que tenim dret o que hi tenen dret altres persones).

### La creu

Mal dirigida, la ràbia ens impulsa a agredir les altres persones, ja sigui de forma verbal, amb gests de menyspreu o desconsideració, o amb la violència física. Aquesta impulsivitat sol anar seguida de sentiments de culpa per no haver sabut actuar de forma serena i assertiva.

---

**L'aversió** és útil per allunyar-se d'allò que identifiquem com potencialment perillós per a nosaltres.

Pot allunyar-nos del que ens és desconegut o diferent només pel fet de ser-ho. Els nostres valors i creences ens poden ajudar a tenir una ment oberta i avaluadora del que realment és perillós o, al contrari, durs a actuar de forma visceral enfront de tot allò que ens és desconegut.

---

**La por** ens ajuda a identificar un perill concret i a actuar en conseqüència (allunyar-nos-en, defensar-nos...). És com un radar que ens permet allunyar-nos de persones o situacions que ens poden posar en perill de patir agressions físiques o emocionals, així com poden posar en perill els nostres interessos (socials, econòmics...).

El pànic ens bloqueja i no ens permet actuar en situacions de perill o en aquelles situacions en les quals és necessari que prenguem una decisió immeditada i serena.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 4. Feim un reportatge

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

L'activitat consisteix en l'observació dels infants entre ells en diferents moments de les rutines diàries, amb la finalitat de captar imatges de diferents expressions de les emocions i reflexionar-hi.



#### Objectius

- Augmentar la capacitat d'observació.
- Identificar, distingir i captar les emocions dels altres infants.
- Observar similituds i diferències en l'expressió de les emocions.
- Empatitzar amb les emocions i sentiments dels altres infants.



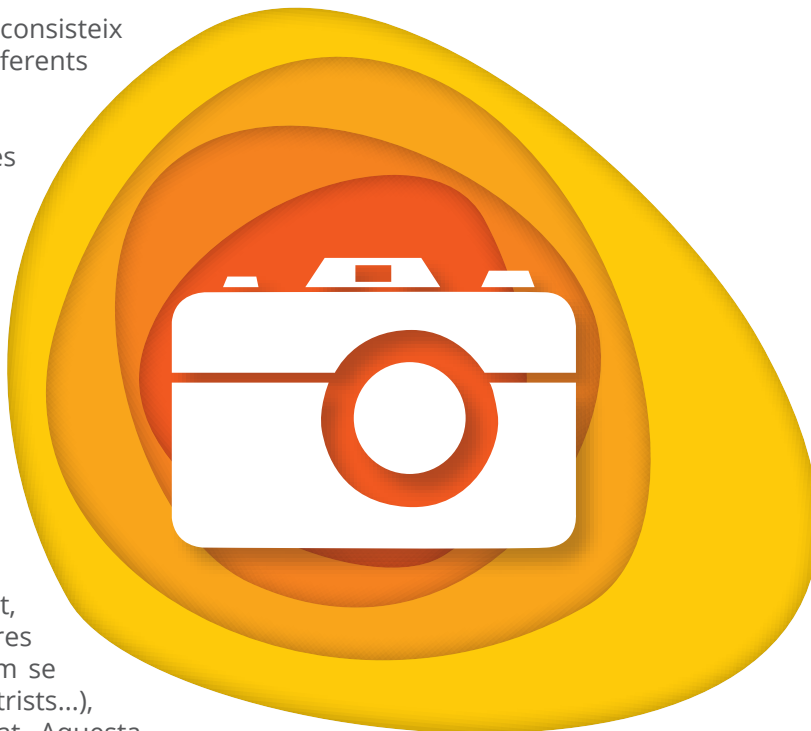
#### Durada aproximada

Aquesta activitat es fa la llarg del dia, en diferents moments.



#### Desenvolupament

1. En grup gran, s'explica que l'activitat consisteix a fer fotografies als altres infants en diferents moments del dia.
2. Es dibuixa una graella amb les rutines del dia que s'han d'enregistrar amb fotografies: bon dia, pati, projecte, ambients, racons, música, psicomotricitat, hàbits i rutines. Cada escola pot adaptar la graella a les seves rutines.
3. Es demana als infants que diguin quin moment o moments del dia els agradaria fotografiar i es fan petits grups, un per a cada una de les rutines seleccionades.
4. S'assigna la càmera a un grup petit, que ha de capturar imatges dels altres infants i intentar que reflecteixin com se senten (si estan contents, enfadats, trists...), durant el moment del dia seleccionat. Aquesta tasca continua fins que han participat tots els grups (un grup cada setmana).



5. Els infants classifiquen les imatges assignant cada una a una emoció bàsica (alegria, tristesa, oi, ràbia i por). Les imatges s'agrupen considerant el tipus d'emoció que representen i se'n fa un mural. Se'ls ha d'ajudar, si escau.

6. En gran grup es reflexiona sobre les imatges exposades al mural. Per facilitar l'expressió d'opinions per part dels infants, se'ls demana què pensen sobre cada imatge. Se'ls pot ajudar fent-los preguntes del tipus: En quina fotografia creis que sentia alegria, tristesa, oi, ràbia i por? Què pot fer-lo sentir així? A aquest infant, li hagués agradat canviar alguna cosa del moment? Tots els infants poden intervenir de manera ordenada i respectuosa.

### » Indicacions

- És possible que algun moment del dia no l'hagi triat cap infant o contràriament, que algun moment l'hagin triat molts d'infants; si és així, se'ls pot proposar un canvi de grup, aconseguint un millor desenvolupament de l'activitat. D'altra banda, per evitar que això passi, es poden organitzar els grups petits, un per a cada rutina.
- A l'hora de classificar les emocions és possible que els infants dubtin. Aquest és un bon moment per reflexionar sobre les diferències de cada persona a l'hora d'expressar una mateixa emoció.

### 📄 Recursos

- Càmera fotogràfica.
- Fotografies.
- Impressora.
- Material fungible (per fer el mural).

### 🧩 Activitats complementàries

- Les imatges impreses de cada moment es poden posar a l'espai corresponent (lloc de benvinguda, ambients, pati...).
- Els documents enregistrats (imatges i converses) es poden posar a l'abast dels infants i de les famílies.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Enregistrament fotogràfic.
- Notes de camp.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 5. Respira

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

La respiració és una de les funcions del nostre cos que està directament relacionada amb les emocions. En situacions de tensió, la respiració és ràpida i sonora; al contrari, en moments de tranquil·litat, es fa pausada i harmònica. Si en moments crítics som capaços de controlar la respiració, de fer-la més conscient i pausada, les nostres emocions es calmen i podem reaccionar amb serenor.

*Respira* és un conte que ajuda els infants a prendre consciència de la respiració, els ajuda a escoltar amb atenció, a concentrar-se i a observar les sensacions del cos, a calmar-se i a viatjar amb la imaginació.

L'activitat es desenvolupa en dues sessions el mateix dia.



#### Objectius

- Utilitzar la respiració conscient en moments de tensió emocional.
- Fer servir la respiració per fer silenci i connectar amb el propi cos.
- Reflexionar sobre les sensacions del propi cos durant la meditació i les respiracions.



#### Durada aproximada

30 minuts cada sessió.



#### Desenvolupament de la primera sessió: meditació

1. Es diu als infants que s'asseguin en rotllana, amb postura d'indi, la mà dreta a la panxa i l'esquerra al pit, sobre el cor.
2. Se'ls diu que facin tres respiracions profundes mostrant-los com fer-ho.
3. Un cop comprovat que saben fer-ho bé, se'ls diu que tornin a respirar profundament tres vegades.
4. Es fa un cercle de diàleg i es demana als infants: Com us heu sentit? Us agradaria incorporar les respiracions a la rutina del «Bon dia»?
5. Es conta el conte Respira.
6. S'enfosqueix l'espai i es posa música relaxant.
7. Es fan els diferents tipus de respiració que s'expliquen en el conte.





### Desenvolupament de la segona sessió: la capsa viatgera de la respiració

1. S'explica als infants que, junts elaboraran una capça dins la qual podran posar els exercicis de respiració del conte que més els hagin agradat.
2. Es prepara la capsa. Dins la capsa hi ha d'haver: el conte, una carta explicativa sobre l'objectiu de l'activitat que es proposa a la família, unes instruccions sobre com dur-la a terme, un vaixell de paper per poder fer la primera respiració i un full en blanc. També ha d'incloure informació sobre els exercicis de respiració que més han agradat als infants i que ells han volgut posar a la capsa. El que es proposa a la família és llegir el conte i practicar alguna de les respiracions, narrar l'experiència en el full en blanc que hauran trobat i, si volen, afegir una fotografia en el diari (vegeu l'annex: «Carta per a la família»).
3. S'estableix un torn per enviar la capsa viatgera a cada família. La capsa pot estar un parell de dies a cada casa.



### Indicacions

- Per dur a terme aquests exercicis és important crear un clima de calma i seguretat, així com un ambient relaxat.



### Recursos

- Conte: Castell-Blanco, I. Respira. Editorial Akiarabooks, 2021.
- Material fungible (capsa, paper...).
- Música.
- Reproductor de música.



### Activitats complementàries

1. Fer una capseta amb imatges, en petit format (mida targeta) de les respiracions i posar-la a l'espai de la calma o al de les emocions. Serveix perquè els infants puguin treure una targeta amb la respiració que els agradi i així saber el que han de fer per dur-la a terme quan considerin que ho necessiten.
2. Demanar a les famílies que facin un vídeo (de manera voluntària) en què ens mostrin com practiquen les respiracions a casa. Es pot visualitzar a la pissarra digital.



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Narració de l'experiència de les famílies.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### ANNEX: CARTA PER A LA FAMÍLIA

---

#### Per què aquest conte?

El conte *Respira* tracta d'un infant que no pot dormir per diferents motius: està nerviós, se sent tot sol... i de com la seva mare l'ajuda a calmar-se usant diferents tècniques de respiració i de relaxació.

La respiració és una de les funcions del nostre cos que està directament relacionada amb les emocions. En situacions de tensió, la respiració és ràpida i sonora; al contrari, en moments de tranquil·litat, es fa pausada i harmònica. Si en moments crítics som capaços de controlar la respiració, de fer-la més conscient i pausada, les nostres emocions es calmen i podem reaccionar amb serenor.

*Respira* és un conte que ajuda els infants a prendre consciència de la respiració, els ajuda a escoltar amb atenció, a concentrar-se i observar les sensacions del cos, a calmar-se i a viatjar amb la imaginació.

Hem d'adquirir hàbits correctes per aprendre a respirar, i fer-ho conscientment, per així aturar el ritme i per dedicar-nos temps a nosaltres.

#### Què heu de fer?

Heu de llegir el conte amb el vostre fill i escollir una de les «respiracions» per practicar-la. Ho podeu fer més d'un dia i rellegir el conte tantes vegades com vulgueu. Llavors ens agradaria que ens explicàssiu la vostra experiència al full que trobareu dins aquesta capsa i, si és possible, que hi poseu una fotografia. No us heu de preocupar per l'idioma, només us demanam una lletra entenedora per poder llegir la vostra experiència i compartir-la amb tots els infants.

### GRÀCIES PER LA VOSTRA COL·LABORACIÓ!

## 4. L'art d'estimar



## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 6. Espai de la calma

---



#### Adreçada a infants a partir de 6 mesos

Aquesta activitat consisteix a crear un espai de la calma dins l'aula, entre tots els infants i amb la col·laboració de les famílies.

La finalitat d'aquest espai és ajudar els infants a recobrar la calma en moments de tensió o de desregulació emocional. Els permet estar un temps tot sols o amb algun company o companya i afavoreix la resolució de conflictes i l'expressió d'emocions que poden fer visibles una possible situació de risc.

L'espai pot ser un lloc de l'aula ambientat adequadament o una zona per amagar-se (un moble baix amb cortines, una tenda de campanya petita, un tipi...) amb coixins a dins i amb estris que els infants identifiquin amb la calma i la relaxació (objectes, imatges, contes...).



#### Objectius

- Saber utilitzar l'espai de la calma en les situacions de desregulació emocional.
- Regular les emocions i saber tornar a un estat ajustat de les emocions que entri dins dels rangs convencionalment acceptats per a les respostes emocionals.
- Identificar i expressar quina situació origina la desregulació emocional, en funció de l'edat, estat emocional i nivell de maduresa.



#### Durada aproximada

El temps que cada infant necessiti per recobrar la calma.



#### Desenvolupament

1. S'explica a les famílies que es crearà un espai de la calma dins l'aula i quina n'és la finalitat. Se'ls demana que aportin, si poden, elements per posar dins l'espai (vegeu l'apartat de materials i recursos necessaris, elements que poden servir per a l'espai de la calma).

2. S'explica als infants que es crearà l'espai, quina és la seva utilitat i com el poden fer servir. No hi ha un temps definit o establert per utilitzar l'espai, els infants poden anar-hi quan ho vulguin i estar-hi el temps que necessitin.

3. Es crea l'espai conjuntament amb els infants. L'element principal de l'espai de la calma pot ser algun objecte o grup d'objectes que els infants relacionin amb el benestar i la calma: la mascota de la classe o altres objectes que estimulin i afavoreixin la relaxació.





4. Quan s'observi que un infant està en una situació de tensió o de desregulació emocional i es valori que l'espai de la calma és un bon recurs perquè es tranquil·litzi, es pot animar i convidar l'infant, des de la comprensió i amb un to amable, a usar-lo: «Potser, si ho proves, això t'ajuda», «T'agradaria veure què hi ha a l'espai de la calma?», «Potser trobam allà una pista del que necessites», «Què et sembla si hi anam per descobrir el que et passa?». L'infant ha d'accedir a l'espai de la calma per voluntat pròpia, sense sentir-se obligat o pressionat. La primera vegada que un infant visita l'espai de la calma, se'l pot acompanyar i aprofitar per explicar-li com utilitzar-lo i dir li que és un recurs que pot emprar sempre que ho necessiti.

### » Indicacions

- La desregulació emocional consisteix en una manca de control sobre la pròpia conducta, caracteritzada per una hiperactivitat emocional amb dificultat per tornar a un estat de calma. Aquest terme es refereix a respostes emocionals intenses (agradables i desagradables) que no entren dins els rangs convencionalment acceptats per a les respostes emocionals. Pot estar relacionada amb l'aprenentatge de determinades formes familiars d'expressar les emocions, amb trastorns mentals o de personalitat, amb l'experimentació de traumes psicològics primerencs, negligència en les cures de l'infant, maltractaments o abusos.
- Cal adaptar el material proposat a l'edat madurativa dels infants.
- Si l'infant vol pot convidar algun company o companya a anar junts a l'espai de la calma. També pot dur a l'espai un objecte que no formi part dels elements habituals de l'espai.

### 📌 Recursos

- Una petita estora o coixí perquè hi puguin seure, estirar-se, posar-se còmodes o tapar-se perquè no els vegin, que generi la sensació de seguretat i protecció.
- Un peluix per abraçar, ninots que representen i ajuden a expressar les emocions pròpies.
- Un globus, un bufador, una canyeta o un cilindre buit, elements que ajuden a inspirar i exhalar i promouen la relaxació per mitjà de la respiració. Cada infant ha de tenir els seus objectes d'ús personal dins un estoig tancat.
- Objectes que estimulin a través del sentit de l'olfacte, com una bosseta de flors aromàtiques, un ambientador, un ninot o un mocador amb la seva colònia preferida.
- Música relaxant o algun instrument que emeti un so prolongat, o que desaparegui amb lentitud, campanetes, pals de pluja o bols. Una capseta de música o un sonall.
- Materials per pintar i dibuixar: llapis, retoladors, fulls de colors, mandales...
- Contes, revistes, targetes d'emocions, fotos d'imatges harmonioses o que provoquin el record d'una situació en què hagin gaudit o que els hagi proporcionat satisfacció.
- Una llanterna, un llum càlid o un llum de nit que projecti figures, afavorint la relaxació a través de la vista.
- Bolles de neu, rellotges d'arena o botelles de la calma o qualsevol objecte que els permeti observar els elements que s'hi contenen i centrar-hi l'atenció, ajudant a contenir la dispersió de pensaments.
- Flascons amb boletes humides, trossets de teles amb diverses textures, elements naturals, pals, pedres, fulles, flors, etc.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 6. Espai de la calma

---



#### Activitats complementàries

- Fer un cercle de diàleg per demanar als infants què necessiten per poder tranquil·litzar-se: Quines coses em donen calma? Què necessit quan tenc nervis? Què m'agradaria tenir a l'espai de la calma?



#### Avaluació

- Observació directa.



## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 7. Explosió d'emocions

---

Aquesta activitat es pot utilitzar en diferents moments del dia com un recurs per ajudar els infants a alliberar tensió emocional o en situacions de desregulació emocional.

 **Adreçada a infants a partir de 2 anys**

#### **Objectius**

- Alliberar tensió emocional.
- Verbalitzar les emocions i familiaritzar-se amb el llenguatge per expressar-les.
- Relacionar emocions amb comportament.

#### **Durada aproximada**

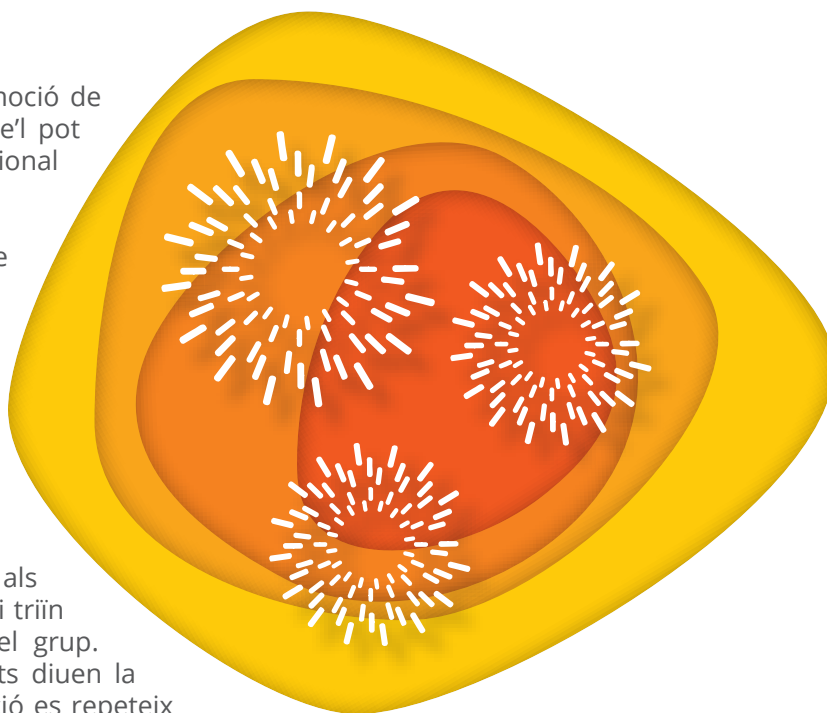
30-45 minuts

#### **Desenvolupament**

1. Quan un infant expressa una emoció de forma extrema, sigui quina sigui, se'l pot ajudar a alliberar la tensió emocional mitjançant les tècniques següents:

- El coet: s'explica als infants que tot el grup farà com si fossin un coet que s'enlaira. Se'ls diu que ho han de fer ajuntant les mans, flexionant les cames i aixecant les mans amb força per enlairar el coet. Aquesta tècnica es repeteix tres vegades seguides.
- Crit controlat: es demana als infants que es posin en rotllana i triïn una paraula que agradi a tot el grup. Es compta fins a tres i tots junts diuen la paraula fent un crit. Aquesta acció es repeteix tres cops seguits.

2. Després d'alliberar la tensió, es diu als infants que facin un dibuix en què apareguin ells mateixos o el grup, fent de coet o mentre cridaven, i després que expliquin com se sentien abans de fer la tècnica i després de fer-la.



3. Un cop fet el dibuix i després d'escoltar el que han contat els infants, se'ls explica que expressar les emocions és saludable (bo) sempre que una persona no es faci mal a si mateixa o a altres persones. També se'ls pot dir que totes les emocions ens ajuden a saber què ens passa i ens permeten comunicar com ens sentim a les persones que ens envolten. Aquest és un moment que s'ha d'aprofitar per parlar sobre què ha provocat la situació de tensió o de desregulació emocional i sobre què troben que han de fer si es torna a repetir.

### » Indicacions

- Abans de realitzar les diferents dinàmiques convé que s'escenifiqui la tècnica del coet o del crit controlat, així els infants poden observar com s'ha de fer i animar-se a fer-ho.
- Si es considera oportú, es pot explicar que cada emoció (tant si és agradable com si no ho és), segons quina en sigui la intensitat, ens pot dur a comportaments saludables o cap a altres que ens posen en risc (vegeu l'annex de les dues cares de les emocions, a l'activitat 3).

### ✍ Materials o recursos necessaris

- Material fungible (paper, pintures...).
- Càmera fotogràfica o mòbil per enregistrar l'activitat.
- Fotografies (si es vol enregistrar gràficament l'execució de les tècniques).
- Impressora.

### ☑ Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 8. Així són les meves emocions

---



**Adreçada a infants a partir de 3 anys.**

**La sessió de la música de les emocions es pot fer a partir de 2 anys**

L'activitat es desenvolupa en quatre sessions consecutives, cada una en dies diferents.



#### Objectius

- Identificar, distingir i expressar les diferents emocions.
- Mostrar seguretat a l'hora d'expressar idees, emocions i sentiments.
- Emprar els diferents llenguatges per comunicar emocions i sentiments.
- Relacionar-se positivament amb els altres, adequant progressivament el propi comportament.



#### Durada aproximada

30-45 minuts cada sessió.



#### Desenvolupament de la primera sessió: una pluja d'emocions

1. Es crea un espai acollidor, que convidi a escoltar, a reflexionar i parlar, i s'indica als infants que es col·loquin en cercle, de manera que es puguin veure els uns als altres.

2. La mestra o el mestre es col·loca formant part del cercle i diu als infants que contarà un conte sobre les emocions. En aquest moment, els explica què són les emocions.

3. Es conta el conte i, seguidament, s'estableix un torn de paraula per parlar de les diverses emocions que sorgeixen al conte i per enregistrar les aportacions de cada infant.



#### Desenvolupament de la segona sessió: expressam les emocions

1. Es mostren als infants imatges de les cinc emocions bàsiques i se'ls demana que les anomenin i les escenifiquin.

2. Durant la sessió, es fan fotografies de cada infant mentre expressa les cinc emocions bàsiques.

3. Finalitzada la sessió, es reuneixen les fotos de cada infant per utilitzar-les en la tercera sessió.



### Desenvolupament de la tercera sessió: tenc una caseta d'emocions

1. Es demana a les famílies que els infants portin de casa una capsa de sabates que es farà servir com la caseta de les emocions de l'infant. A l'espai d'art o a un espai de l'aula els infants disposaran de material per pintar la seva capsa de manera lliure, com més els agradi.
2. A cada infant se li donen fotografies en què ell o ella expressa les emocions bàsiques. Els infants que vulguin poden escriure el nom de cada una (depenent del nivell maduratiu en què es trobi l'infant).
3. Les imatges es fiquen a la capseta de les emocions.
4. Durant l'assemblea del matí cada infant agafarà la seva capseta la imatge que mostra l'emoció que sent per col·locar-la al plafó «Avui em sent».



### Desenvolupament de la quarta sessió: la música de les emocions

1. Es mostra una imatge que es correspon amb una emoció bàsica i es posa música seleccionada per a cada emoció. Seguidament, es convida els infants a expressar l'emoció seguint el so:

- Alegria: amb una guitarra es fa música i els infant ballen i piquen de mans.
- Tristesia: es fa sonar un triangle com si fos una pluja constant i lenta, mentre els infants també emulen la pluja amb els dits seguint el ritme
- Ràbia: amb un tambor gran es fan sons contundents, lents i rítmics. Els infants piquen de mans en terra o sobre els genolls, primer fort i ràpid, després silenci, i es va repetint.
- Por: amb un xilòfon es fan sonar notes aleatòries molt fluixes, fent cromatismes, com a molt amb dues notes seguides. Els infants fan sons amb les castanyetes.
- Fàstic: amb un acordió o amb una harmònica es van fent sons de manera ascendent i descendent. Els infants es mouen de manera lliure pels espais.

2. Es repeteix aquest procés fins haver vist les imatges de les emocions bàsiques i haver-les expressades.



### Desenvolupament de la cinquena sessió: el color de les emocions

1. S'elabora un plafó amb les cinc emocions bàsiques.
2. Al començament del curs, es prepara per a cada infant una pinça d'estendre amb el seu nom i/o imatge.
3. Durant l'assemblea del «Bon dia», s'explica als infants que cada un, si vol, pot expressar com se sent i pot col·locar la seva pinça en l'emoció corresponent.
4. També se'ls diu que aquesta situació pot anar variant al llarg del dia i que sempre que hi hagi un canvi poden moure la pinça de lloc. Quan un infant mou la seva pinça es pot aprofitar per tenir una petita conversa sobre quin ha estat el motiu que l'ha duit a fer-ho: Què ha passat? Què t'ha fet canviar la pinça de lloc?
5. La intervenció de la mestra o el mestre ha de ser la d'escoltar els infants i ajudar a interpretar les emocions, ja sigui per resoldre un conflicte, ajudar a posar paraules als sentiments...

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 8. Així són les meves emocions

---

#### » Indicacions

- En la primera sessió s'ha de considerar que els infants podran anomenar les emocions segons quin sigui el seu nivell de maduració i els coneixements previs. Aquest aspecte s'ha de tenir en compte en l'avaluació.

#### 📄 Recursos

- Conte sobre les emocions.
- Imatges d'emocions.
- Material fungible (capses, paper, pintures, pinzells, esponges...).
- Reproductor de música.
- Pissarra digital.
- Càmera fotogràfica.
- Fotografies.
- Impressora.

#### 🧩 Activitats complementàries

- Disposar un espai a l'aula on els infants puguin trobar l'emocionari de l'aula i activitats que els permetin reforçar o ampliar la informació sobre les emocions bàsiques (tristesa, alegria, por, ràbia i fàstic). Un exemple d'activitat és que puguin associar cada imatge de l'emoció (diferents fotografies) amb un dels pictogrames que representen les emocions bàsiques. Els pictogrames ofereixen una forma d'expressió distinta al llenguatge oral i ajuden l'infant a disminuir o compensar les dificultats que hi pugui tenir, tant si són pròpies del seu procés de maduració, com si li són inherents com a persona.
- Imatges de vegetals: aquesta activitat consisteix a explicar de manera diferent el concepte de les emocions, utilitzant el llibre d'Elffers, J., i Freymann, S., *Vegetal como sientes. Alimentos con sentimientos* (editorial Anfora Plateada, 2007). Es pot visualitzar a la pissarra digital: <https://www.youtube.com/watch?v=pqexYN5LUwQ>
- Es pot contar el conte de De Pennart, G., *El llop sentimental* (editorial Corinbo, 2004), per tractar el tema dels estereotips de gènere i les emocions.

#### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Diari anecdòtic.
- Fotografies.





## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 9. Cuidar-se també és estimar

---

 **Adreçada a infants a partir de 2 anys**

#### **Objectius**

- Expressar quin significat es dona a la paraula amor.
- Identificar diferents activitats de cura del propi cos.
- Expressar les emocions que se senten quan es té cura del propi cos i, si són emocions desagradables, verbalitzar per què se sent malament amb aquestes activitats.
- Relacionar la cura del cos i de la pròpia imatge amb el fet de manifestar amor cap a si mateix.

#### **Durada aproximada**

45 minuts

#### **Desenvolupament**

1. Es presenta un conte d'hàbits i rutines, i s'explica als infants la importància d'estimar-se i valorar-se a un mateix.

2. Se'ls presenta un titella que ha d'escenificar els hàbits sorgits en el conte i reparteix una imatge d'un cor a cada infant. Se'ls explica que quan el titella faci coses per cuidar-se (com rentar-se les dents, pentinar-se, dormir perquè està molt cansat, escoltar música...) li han d'oferir el cor.

3. Tot seguit s'inicia un cercle de conversa sobre l'amor i la cura del nostre cos a partir d'una sèrie de preguntes: Què és l'amor? A quines persones estimau? Cuidar el nostre cos és amor? Es dona el temps suficient entre pregunta i pregunta perquè tots els infants que vulguin puguin contestar.

4. Una vegada han contestat es recullen les respostes i es fa un mapa conceptual a un mural per exposar a l'aula (vegeu l'annex).

5. Cada infant pot fer un dibuix del que s'ha parlat durant la conversa i es pot afegir al mural.



### » Indicacions

- Es pot utilitzar el conte Així és el meu cor.
- Es pot triar un conte de la classe o demanar als infants si tenen contes a casa d'hàbits i rutines (vestir-se tot sol, rentar-se les mans, dutxar-se, pentinar-se...) i si els volen dur un dia a l'escola.
- Aquesta activitat pot ser bona per complementar l'aprenentatge dels hàbits i rutines i per treballar l'autonomia amb una mirada diferent: les emocions i l'amor cap a un mateix.

### 📄 Recursos

- Conte: Witek, J. Així és el meu cor. Editorial Brúixola, 2014.
- Titella.
- Material fungible per dibuixar.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Mapa conceptual.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### ANNEX. MAPA CONCEPTUAL

---



## 4. L'art d'estimar



## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 10. Umpl el buit

---



#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

El buit és la història de na Júlia, una nina molt feliç que un dia deixa de ser-ho. Aleshores, és quan un forat buit comença a créixer dins seu, i es fa més i més gros. Na Júlia no ho entén i cerca impulsivament la manera de tapar-lo. Intenta trobar el tap adequat per tapar el forat. En prova de diferents, però no n'hi funciona cap. On és, idò, la solució? Na Júlia intueix que no és defora, que ha de cercar dins ella mateixa i que ha d'explorar per esbrinar què necessita per sentir-se bé. Connecta amb ella mateixa i comença a construir un món nou ple de vida, d'una vida nova per compartir.



#### Objectius:

- Identificar, distingir i expressar les diferents emocions.
- Emprar els diferents llenguatges per comunicar emocions i sentiments.
- Expressar aspectes positius propis.
- Demostrar cura per l'estat emocional propi.
- Demostrar que es poden identificar situacions del propi entorn que fan sentir malament.



#### Durada aproximada

De 45 minuts i una hora.



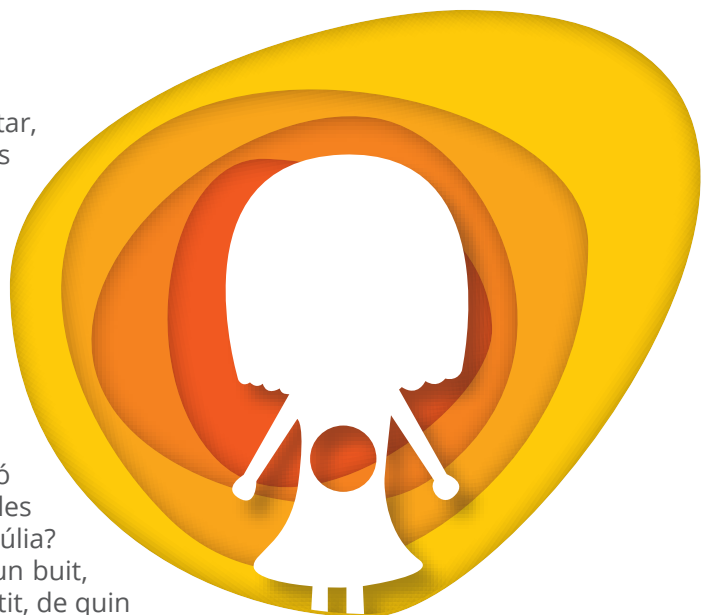
#### Desenvolupament

1. Es crea un espai acollidor, que convidi a escoltar, a reflexionar i a parlar, i s'indica als infants que es col·loquin en cercle, de manera que es puguin veure els uns als altres.

2. La mestra o el mestre es col·loca formant part del cercle i diu als infants que contarà un conte sobre una nina, na Júlia, que sent un buit dins ella.

3. Es conta el conte El buit i seguidament s'estableix un torn de paraules per parlar sobre les diverses emocions que sorgeixen en el conte i sobre la relació que tenen amb el buit que sent na Júlia. Exemples de preguntes que es poder fer: Què li passa a na Júlia? Per què sent que té un buit a dins seu? Tenim algun buit, nosaltres? Si en tenim, com és aquest buit: gros, petit, de quin color? Quines emocions són les que sentim: por, tristesa, alegria...? Com podem omplir el nostre buit?

4. A l'espai d'art o a la classe es proposa als infants que modelin fang o facin un dibuix per representar allò que els fa sentir feliços, o bé allò que els fa sentir el buit. Un cop enllestida la seva producció, se'ls demana que l'expliquin. Aquestes explicacions poden servir per avaluar i ajudar els infant a resoldre les situacions que els provoquen malestar i que ells no poden resoldre per si sols.



### » Indicacions

• Deixant que els infants expressin amb l'art allò que senten, la mestra o el mestre té l'oportunitat d'observar l'acceptació i l'autoestima que es tenen. Amb aquesta activitat s'introdueixen les emocions i l'amor cap a un mateix, així com el poder de transformar la pròpia vida.

### 📄 Recursos

- Conte: Llenas, A. El buit. Granada: Bárbara Fiore, 2015.
- Material fungible per dibuixar.
- Fang.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Produccions dels infants.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 11. Ens divertim fent ioga

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

La nostra societat és rica en estímuls i el ritme de vida és frenètic; això genera estrès en els nostres infants i fa que la seva atenció es dispersi. La pràctica de ioga i de diferents tècniques de relaxació ajuden els infants a lluitar contra l'estrès al qual estam sotmesos i a millorar en el seu procés d'ensenyament-aprenentatge.



#### Objectius

- Assolir un bon esquema corporal i un control postural òptim en funció del nivell maduratiu i de les capacitats.
- Augmentar la capacitat de concentració, focalitzant l'atenció en la respiració i la postura corporal.
- Respectar l'atmosfera d'harmonia que requereix la pràctica del ioga.



#### Durada aproximada

Entre 30 i 40 minuts



#### Desenvolupament

1. Es prepara l'ambient amb llum feble i música relaxant.
2. Els infants es lleven les sabates i es col·loquen en rotllana.
3. Conversa en rotllana. La primera vegada que els infants fan l'activitat se'ls explica el significat de la paraula ioga. Quan els infants ja coneixen l'activitat, la conversa inicial pot tractar sobre com se senten aquell dia, tant físicament com emocionalment.
4. Escalfament. Es convida als infants a imitar, amb la cara, els sons i les expressions de l'animal. Se'ls diu que es poden moure de forma lliure per dins la sala.
5. Es mostren als infants imatges del conte Fem ioga o d'algun altre recurs publicat amb imatges de diferents postures de ioga. Se'ls explica que les postures de ioga s'han de fer de forma relaxada, sense forçar el cos, que cada un ha de fer el que pugui, sense fer-se mal.
6. Mentre es fan les postures que s'observen a les imatges, es diu als infants que centrin l'atenció en la respiració i en la posició del cos.





7. Quan s'han fet totes les postures es fan exercicis de respiració o de relaxació.

8. Per tancar la sessió, es conversa sobre el sentit per a cada infant i sobre el que els ha agradat més.

### » Indicacions

- És important introduir als infants en el ioga d'una manera lúdica, per això és interessant emprar un conte.
- La mestra o el mestre ha d'adoptar una actitud positiva i tranquil·la, per poder-la transmetre als infants. Si sorgeixen conflictes s'han de tractar amb escolta i diàleg. Practicar ioga significa seguir una filosofia d'entendre les relacions, no només una activitat física.
- Si un infant no vol participar, se'l convida a sortir de la sessió sempre que no destorbi l'activitat dels companys i se li diu que pot tornar, amb silenci, quan vulgui.
- Es pot començar fent sessions curtes i anar-les allargant.

### 📄 Recursos

- Roba còmoda per afavorir la llibertat de moviment.
- Calcetins indicats per fer psicomotricitat.
- Superfícies toves com un matalàs prim o una manta per posar en terra, tantes com infants.
- Música relaxant.
- Reproductor de música.
- Contes sobre el ioga.

### 🧩 Activitats complementàries

1. Dibuixar i pintar a l'ambient d'art, amb música de relaxació, l'animal que han representat a la sessió de ioga.
2. Mostrar diferents vídeos a la pissarra digital:
  - Salutació al sol cantada: <https://www.youtube.com/watch?v=7fHpf4A9P1I>
  - Meditacions per a infants: <https://www.youtube.com/watch?v=f7t4ansPTac>
  - Ioga per a infants, les postures dels animals, tutorial per practicar ioga: <https://www.youtube.com/watch?v=jMOZz7GHaog&t=29s>
  - Yoga para niños, Kef Yoga, La hormiga que quería ser astronauta. Un cuento con yoga: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_EaQOnpFBhU](https://www.youtube.com/watch?v=_EaQOnpFBhU)
  - Yoga Time! Jungle Safari: Kids Yoga and Nursery Rhymes (anglès): <https://www.youtube.com/watch?v=C4CaR0syf1g>

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 12. Tranquil·litat i atenció

---

#### Adreçada a infants a partir d'1 any

La pràctica de la relaxació a l'educació infantil ajuda a canalitzar les energies dels infants, a ajustar el nivell d'activació i produeix un benestar global. La relaxació ens ajuda a estar millor amb nosaltres, aportant-nos equilibri i autocontrol.

L'atenció plena o mindfulness consisteix a mantenir l'atenció l'aquí i ara, mostrant una actitud oberta, amable i relaxada, incorporant l'entrenament de la capacitat d'atenció i de concentració. Iniciar els infants en la pràctica del mindfulness suposa oferir-los un recurs que facilita el reconeixement i la comprensió de les seves emocions, la qual cosa es tradueix en un millor coneixement de si mateixos i en una millor gestió emocional.

Tant la relaxació com la pràctica del mindfulness ajuden a allunyar-se dels problemes i de les dificultats d'un mateix i a desenvolupar l'empatia i la solidaritat cap als altres.

Aquesta activitat es desenvolupa en dues sessions que es realitzen el mateix dia, de forma consecutiva.

#### Objectius

- Potenciar la memòria i l'atenció.
- Millorar la concentració i l'autocontrol.
- Disminuir la impulsivitat i potenciar el benestar.
- Desenvolupar les habilitats naturals de resolució de conflictes.
- Millorar l'autocontrol i la capacitat de tranquil·litzar-se.

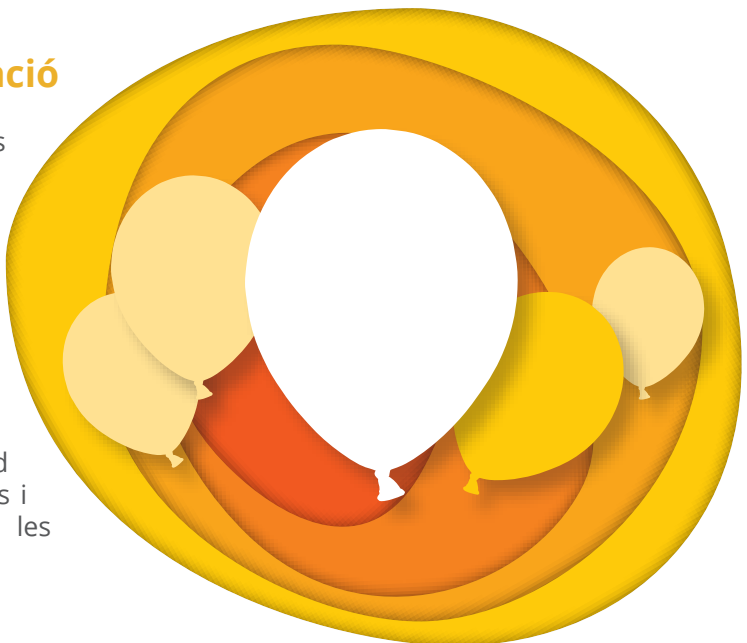
#### Durada aproximada

Entre 30 i 45 minuts cada sessió

#### Desenvolupament de la primera sessió: relaxació

1. Relaxació: es comença introduint diferents tècniques de relaxació:

- En el primer cicle d'educació infantil la relaxació és una de les activitats que fomenta la calma, la sensació de benestar físic i emocional dels infants. Aquesta activitat es pot dur a terme utilitzant els massatges, la música, els jocs de falda, les paraules, el gest... Cal assegurar abans que l'infant està còmode i crear un ambient càlid amb un to de veu baix i lent, sense renous i amb temperatura agradable a l'espai i a les mans.



## 4. L'art d'estimar

• En el segon cycle d'educació infantil la relaxació segueix tenint un paper fonamental, afegint-hi imatges positives que aporten sensacions agradables. En rotllana, asseguts, es proposa als infants que imaginin diverses situacions relaxants:

- Tenim una llimona a la mà i l'espremем lentament per treure'n tot el suc.
- Som uns moixos i ens estiram molt i molt.
- Feim la tortuga amb el coll amagat a la closca.
- Feim d'eriçó amagant-nos dins una bolleta.
- Imaginam un lloc on ens agradi ser: Com ens hi sentim? Gaudirem d'aquestes sensacions?

2. Per finalitzar la sessió de relaxació del segon cycle d'educació infantil es demana als infants que, a poc a poc, obrin els ulls i s'aixequin sense presses. Mentre s'aixequen, poden explicar el que han imaginat i com s'han sentit.

### Desenvolupament de la segona sessió: mindfulness

1. Per fer la sessió de mindfulness es poden utilitzar diferents tècniques:

• **Passar el globus:** consisteix a seure els infants en un cercle i que es passin un globus de l'un a l'altre, al més aviat possible. Després se'ls demana que facin el mateix, però molt lentament. Un cop han acabat de passar-se'l, se'ls demana que expliquin de quines coses s'han adonat quan passaven el globus lentament i quines els han passat desapercebudes quan el passaven aviat. Es poden fer preguntes per ajudar els infants: Us ha cridat l'atenció alguna cosa mentre passàveu el globus a poc a poc? Com l'agafava l'altre? Quina cara posava? Com sentíeu el globus a la mà? Era suau? Es tracta de fer que se n'adonin i reflexionin sobre la sensació d'alegria quan el globus passava ràpidament, però quan la fan lentament poden apreciar altres coses que passen desapercebudes.

• **Som una superheroïna o un superheroï:** amb aquesta activitat els infants han de posar-se en una posició de «poder», com si fossin superherois, és a dir, drets, amb l'esquena recta, els braços en gerra i els ulls tancats. Per convertir-se en superherois o superheroïnes han de ser capaços d'optimitzar els seus sentits al màxim i per aconseguir-ho tothom ha d'estar en silenci durant uns minuts.

• **La campana i el so del silenci:** en aquesta activitat els infants han d'estar asseguts i amb els ulls tancats, mentre es fa sonar una campana (és important que sigui un instrument amb una gran vibració, com, per exemple, la dels tibetans). Els infants han d'escoltar atentament el so i han d'aixecar les mans quan no escolten, és a dir, quan el so ha desaparegut completament.

• **Som alienígenes!:** aquesta activitat consisteix a jugar a fer veure que tots som extraterrestres que acabam d'aterrar en un planeta desconegut. S'ofereix a cada infant un tros de fruita o un altre aliment i se'ls explica que el descriguin amb els cinc sentits, ja que és una cosa que no han vist mai: de quin color és, quina olor fa, quin gust té, la textura, el pes, si fa renou en mossegar-la, etc.

• **Miram com espies:** en aquest cas es pretén desenvolupar la concentració a través de la quietud i del silenci, però amb els ulls oberts. S'explica als infants que són espies i que han de mirar un objecte en moviment fixant-se, fins i tot, en els detalls més significants. Per dur a terme aquesta activitat es poden utilitzar llums que canvien de color, rellotges d'arena o d'aigua, espelmes o botelles de la calma. Al final la mestra els pregunta: Què ha observat la teva ment atenta? Què has descobert, espia?

• **No deixis que soni!:** aquest joc consisteix a posar els infants en cercle, asseguts a terra i oferint a un d'ells un cascavell. La consigna és que l'ha de passar a la parella de la seva dreta, i així successivament, però evitant que el cascavell soni, és a dir, s'ha de fer amb molta cura i posant-hi molta atenció. Una variant d'aquesta activitat pot ser fer el mateix, però amb un tassó ple d'aigua evitant que vessi.

## 4.1 Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

### Activitat 12. Tranquil·litat i atenció

---

• **Part meteorològic:** els infants s'asseuen còmodament i se'ls demana que tanquin els ulls i mirin cap a dins per esbrinar com se senten. Per ajudar-los, i perquè cada infant participi es pot fer la pregunta: «Quin temps fa al teu interior?», perquè cada infant la respongui. També pot ser útil fer comparacions com: «Fixa't si el sol brilla i et sents bé i amb tranquil·litat, o bé si hi ha nigs i està a punt de ploure o de caure una tempesta...»

• **Som granotes:** amb aquesta activitat es treballa la respiració diafragmàtica. Es demana als infants que siguin granotes i que, com a tals, respirin d'una manera especial: quan agafin l'aire han d'inflar molt la panxa i quan treguin l'aire la panxa s'ha d'enfonsar.

• **Som detectius... Què falta?:** amb aquest joc els infants desenvolupen l'observació i la memòria. Es tracta de posar deu objectes quotidians en una capsula i mostrar-los als infants, donant-los uns segons per mirar-los a tots. Després se'ls cobreixen els ulls amb un mocador i s'eliminen un o dos objectes de la capsula. A continuació se'ls demana que es destapin els ulls, que mirin la capsula i tractin d'endevinar quin hi falta.

• **Atenció, què sona?:** aquest exercici és com l'anterior, però en lloc de treballar la vista es desenvolupa el sentit de l'oïda. La mestra o el mestre presenta diversos instruments o objectes que sonen i demana als infants que tanquin els ulls i n'identifiquin el so. Després els demana: «Quin objecte o instrument ha sonat?» També se'ls pot demanar que, amb els ulls tancats, assenyalin d'on ve el so.

• **Veig, veig... Et veig:** els infants han de seure en parelles i un enfront de l'altre s'han de mirar als ulls durant uns minuts. A través d'aquesta activitat es desenvolupa l'empatia i s'afavoreix el desenvolupament de vincles afectius.

2. Per concloure l'activitat es demana als infants si els ha agradat fer l'activitat, si els ha sorprès alguna cosa...

### » Indicacions

- Aquesta activitat no es pot allargar gaire; amb deu minuts diaris, entre relaxació i mindfulness, n'hi ha prou.
- Cal assegurar-se que els infants estan còmodes.
- És fonamental crear un ambient tranquil i relaxat.
- La constància és important. Per crear l'hàbit aquests exercicis s'han de practicar cada dia. L'ideal és dur a terme les activitats sempre a la mateixa hora del dia i al mateix lloc. A poc a poc es van incorporant a la rutina diària de l'assemblea del tancament del «Bon dia» o al moment de relaxació en tornar del pati.

### 📄 Recursos

- Globus.
- Campana.
- Aliments per degustar.
- Llums, espelmes.
- Relotges d'aigua.
- Botelles de la calma.
- Cascavells, instruments musicals.
- Mocadors.
- Música relaxant.
- Reproductor de música



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.



## 4.2 RELACIONAR-SE

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Adquirir progressivament una forma de comunicació empàtica i assertiva.** L'infant ha de mostrar respecte envers les diferents cultures i les diferents formes de viure. Ha de demostrar que sap escoltar amb la intenció d'entendre els sentiments i comportaments de les altres persones i que sap posar els límits que té a l'abast, de forma respectuosa, per defensar la seva integritat física i emocional, el seu benestar i els seus interessos.

- **Comprendre i posar en pràctica les normes que es deriven dels principis ètics de les relacions.** L'infant ha de demostrar que comprèn què és i que no és una bona amistat, i ha d'aprendre a respectar les necessitats de les altres persones desenvolupant actituds de responsabilitat i col·laboració.

### Conceptes clau

- diversitat
- respecte
- empatia
- autoestima
- escolta activa
- comportament assertiu
- responsabilitat
- col·laboració

### Activitats

1. Tots iguals, tots diferents
2. La meva cara
3. Conte: Orelles de papallona
4. De qui és?
5. Conte: Monstre rosa
6. Un moment per a cada aniversari
7. Resoldre el cademat
8. Moviment lliure i únic
9. Som únics, no diferents
10. Compartir el silenci



## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 1. Tots iguals, tots diferents

---



Adreçada a infants a partir de 4 anys



#### Objectius

- Acceptar-se i prendre consciència del propi cos.
- Demostrar respecte envers la diversitat: de formes físiques, en la manera de fer les coses, aspectes culturals...
- Valorar les aportacions pròpies i respectar les dels altres.



#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. Tothom s'asseu en cercle i s'explica als infants que, durant una estona, pensaran i conversaran sobre si les persones som iguals o si som diferents.
2. Es consensuen les normes per als moments de conversa, per exemple: demanar el torn de paraula, escoltar qui parla, no interrompre...
3. Es llegeix el poema de Sandra Pequerul «Tots iguals, tots diferents», i tot seguit s'inicia la conversa amb la pregunta següent: «Som tots iguals o som diferents?»
4. Per respondre a la pregunta, es diu als infants que primer aixequin la mà els que pensen que totes les persones som iguals, després que els primers baixin les mans i l'aixequin els qui pensen que les persones són diferents.
5. Un cop els infants han contestat, s'anima la conversa amb dues preguntes més: «Però si tots tenim ulls, nas, boca, braços... idè som iguals?», «Què ens fa diferents?» Els infants poden intervenir demanant i respectant el torn de paraula.
6. L'activitat conclou quan han opinat tots els infants.







### Recursos

- Poema «Tots iguals, tots diferents», de Sandra Pequerul.



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## ANNEX. POEMA «TOTS IGUAL, TOTS DIFERENTS» DE SANDRA PEQUERUL

Tots iguals, tots diferents,  
diferents cultures, diferents comportaments,  
diferents zones i diferents colors de pell.  
Però en el fons tots som persones,  
tots tenim sentiments.

Què més dona si del Sud o del Nord,  
si de l'Est o de l'Oest?  
Tots riem, tots plorem,  
a tots ens surt sang  
quan un cop ens donem.

I la gent que sigui racista  
ho perd tot a la seva vida.  
Què importa el color de la pell  
si no som pas diferents?

No esclavitzis els de lluny,  
a tots ens fa mal un cop de puny!  
I per fi, per acabar,  
he de dir que som iguals.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 2. La meva cara

---



**Adreçada a infants a partir de 4 anys**



#### Objectius

- Acceptar-se i prendre consciència del propi cos.
- Demostrar respecte pels altres tenint en compte les diferències físiques, culturals...
- Conèixer i respectar les necessitats i les demandes dels altres.
- Desenvolupar actituds de col·laboració, respecte i ajuda.
- Evitar comportaments de submissió o domini.
- Respectar les aportacions pròpies i les dels altres infants.



#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. Es prepara l'aula col·locant un mirall sobre una taula.
2. Tothom seu en cercle i s'explica als infants que l'activitat que faran consisteix a fer un retrat de la seva cara, i a descriure oralment el dibuix fet.
3. Tot seguit, els infants es miren al mirall i se'ls facilita l'espai i els materials per fer el retrat, deixant-los el temps necessari perquè puguin acabar la seva obra amb tranquil·litat.
4. A continuació, cada infant ha de descriure les característiques pròpies: els cabells, la pell, els ulls, les orelles, la boca... Per ajudar, la mestra o el mestre pot fer-ho primer, a tall d'exemple.
5. Posteriorment es conversa sobre el tema de les diferències entre les persones, quan són infants, quan són adultes i sobre el significat de les diferències. Es pot orientar la conversa fent preguntes com: Què passaria si tots fóssim iguals? És important que ens estिमem tal com som? Per què?...



6. La conversa es tanca destacant els aspectes següents:

- Cada persona és única i especial, no hi ha cap persona igual a tot el món.
- És important estimar-nos com som per gaudir de la vida i per estar bé amb les persones que ens envolten.
- La diferència enriqueix perquè cada persona té unes capacitats determinades i pot aportar al món coses que altres persones no poden aportar. Totes les persones som importants i valuoses.

7. L'activitat conclou quan tots els infants han descrit la seva cara, han participat en la conversa i ja no hi ha més peticions per fer preguntes i opinar.

### » Indicacions

- Cal animar els infants a exposar el que pensen i a escoltar les explicacions dels altres.
- És important reforçar les intervencions amb frases del tipus: «Sembla molt interessant la teva aportació», «És molt important per a nosaltres escoltar el que penses»...

### 📄 Recursos

- Material fungible per fer un retrat.
- Mirall.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 3. Conte *Orelles de Papallona*

---



#### Adreçada a infants a partir de 4 anys

Orelles de papallona és un conte que explica com na Clara rebutja la burla que li fan els seus companys. Un conte que ens diu que tots som especials, independentment de les nostres diferències físiques.



#### Objectius

- Acceptar-se i prendre consciència del propi cos.
- Demostrar acceptació i respecte envers les diferències físiques.
- Conèixer i respectar les necessitats i les demandes de les altres persones.
- Desenvolupar la humilitat i l'empatia.
- Desenvolupar actituds de col·laboració, respecte i ajuda.
- Evitar comportaments de submissió o domini.
- Respectar les aportacions pròpies i les dels altres infants.



#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i s'explica als infants que es contarà el conte Orelles de papallona, i que després es conversarà sobre el que li passa a la protagonista. Se'ls recorda que mentre es conti el conte han d'estar en silenci i que si volen intervenir poden aixecar la mà.
2. Una vegada contat el conte, s'inicia un cercle de conversa amb preguntes semblants a aquestes: Us heu sentit alguna vegada com la protagonista? Què en pensau, del que li ha passat a na Clara? És important que ens estimem així com som? Les preguntes s'han de fer una a una per donar temps als infants per pensar i per opinar.
3. L'activitat conclou quan han opinat tots els infants i ja no es fan més intervencions.



### » Indicacions

- Cal animar els infants a exposar el que pensen i a escoltar les explicacions dels altres.
- És important reforçar les intervencions amb frases del tipus: «Sembla molt interessant la teva aportació», «És molt important per a nosaltres escoltar el que penses»...

### 📄 Recursos

- Conte: Aguilar, L. Orelles de papallona. Pontevedra: editorial Kalandraka, 2016.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 4. De qui és?

---

#### Adreçada a infants a partir de 4 anys

Aquesta activitat consisteix a mostrar als infants fotografies de parts del cos de tots els infants del grup. Es tracta d'endevinar a qui pertanyen les imatges.

Durant els dies anteriors a aquesta activitat s'han d'haver fet fotografies de diferents parts del cos de cada infant. Com a mínim, una fotografia de cada un.

#### Objectius

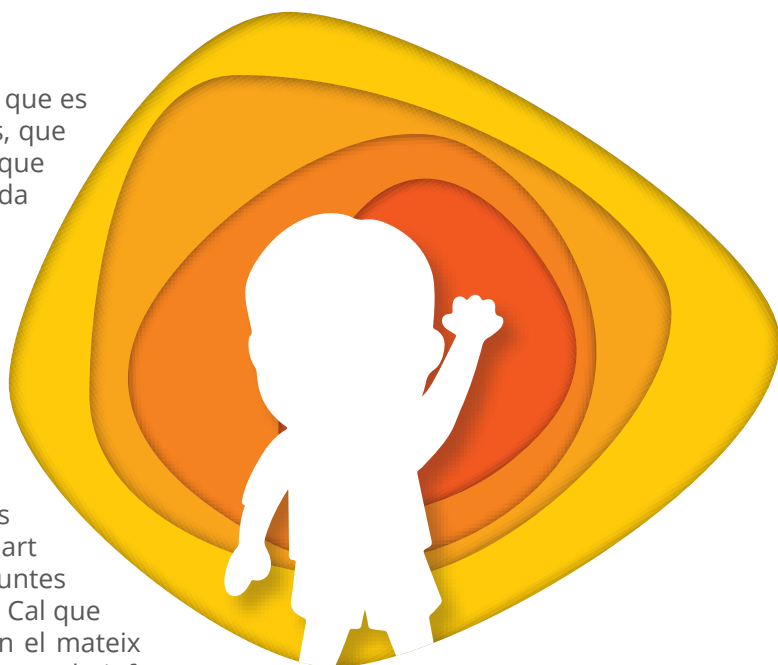
- Acceptar-se i prendre consciència del propi cos.
- Observar les diferències entre els diferents cossos.
- Respectar les aportacions pròpies i dels altres infants.

#### Durada aproximada

45 minuts

#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i s'explica als infants que es mostraran imatges de diferents parts del cos, que totes pertanyen al grup d'infants de l'aula i que el joc consisteix a endevinar a qui pertany cada imatge.
2. Es van mostrant les fotografies impreses o projectades, d'una en una. Primer, es descobreix una fotografia i l'observen entre tots: «De qui deu ser...?» Els infants hi han de pensar fins que ho descobreixin.
3. Quan s'han projectat totes les imatges s'inicia un cercle de conversa sobre les semblances i les diferències d'una mateixa part del cos. Es pot animar la conversa amb preguntes com: Són iguals totes les mans que hem vist? Cal que siguin iguals totes les mans? Cal que tinguin el mateix color de cabells, d'ulls, de pell...? S'ha d'animar els infants que exposin el que pensen i a escoltar les explicacions dels altres companys.



### » Indicacions

- Cal reforçar les intervencions amb frases del tipus: «Sembla molt interessant la teva aportació», «És molt important per a nosaltres escoltar el que penses»...

### 📄 Recursos

- Fotografies de diferents parts dels infants.
- Càmera fotogràfica o dispositiu per fer les fotografies.
- Pissarra digital.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 5. Conte *Monstre Rosa*

---



#### Adreçada a infants a partir de 4 anys

El monstre Rosa és diferent de tots els altres i, encara que això no li importi gaire, un dia decideix emprendre un viatge per cercar un altre lloc on viure. Travessarà muntanyes en bicicleta i oceans en un vaixell de paper, fins arribar a un lloc on tothom és molt diferent i feliç.



#### Objectius

- Respectar els altres tenint en compte les diferències físiques, culturals...
- Conèixer i respectar les necessitats i demandes dels altres.
- Desenvolupar actituds de col·laboració, respecte i ajuda.
- Identificar i evitar comportaments de submissió o domini.
- Respectar les aportacions pròpies i les dels companys.



#### Durada aproximada

45 minuts



#### Desenvolupament

1. Tothom seu en cercle i s'explica als infants que es contarà el conte El monstre rosa, i que després conversaran sobre el que li passa al monstre. Se'ls recorda que mentre es conti el conte han d'estar en silenci i que si volen intervenir poden aixecar la mà.
2. Després de contar el conte, s'inicia un cercle de conversa amb preguntes semblants a aquestes: Us heu sentit alguna vegada com el monstre rosa? Què en pensau, del viatge que ha fet el monstre? Us agrada el lloc on ha arribat? Per què és feliç tothom al lloc on ha arribat el monstre? Les preguntes s'han de fer d'una en una per donar temps als infants per pensar i per opinar. És important recordar als infants que per intervenir han d'aixecar la mà.
3. L'activitat conclou quan tots els infants han opinat i ja no demanen intervenir.





### » Indicacions

- Cal animar els infants a que exposin el que pensen i a escoltar les explicacions dels altres.
- És important reforçar les intervencions amb frases del tipus: «Sembla molt interessant la teva aportació», «És molt important per a nosaltres escoltar el que penses»...

### 📄 Recursos

- Conte: De Dios, O. Monstre rosa. Barcelona: editorial Estrella Polar, 2019.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 6. Un moment per a cada aniversari

---

#### Adreçada a infants a partir d'1 any

Des de l'escola es pot treballar perquè els infants, mitjançant la socialització, desenvolupin la seva personalitat social i individual. El moment de la celebració dels aniversaris és un moment idoni per fer-ho.

L'infant necessita els altres per descobrir-se a si mateix com una estructura diferent a la resta d'individus. La felicitat que produeixen les celebracions i compartir l'alegria i la festa ajuda l'infant a comparar-se, diferenciar-se i formar-se una imatge ajustada de si mateix.

La intervenció com educadors també ha d'anar encaminada a afavorir una bona integració i cohesió del grup, i a facilitar el desenvolupament de valors com l'amistat, el respecte, la cura de si mateix i dels altres. Per això és important celebrar l'aniversari dels infants, implicant tot el grup i les famílies, fent protagonista l'infant i fent-lo sentir únic i estimat.

#### Objectius

- Formar-se una imatge ajustada i positiva d'un mateix.
- Utilitzar els sentits per identificar les pròpies sensacions i percepcions en la festa d'aniversari.
- Identificar i acceptar la identitat i les característiques de les altres persones, valorant-les positivament i respectant les diferències.
- Acceptar i valorar de forma positiva les demostracions d'afecte i respondre-hi de forma adequada.
- Identificar els primers grups socials de pertinença i de relació (família, escola, amistsats...) i reforçar els vincles positius amb els seus membres.

#### Durada aproximada

Aquesta activitat dura tota la jornada.

#### Desenvolupament

**1. L'infant és el protagonista del dia.** En arribar a la classe i fer el «Bon dia» es comenta amb els infants que és l'aniversari d'un d'ells i que serà el protagonista durant tot el dia. Ser el protagonista suposa:

- Tenir un coixí diferent al de la resta d'infants, que és el coixí dels aniversaris. Aquest coixí es posa devora la mestra o el mestre, on s'asseu l'infant protagonista.
- Assumir petites responsabilitats, segons l'edat de l'infant. Alguns exemples són: passar llista, repartir el berenar, dur la panera dels baveralls al menjador...



**2. L'hora del berenar es converteix en festa.** Es prepara un berenar especial, sempre tenint present una alimentació saludable (es decora un plat amb les fruites disposades de manera estètica o divertida, amb l'espelma, i se serveixen entrepans, suc de fruites...). Durant el berenar s'escolta música i en bufar les espelmes es canta la cançó dels aniversaris.

**3. La família hi participa.** Es convida la família de l'infant perquè faci alguna activitat a l'aula (contar un conte, tocar algun instrument, fer alguna manualitat, fer broquetes de fruita, fer suc de taronja...).

**4. En el pati, també se celebra l'aniversari.** S'aprofita el moment del pati per cantar i ballar cançons alegres i divertides.

**5. A un aniversari no poden faltar els regals.** Els infants poden elaborar i decorar una corona personalitzada per regalar a l'infant que celebra l'aniversari. També poden dedicar una cançó a l'infant que fa l'aniversari i tocar els instruments de l'aula fent una petita orquestra.

**6. Un conte en honor de l'infant.** Es pot contar un conte relacionat amb aniversari o amb relacions d'amistat. Alguns exemples de contes apropiats són:

- Jadoul, E. Que ve el llop. Barcelona: editorial Baula, 2004
- Lionni, L. Neda-que-neda. Pontevedra: editorial Kalandraka, 2016
- Pfister, M. El peix irisat. Editorial Beascoa, 2013

**7. S'enregistren amb fotografies els moments més rellevants del dia** de l'aniversari i es recull al quadern o llibre d'aula (aquest està tant a l'abast dels infants com de les famílies).

### » Indicacions

- És important celebrar l'aniversari dels infants tenint en compte les peculiaritats de cada un d'ells, així com també de la seva edat i el seu moment maduratiu.
- L'escola ha de tenir present els infants que celebren el seu aniversari quan no hi ha escola i consensuar amb les famílies un dia per celebrar-lo a l'escola. Cap infant s'ha de sentir discriminat per aquest motiu.
- També s'ha de tenir present els valors de cada família envers les celebracions de l'aniversari. Si alguna família no té per costum celebrar-lo i no vol que a l'escola es faci la celebració, no se celebrarà, però l'infant serà, d'igual manera, el protagonista del dia, ajudant la mestra o el mestre, fent el «Bon dia».

### 📌 Recursos

- Coixí d'aniversari.
- Contes relacionats amb aniversaris o amb l'amistat.
- Material fungible per fer manualitats i el regal.
- Instruments musicals.
- Quadern d'aula.
- Materials naturals.
- Fruitas.
- Aliments varis.
- Espelmes.
- Música.
- Reproductor de música.
- Càmera fotogràfica o mòbil per enregistrar l'activitat.
- Fotografies.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 6. Un moment per a cada aniversari

---



#### Activitats complementàries

- Fer un petit mural perquè l'amfitrió se l'endugui a casa. S'elabora amb els dibuixos lliures que els infants han fet individualment. El podem fer a l'espai d'art usant diferents materials i estris.
- Demanar a les famílies que l'infant el dia de l'aniversari dugui una fotografia del dia que va néixer, així l'infant pot identificar els canvis físics (augment de talla, pes...) i gaudir de les noves habilitats i competències que adquireix progressivament. Aquesta activitat es podria fer també amb la capsa de vida, amb fotografies i objectes de moments i persones rellevants de la història de l'infant que fa l'aniversari.
- En una altra sessió, o bé el dia anterior o posterior, es pot fer una proposta d'instal·lació artística amb diferents paperins, confeti, plats, capells d'aniversari i altres elements naturals.



#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Fotografies.

## 4. L'art d'estimar



## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 7. Resoldre el cadenat

---

#### Adreçada a infants a partir de 3 anys

Resoldre el cadenat és una proposta didàctica que ajuda a enfortir la cohesió del grup i l'autoconcepte dels infants. Consisteix a fer una seqüència d'activitats (una activitat al dia, durant una setmana) que es duen a terme amb la participació de tot el grup i en les quals es valora i respecta el paper i el rol de cada infant.

#### Objectius

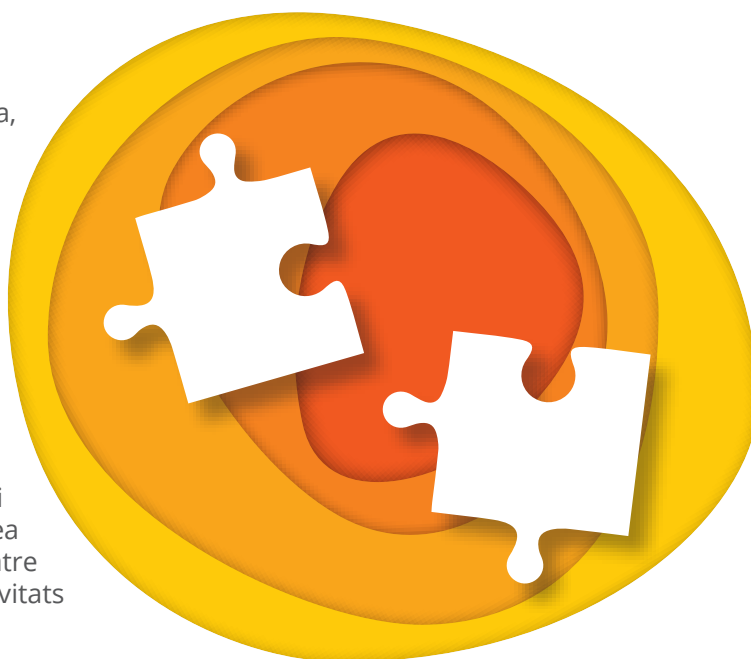
- Participar en la regulació de les normes i valorar la necessitat de tenir-ne.
- Comprendre, acceptar i posar en pràctica les normes.
- Responsabilitzar-se, participar i arribar a un consens en les tasques de grup.
- Conèixer i respectar les necessitats i demandes dels altres.
- Desenvolupar actituds de col·laboració, respecte i ajuda, i evitar comportaments de submissió o domini.

#### Durada aproximada

40 minuts per a cada activitat.

#### Desenvolupament

1. Apareix misteriosament una capsa, motxilla o bossa a l'aula. Els infants, encuriots, es preguntaran què és i ràpidament s'adonaran que no poden obrir-la, ja que té un cadenat: què hi deu haver, a dins?
2. Troben una nota amb un missatge que diu: «Venc contenta i carregada de cosetes per a vosaltres, però he quedat tancada. He pensat que em podríeu ajudar a aconseguir el codi per obrir-me. Us necessito a tots per trobar aquest codi i ho aconseguireu si sou un equip». La idea és que puguin aconseguir el codi fent quatre activitats de cohesió de grup; per cada activitat s'obté un dígit.



#### Primera activitat: la teranyina de les coses bones

- Es dona a un infant un cabdell de llana i se'l convida a anomenar una qualitat positiva de si mateix. Quan ho ha fet, se li diu que passi el cabdell a un altre infant.
- Quan tothom hagi rebut el cabdell i hagi dit la seva qualitat positiva s'haurà format una preciosa teranyina de coses bones.

## 4. L'art d'estimar

- A continuació, per desfer-la, el darrer infant que ha rebut el cabdell diu una qualitat bona de l'infant que, en la formació de la teranyina, li ha passat el cabdell.
- Finalment, es conversa sobre totes les coses bones que s'han dit i sobre com s'han sentit després de dir-les i escoltar-les.

### Segona activitat: el globus

Aquesta dinàmica consisteix que els infants es passin un globus. Es tracta d'aconseguir que tots els infants de la classe toquin el globus sense que aquest caigui a terra. S'ha de treballar en equip per evitar-ho. Durant el transcurs de la dinàmica el paper de la mestra o del mestre és anar donant consignes, com per exemple: «només es pot tocar el globus amb la punta dels dits» o «només podem tocar el globus amb el cap».

### Tercera activitat: puzzle conjunt

L'activitat consisteix a fer un puzzle en grup. El puzzle ha de ser de peces grans, n'hi ha d'haver una per a cada infant, com a mínim. Tothom ha de poder veure-hi bé.

- Cada infant agafa una peça del puzzle i l'ha de col·locar. Els infants es poden ajudar entre ells.
- En acabar es conversa sobre com ha anat l'activitat i si ha resultat fàcil o difícil i per què. Es pot animar la conversa amb preguntes: Què passaria si faltàs qualcú? Com ho solucionaríem? Es tracta que els infants s'adonin que tots som necessaris per poder acabar el puzzle, que tots tenim el nostre paper i som importants.

### Quarta activitat: joc de cadires cooperatiu

S'explica als infants que han d'intentar asseure's a una cadira. Se'ls diu que sonarà una música i que quan la música s'aturi no ha de quedar cap infant sense cadira, han d'estar tots asseguts a les cadires.

El joc es repeteix cada vegada amb menys cadires. Se'ls explica que cada vegada serà més difícil i que s'han d'ajudar i coordinar, perquè necessitaran compartir l'espai de les cadires i ajudar-se a mantenir l'equilibri. També se'ls diu que en aquest joc ningú no guanya, o bé tots guanyen o bé tots perden.

Finalment, es fa un cercle de conversa per expressar com ha anat el joc i com s'han sentit. Per animar la conversa i ajudar els infants, es poden fer preguntes com: Us heu ajudat? Us ha costat compartir l'espai d'una cadira? Com us heu sentit? Creis que el joc ha acabat bé?

3. En acabar les quatre activitats, els infants aconseguixen els quatre dígit per obrir el cademat. En obrir trobaran una nota semblant a aquesta:

«Enhorabona! Si llegiu aquesta nota vol dir que ho heu aconseguit! Heu treballat com un veritable equip i ara us obsequiaré amb un petit detall que esper que us agradi».

El regal o premi serà una carta de motivació personalitzada per a cada infant o bé part del material comú de la classe. La intenció de la carta és aconseguir que cada infant se senti especial i únic així com és. Per elaborar les cartes poden ajudar les mestres o els mestres que els han tengut en anys anteriors a fi de saber quins aspectes destacar de cada infant. És molt enriquidor que et diguin allò que et caracteritza i allò que fas bé.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 7. Resoldre el cadenat

---

#### » Indicacions

- Aquesta proposta és molt adient realitzar-la durant els primers dies d'escola, ja que els primers dies de curs són especials, són dies de noves il·lusions, novetats i canvis que poden resultar difícils per a tothom. Per tot això és important començar el curs sentint-se importants i especials dins l'aula.
- Els números del cadenat els pot donar la mestra en acabar el joc o fer que apareguin com a resultat final de l'activitat. Per exemple, que el número es trobi dins del cabdell de llana (teranyina de les coses bones) o davall la darrera cadira (joc de cadires cooperatiu)... tot depèn de l'edat.

#### Recursos

- Capsa, motxilla o bossa.
- Nota amb missatge.
- Cadenat.
- Cadires.
- Puzzle.
- Globus.
- Cabdell de llana.
- Material fungible.
- Carta de motivació personalitzada/regal comú per a la classe.

#### Activitats complementàries

- Contar el conte: Ruillier, J. Quatre petites cantonades de no res. Barcelona: editorial Joventut, 2004.
- El petit quadrat no entra per la porta rodona de la gran casa dels rodons. Ells volen que el petit quadrat canviï i esdevingui rodó. «T'ho has de creure!», li diuen. Però el petit quadrat és com és i no ho aconsegueix... Hi trobaran una solució?
- En acabar de contar el conte es du a terme una conversa sobre possibles situacions en què els infants s'han pogut sentir com el petit quadrat i es reflexiona sobre aquestes situacions en gran grup.
- És un conte que, amb la simplicitat de dues formes geomètriques, transmet un important missatge d'identitat i de tolerància. Un llibre sobre l'amistat, la diferència i l'exclusió amb una proposta gràfica molt original. Es pot trobar també a YouTube.

#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.



## 4. L'art d'estimar



## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 8. Moviment lliure i únic

---

#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per fer aquesta activitat s'utilitza el conte Un dia al mar, que ofereix una sessió bàsica d'iniciació a la música i a la dansa creativa, alhora que permet treballar conceptes musicals. El conte ve acompanyat d'un CD que conté un recull de temes en els quals coincideixen la interpretació musical i la possibilitat de fer dansa amb els moviments naturals dels infants.

Les danses estan distribuïdes per edats, però la distribució és orientativa. Totes les danses es poden fer amb edats superiors a les indicades i algunes es poden fer amb edats inferiors, amb algunes adaptacions.

La dansa relaxa tensions, desenvolupa l'esperit comunitari, la cooperació, l'alegria, la creativitat, estimula el desenvolupament de la motricitat i l'expressió corporal. També ajuda a vèncer la timidesa.

#### Objectius

- Formar-se una imatge ajustada i positiva de si mateix.
- Explorar, identificar i acceptar els moviments propis i dels altres.
- Identificar i acceptar la identitat i les característiques dels altres, valorar-los positivament i respectar les diferències.
- Mostrar una actitud positiva davant el moviment propi i dels altres.

#### Durada aproximada

45 minuts

#### Desenvolupament

1. S'explica als infants que tots tenim una forma especial de caminar i moure'ns i que faran una activitat amb música.
2. Es posa una peça de música seleccionada d'entre les que surten al CD i es convida els infants a ballar, movent-se per l'aula, mentre es miren els uns als altres.
3. Mentre els infants es mouen, se'ls diu: Com ens movem? Ràpid? A poc a poc? Relaxats? Tensos?... Així, els infants observen la seva forma de moure's i la dels altres.
4. Sense que s'aturin de moure se'ls diu que quan es digui el nom d'un infant, aquest ha de fer diferents moviments que la resta del grup ha d'imitar, així fins que tots hagin imitat a tots.



5. Tot seguit es van fent diferents propostes i es diu als infants que intentin imitar-les, seguint el ritme de la música. Les propostes poden ser de l'estil: Us sabeu moure com un moixet (de quatre grapes)? I com un cuc (arrossegant-vos per terra)? Algú sap caminar com un cranc (dret i cap enrere)?

6. En acabar l'activitat es demana als infants: Com us heu sentit? Quines dificultats heu tengut? Heu gaudit d'estar junts en grup?

### » Indicacions

- Aquesta activitat es pot fer a principi de curs per crear cohesió de grup.

### 📄 Recursos

- Conte i CD: Pérez, S.; Arús, E. Un dia al mar. Barcelona: editorial Beethoven.
- Reproductor d'àudio.

### 🧩 Activitats complementàries

- Es pot utilitzar una festa o aniversari per fer aquesta dinàmica.

### ✅ Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 9. Som persones úniques

---



#### Adreçada a infants a partir d'1 any

L'escola és un espai on s'acull la diversitat com a part de la vida i on es pot fomentar i treballar aquest concepte de forma positiva, tant amb els infants com amb les famílies de distinta procedència, cultura i religió.

Aquesta activitat té per finalitat treballar la interculturalitat i fomentar una relació positiva entre la família i l'escola mitjançant canals de comunicació que, des de l'acceptació i el respecte a la diversitat cultural disminueixen les pors i augmenten la confiança entre ambdós mons.



#### Objectius

- Desenvolupar els diferents aspectes de la seva identitat.
- Entendre la diversitat de forma positiva i com un aspecte inherent a la vida.
- Respectar les diferents cultures i les diferents formes de viure.
- Establir un bon vincle envers els adults del seu entorn proper.



#### Durada aproximada

1 hora



#### Desenvolupament

1. Es convida les famílies a realitzar una activitat a l'escola, relacionada amb la seva identitat cultural i fan fotografies de cada activitat.

2. S'elabora un plafó amb una llista dels noms dels infants. En aquesta, les famílies anotaran el dia i l'activitat que volen dur a terme. És necessari pactar amb les famílies l'activitat que proposen, per verificar que sigui adequada a l'edat dels infants de l'aula.

3. En funció de l'activitat que vulgui fer cada família, s'adequa l'espai: aula, menjador de l'escola, pati, sala de psicomotricitat...

4. Es presenta als infants la persona o persones de la família que han acudit a l'escola per realitzar l'activitat, i es fa una breu introducció.

5. La mestra o el mestre fa un enregistrament fotogràfic de la sessió.

6. En acabar el trimestre, es fa una reunió amb totes les famílies de la classe i amb els infants. Es visualitza la presentació de totes les activitats, enregistrades fotogràficament, que s'han duit a terme.

7. Finalment es convida les famílies a berenar plegats i així poder intercanviar opinions sobre el projecte.



### » Indicacions

- Cal analitzar la relació família-escola tenint sempre presents les realitats en les quals els infants estan immersos.
- És imprescindible que el personal docent tengui una actitud oberta, propera i col·laboradora envers les famílies.
- Família i escola repercuteixen directament en el desenvolupament integral de l'infant; han de treballar conjuntament i cooperativament.
- És necessari trobar espais i moments per afavorir l'acostament i la cooperació entre la les famílies i l'escola.

### 📄 Recursos

- Material fungible per fer el plafó.
- Càmera fotogràfica.
- Fotografies.
- Pissarra digital o projector.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Fotografies.

## 4.2 Relacionar-se

### Activitat 10. Compartir el silenci

---



#### Adreçada a infants a partir d'1 any

Una de les experiències que més influeix en la millora de la convivència és compartir el silenci. Gaudir de moments de silenci i de calma requereix un procés d'habitució que demana dedicació, paciència i temps. La recompensa de fer-ho és que els infants podran saber que el silenci els permet compartir amb els altres, a través d'altres llenguatges.



#### Objectius didàctics:

- Millorar la concentració i l'autocontrol.
- Disminuir la impulsivitat i potenciar el benestar.
- Millorar la capacitat de tranquil·litzar-se i controlar-se.
- Gaudir del silenci com a mitjà de benestar.



#### Durada aproximada

Entre 5 i 15 minuts, segons l'activitat.



#### Desenvolupament

Tot seguit es proposen cinc activitats per compartir el silenci:

**1. Joc dels gests.** En diferents moments del dia, es proposa als infants seguir la tasca que fan però sense parlar, en silenci. Se'ls diu que poden utilitzar l'expressió gestual, les mirades...

**2. El joc del silenci.** Consisteix que els infants, asseguts en cercle i durant un temps curt (poden ser trenta segons i augmentar el temps de forma progressiva), intentin estar tan quiets i silenciosos com una planta, com una muntanya o com un caragol. El joc comença amb un so de campana i el temps es mesura amb un temporitzador (d'arena, d'aigua o amb un rellotge). Quan el temps acaba, es pot dir el nom de cada infant i que aquest surti del cercle o es pot tornar a fer sonar la campana per marcar el final. Per concloure l'activitat, es demana als infants com s'han sentit, què han escoltat...



**3. Mesurador de veu.** Es conversa amb els infants sobre la necessitat de mantenir un to adequat de veu per tal que tothom es pugui sentir bé. A continuació es presenta un mesurador de veu. Aquest mesurador va des del silenci, xiuxiuejar, parlar fluix, parlar amb un to de veu adequat, parlar fort fins a parlar molt fort. Es fan grups de cinc i un infant de cada grup és l'encarregat (pot tenir una medalla identificativa que li recordi la seva missió important) de recordar als seus companys que han de parlar més baix per tractar de crear un ambient tranquil. L'infant encarregat pot anar canviant perquè tothom pugui treballar la capacitat d'adonar-se del renou de l'aula. També es poden dedicar uns minuts, al final de la setmana, per parlar amb cada equip sobre com ha col·laborat, per crear un ambient tranquil a l'aula.

**4. Pluja de la calma.** Per fer aquesta activitat és necessari preparar una botella amb aigua i unes deu gotes d'oli essencial de lavanda. La botella ha de tenir vaporitzador, amb el qual es podrà fer la pluja de la calma. L'activitat consisteix a animar els infants a relaxar els seus cossos sobre la taula fent un coixí amb les mans. També se'ls pot convidar a tombar-se a terra, si es té espai suficient. A continuació, es permet que alliberin tensions durant 2-3 minuts i l'ambient es tranquil·litzi. Quan els infants estiguin quiets la mestra ruixarà la pluja de la calma sobre ells. La sensació tàctil d'aigua vaporitzada a la pell és molt agradable i l'olor de lavanda produeix naturalment un efecte relaxant i calmant.

**5. La respiració de l'abella.** S'indica als infants que es tapin les orelles amb el dit polze i que recolzin la resta de dits sobre el cap. Se'ls diu que, seguidament, inspirin i facin el so «mmmmm». La finalitat de l'activitat és millorar la capacitat de tranquil·litzar-se i concentrar-se.

### » Indicacions

- Cal ajudar els infants a ser conscients de la intensitat del renou de l'aula abans que sigui massa alt, per això es pot emprar el mesurador de veu, per entrenar-los-hi a poc a poc.

### 📄 Recursos

- Vaporitzador.
- Oli de lavanda o olis essencials.
- Temporitzador.
- Mesurador de veu.
- Campana.
- Medalla.
- Botella d'aigua.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.





## 4.3 VIURE EN FAMÍLIA

---

### Objectius d'aprenentatge

- **Descriure com és la pròpia família i veure amb naturalitat la diversitat de formes familiars.** L'infant ha de comprendre que hi ha diverses formes de tenir fills i filles (biològica, adopció o acolliment), així com diversos tipus de família (pare i mare, dos pares, dues mares, monoparentals...). També cal que compregui que el dret a la vinculació i a la desvinculació d'una parella ocasiona que la família sigui una estructura dinàmica en la qual es poden incorporar nous afectes sense necessitat d'haver de deixar de banda els que ja es tenien i sense haver de sentir vergonya o culpa per acceptar altres persones, per apreciar-les o per estimar-les.
- **Entendre la família com una estructura social en la qual els membres cooperen perquè funcioni bé i la protegeixen mútuament.** Cal que l'infant s'identifiqui com un membre amb drets i deures dins la seva família i que valori el repartiment de les tasques familiars amb justícia i equitat. L'infant ha de demostrar que comprèn que les tasques familiars s'han de repartir entre els diferents membres, sense diferenciació per motius de gènere o per qualsevol altre motiu que no sigui la consideració de l'edat o de situacions de vulnerabilitat especial.

### Conceptes clau

- família i diversitat familiar
- afecte i vincles afectius
- adopció i acolliment
- vinculació i desvinculació en la relació de parella
- diversitat sexual
- rols de gènere
- cooperació i corresponsabilitat en les tasques domèstiques

### Activitats

- Protagonista de la setmana
- Conte: Amb la Tango són tres
- La família colombiana d'en Botero
- El conte viatger
- Som família
- Inventem un conte



## 4.3 Viure en família

### Activitat 1. Protagonista de la setmana

---



**Adreçada a infants a partir de 2 anys**



#### Objectius

- Explicar als altres infants com és la pròpia família i la història familiar.
- Compartir amb el grup (infants i adults) les experiències viscudes amb la família.
- Conèixer diferents famílies, diferents històries...



#### Durada aproximada

Es realitza en diferents moments del dia durant una setmana.



#### Desenvolupament

1. Es decideix quin serà l'infant protagonista de la setmana fent servir una llista en la qual consti la disponibilitat de cada família o bé altres aspectes que la tutora o que el tutor consideri importants.
2. El divendres, havent-lo avisat prèviament, l'infant protagonista s'endú a casa la Carpeta Viatgera, en què la família trobarà una carta en la qual es demana la seva col·laboració per preparar la capsa del protagonista que s'haurà de dur el dilluns a l'escola i que haurà d'incloure fotografies, una sorpresa, un conte, un joc i una corona, així com també es convida un membre de la família (mare, pare, padrina...) per fer una activitat que els agradi (contar un conte, explicar el seu ofici...) un dia de la mateixa setmana.
3. El dilluns, l'infant protagonista es posa la corona (si no n'ha duit, es pot fer a l'escola) i mostra i explica a tot el grup el material que ha duit de casa.
4. Després, aquest material s'exposa a un espai perquè el puguin anar a veure els altres infants en grup petit.
5. El dia de la setmana acordat, un membre de la família fa l'activitat que ha triat.
6. S'enregistren fotogràficament els moments més rellevants de la setmana com a protagonista.
7. Es va elaborant un àlbum de la setmana dels protagonistes que sempre és a l'abast dels infants i de les famílies. A mesura que passen les setmanes i se succeeixen els protagonistes i s'hi incorporen les fotografies fetes, d'aquesta manera en acabar el curs és té l'àlbum complet que podrà quedar a l'escola com un document de centre, com un document d'aula que avança amb el grup als cursos següents o bé es reparteix cada full al seu protagonista perquè tengui el record a casa.



### » Indicacions

- S'ha de respectar el ritme de cada infant, la seva vivència i personalitat, com a millor garantia perquè arribi a sentir-se únic, diferent, valorat i respectat.
- Si sorgeixen diferències socials, econòmiques i culturals que puguin fer sentir malament l'infant, s'ha de donar resposta a les mancances que puguin sorgir i ressaltar totes les aportacions valuoses de l'infant i de la seva família.

### 📁 Recursos

- Carpeta Viatgera.
- Carta per a les famílies.
- Materials aportats per les famílies (capsa del protagonista).
- Fotografies.
- Càmera fotogràfica.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Fotografies.

## 4.3 Viure en família

### Activitat 2. Conte *Amb la tango són tres*

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Aquest conte està basat en una història real del zoo de Nova York. Dos pingüins mascles, en Roy i en Silo, estan sempre junts i construeixen un niu per formar una família. Un cuidador del zoo els ofereix l'oportunitat de covar un ou fecundat, del qual sortirà na Tango.

L'activitat es fa en dues sessions, amb una setmana de diferència entre una i l'altra.



#### Objectius

Prendre consciència progressivament de:

- la diversitat familiar
- la diversitat sexual
- l'adopció i l'acolliment



#### Durada aproximada

30 minuts cada sessió



#### Desenvolupament de la primera sessió

1. Es crea un espai per contar el conte que convidi a escoltar, pensar, reflexionar i parlar. Es necessita:

- Un lloc especial dins l'aula o una altra aula o un lloc apropiat de l'escola.
- Un ambient de llum càlida, creat amb un fanal, amb una espelma o amb altres mitjans.
- Per als infants més petits, convé usà una mascota, titella, ninot, capsa... per generar curiositat i ajudar a identificar el moment en què es desenvolupa l'activitat (marieta Joanina, na Filo, l'àvia Filo, la mascota de l'aula...).

2. Es demana als infants que es col·loquin en rotllana, de tal manera que es puguin veure els ulls els uns i els altres, i es comença amb una endevinalla: «Endevina, endevinalla... és un ocell però no vola, camina molt presumit i sempre va ben vestit. Què és?»

3. Es fan preguntes als infants, per introduir el tema: Algú sap un conte on surt un pingüí? Sabeu d'on surten els pingüins? Tenen mare i pare, els pingüins?...



4. Es mostra un tros de la portada del conte i es va descobrint a poc a poc. Es mostra la portada completa i el llibre als infants i seguidament es conta el conte.

5. Acabat el conte es fan preguntes a tot el grup sobre la relació entre els pingüins adults, sobre el concepte d'adopció. Es poden formular preguntes diverses en funció de les intervencions dels infants, per exemple: Totes les famílies són iguals? Quin model de família és millor? Per què? S'estimen els protagonistes? Com ho saps? Com se sent na Tango? És feliç amb la seva família?

6. S'acaba la sessió amb un ritual de cloenda, pot ser una cançó o recordar l'endevinalla.

### **Desenvolupament de la segona sessió**

1. Es crea l'espai de la mateixa manera que a la primera sessió.

2. Es demana als infants que es col·loquin en rotllana, de manera que puguin mirar-se els ulls els uns i les altres.

3. Es comença amb una endevinalla: «Endevina, endevinalla...és un ocell però no vola, camina molt presumit i sempre va ben vestit. Què és?»

4. Es pregunta als infants: «Recordau el conte de na Tango?»

5. Es recorda la història de forma breu i es torna a conta el conte.

6. En haver contat el conte es fan preguntes similars a aquestes: Què els passa als dos pingüins grans? Per què no poden tenir un ou? Què passa quan el cuidador els posa un ou al seu niu? Quan neix la Tango està contenta amb els seus pares? Cal tenir un pare i una mare per ésser feliç? Què és el que més t'ha agradat del conte? Quin personatge t'ha cridat més l'atenció? Per què? Què t'ha encuriósit més?...

7. S'acaba la sessió amb un ritual de cloenda, pot ser una cançó o recordant l'endevinalla.

### **Indicacions**

- Després de fer preguntes, s'ha d'animar els infants perquè opinin, a que escoltin i respectin l'opinió dels altres. Se'ls recorda que per xerrar s'ha d'aixecar la mà i que és necessari respectar el torn de paraula i deixar temps perquè cada un pugui explicar el que pensa. Pot ajudar a respectar el torn donar un objecte a l'infant que ha d'intervenir (una pilota, una joguina...).

- Per ajudar a pensar amb calma i afavorir que intervinguin tots els infants, es poden utilitzar preguntes del tipus: M'ajudes a recordar el que hem dit? Què aporta de nou aquesta intervenció? Qui vol afegir alguna cosa?...

- És important reforçar les intervencions amb frases del tipus: Algú pensa el mateix? Tots opinau així? Què passaria si pensàssim això?...

- Si s'utilitzen fotografies familiars i es detecten diferències socials, econòmiques o culturals, que puguin fer sentir malament l'infant, s'ha d'intentar donar resposta a les demandes que puguin sorgir i ressaltar totes les aportacions valuoses de l'infant i de seva la família.

- Aquesta activitat es basa en la metodologia de la filosofia 3/18, que té per objectiu desenvolupar les habilitats cognitives dels infants, i els ajuda a pensar i a reflexionar.

## 4.3 Viure en família

### Activitat 2. Conte *Amb la tango són tres*

---

#### Recursos

- Conte: Richardson, J.; Panell, P. *Amb la Tango són tres*. Pontevedra: editorial Kalandraka, 2016.
- Peluix, mascota, titella, ninot o capsa.
- Fanal o espelma.
- Material fungible.
- Fotografies.
- Càmera fotogràfica.
- Pissarra digital.

#### Activitats complementàries

- Dibuixar el que més els ha agradat del conte.
- Projectar imatges de diferents tipus de famílies a la pissarra digital i comentar-les.
- Elaborar un mural amb fotografies de les famílies dels infants, sol·licitades amb anterioritat.
- Projectió d'imatges familiars i descripció per part de cada infant mentre veuen la fotografia.

#### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4. L'art d'estimar



## 4.3 Viure en família

### Activitat 3. La família colombiana d'en Botero

---



**Adreçada a infants a partir de 2 anys**



#### Objectius

- Reflexionar sobre el concepte de família i sobre els rols de gènere.
- Escoltar de forma activa.
- Argumentar les opinions pròpies.
- Expressar emocions i sentiments.
- Contrastar les opinions pròpies amb les dels altres infants.

L'activitat es realitza en dues sessions, amb una setmana de diferència entre una i l'altra.



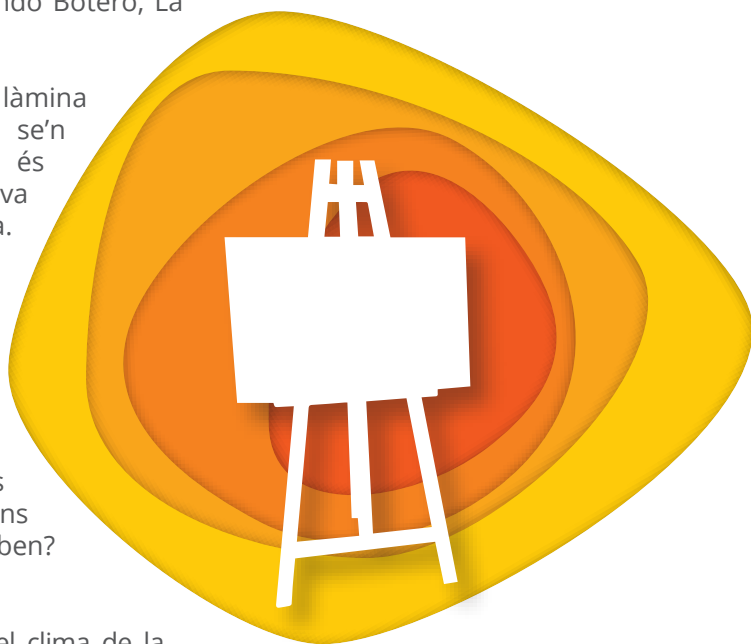
#### Durada aproximada

De 30 a 45 minuts cada sessió.



#### Desenvolupament de la primera sessió

1. Es divideix el grup en dos, si és possible.
2. Es presenta als infants una làmina tapada, amb tela o amb cartolina, de la imatge de la pintura de Fernando Botero, La família colombiana.
3. Per introduir l'activitat, es destapa la làmina lentament, mostrant-ne només un tros i se'n descriuen els elements. També s'explica qui és l'autor de l'obra, fent referència a com és la seva obra (estil, temàtica...) i a quina època va ser feta.
4. Es convida els infants a explicar què els sembla la imatge: si els agrada, quines característiques tenen els protagonistes (trets físics, l'expressió dels rostres i el cos, vestuari, postura, gènere, els colors dels objectes, les formes i mides). També se'ls diu que poden opinar i fer preguntes sobre els elements i els personatges que apareixen a la imatge. Alguns exemples de preguntes són: Qui són? On es troben? Què fan? Són família? Com ho saps?...
5. Es registren les aportacions de cada infant, el clima de la sessió i els esdeveniments més rellevants sobre el procés de diàleg entre els infants.







### Desenvolupament de la segona sessió

Es divideix el grup en dos, si és possible.

1. Es presenta la làmina d'art a l'ambient artístic (també es pot preparar un espai dins l'aula).
2. Com a la sessió anterior, es té la imatge tapada, amb una tela o una cartolina.
3. Es demana als infants si saben el que hi ha davall la tela o la cartolina i es deixa un espai per respondre.
4. Seguidament es descobreix la imatge i s'estableixen torns de paraula per comentar el que hi apareix.
5. Es mostra als infants el material que s'ha disposat a l'espai d'art o a l'aula:
  - Cavallets i materials per pintar (paper, ceres, pintures al tremp, pinzells, esponges...).
  - Blocs d'argila per modelar lliurement.
6. Se'ls anima que cada un realitzi la seva pròpia obra d'art, inspirada en la imatge.
7. Es posa música clàssica o relaxant durant tot el temps que els infants realitzen el treball plàstic.
8. Cada infant explica la seva obra.
9. S'enregistren totes les aportacions, el clima de la sessió i els esdeveniments més rellevants sobre el procés de creació artística.



### Indicacions

- Després de fer les preguntes, s'ha d'animar els infants a dir allò que pensen, a opinar, a escoltar la opinió dels altres i a dialogar entre ells. Se'ls recorda que per xerrar s'ha d'aixecar la mà i que és necessari respectar el torn de paraula i deixar temps perquè cada un pugui explicar el que pensa. Pot servir d'ajuda donar un objecte a l'infant que ha d'intervenir (una pilota, una joguina...).
- És important que cada infant pugui explicar alguna cosa de la làmina argumentant les seves opinions.
- En la segona sessió, els infants han de triar el material que volen per dur a terme l'activitat plàstica.
- Aquesta activitat es pot fer amb altres obres d'art de diferents models de família.



### Recursos

- Imatge de l'obra d'art.
- Cartolina o tela per tapar la imatge.
- Material propi de l'espai artístic.
- Música relaxant o clàssica.
- Reproductor de música.



### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.

## 4.3 Viure en família

### Activitat 4. El conte viatger *Visc a dues cases*

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

La protagonista del conte és una nina que explica que viu en dues cases diferents, ja que els pares s'han separat; en una casa viu amb la mare i en l'altra amb el pare. Ens explica com viu aquesta nova situació.



#### Objectius

- Reflexionar sobre el concepte de família i sobre els rols de gènere.
- Escoltar de forma activa.
- Argumentar les pròpies opinions.
- Expressar emocions i sentiments.
- Contrastar les opinions pròpies amb les dels altres infants.



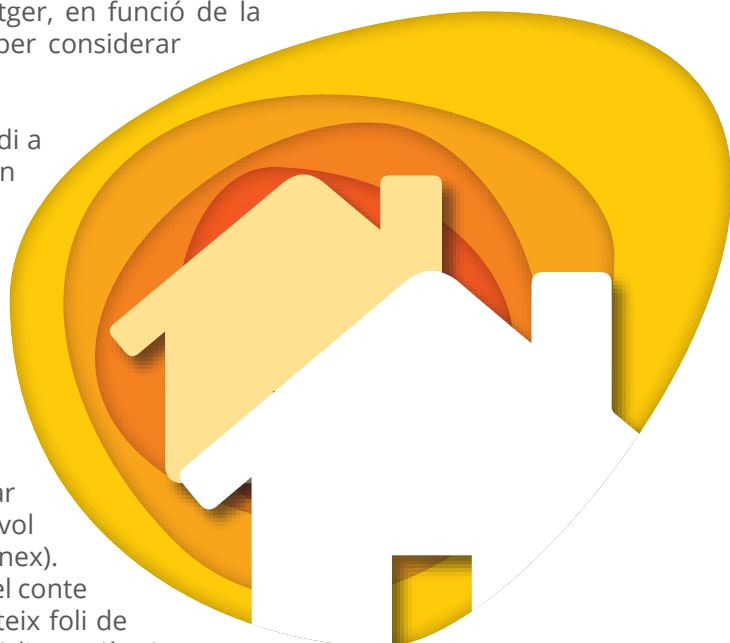
#### Durada aproximada

30 minuts.



#### Desenvolupament

1. Es decideix quin infant s'endurà el conte viatger, en funció de la disponibilitat de les famílies o altres aspectes per considerar (anotats prèviament en una llista).
2. Es crea un espai per contar el conte que convidi a escoltar i es demana als infants que es col·loquin en rotllana.
3. S'introdueix el conte amb una melodia que es repetirà a l'inici. L'objectiu és identificar la melodia amb l'inici de la narració, però també crear un ambient relaxat i tranquil.
4. Tot seguit es conta el conte *Visc a dues cases*.
5. Es prepara la bossa amb el conte i una circular en la qual s'explica a la família l'activitat que es vol dur a terme amb la seva col·laboració (vegeu l'annex). A la carta s'explica a la família que han de contar el conte al seu fill o la seva filla i se'ls demana que al mateix foli de la carta anotin què els ha semblat la narració i l'experiència de contar el conte. També se'ls diu que poden incloure-hi imatges d'aquest moment compartit.



6. Quan ja han contat el conte el posen dins la bossa viatgera, juntament amb la carta. El conte pot estar dos dies a casa per donar temps a la família.

7. S'elabora un quadern per a l'aula amb el recull de totes les aportacions de cada família.

### » Indicacions

- En el cas que qualche família no pugui o no vulgui participar, l'infant afectat podrà participar de forma més activa a l'hora de contar el conte a l'aula.
- Si alguna família no pot aportar fotografies o escrits sobre l'experiència, la mestra o el mestre pot fer una fotografia del moment en què s'enduen la maleta a casa i, després quan la tornen, enregistrar els comentaris que en faci la família, per poder-los usar com els altres.
- Es poden utilitzar altres contes per treballar amb les famílies al llarg del curs, com ara Elliott, M. La nena amb dos pares, Barcelona: edicions Baula, 2019.
- Es recomana utilitzar música clàssica, per la qualitat, per educar el gust musical i per la universalitat. També poden utilitzar temes musicals de pel·lícules o altres que ja es consideren clàssics. Per exemple: «Adagio», de J.S Bach; «You'll Be In My Heart», de Phil Collins.

### 📄 Recursos

- Conte: Smet, M. Talsma, N. Visc a dues cases. Barcelona: editorial Malsinet, 2008.
- Circular per a la família.
- Quadern per a l'aula.
- Càmera fotogràfica.
- Música.
- Reproductor de música.

### 🏆 Avaluació

- Circular en què les famílies han fet les aportacions (si els ha agradat l'experiència de dur el conte a casa, a quin moment del dia l'han contat, si ho han fet més d'una vegada, si els ha agradat el conte...).
- Notes de camp.

## 4.3 Viure en família

### ANNEX: CIRCULAR PER A LES FAMÍLIES

---

#### **Benvolguda família,**

Ens complau presentar-vos el conte *Visc a dues cases*.

Aquest conte s'emmarca dins un projecte de centre per treballar els diversos models familiars que ens trobam a la nostra societat. Necessitam la vostra col·laboració i us convidam que el conteu al vostre fill o filla.

Pensam que el moment de contar un conte és sempre un moment d'intimitat familiar i alhora reforça els vincles emocionals.

Ens agradaria que després ens conteu quina ha estat la vostra experiència: en quin moment del dia heu contat el conte, si l'heu contat més d'una vegada, si us ha agradat...

#### **Benvolguda família,**

Ens complau presentar-vos el conte *La nena amb dos pares*.

Aquest conte s'emmarca dins un projecte de centre per treballar els diversos models familiars que ens trobam a la nostra societat. Necessitam la vostra col·laboració i us convidam que el conteu al vostre fill o filla.

Pensam que el moment de contar un conte és sempre un moment d'intimitat familiar i alhora reforça els vincles emocionals.

Ens agradaria que després ens conteu quina ha estat la vostra experiència: en quin moment del dia heu contat el conte, si l'heu contat més d'una vegada, si us ha agradat...

## 4. L'art d'estimar



## 4.3 Viure en família

### Activitat 5. Som família

---



#### Adreçada a infants a partir de 2 anys

Per a aquesta activitat es proposa utilitzar el llibre Familiarari. La combinació de les quinze làmines del llibre permet formar més de 80.000 famílies diferents, amb totes les particularitats que es puguin imaginar: dues mares, germans d'altres països, familiars que viuen lluny, padrins o padrines que viuen a casa, germans bessons, famílies monoparentals...Totes les famílies del món estan en aquest llibre!



#### Objectius

- Observar i reflexionar sobre la diversitat familiar.
- Respectar la diversitat familiar.



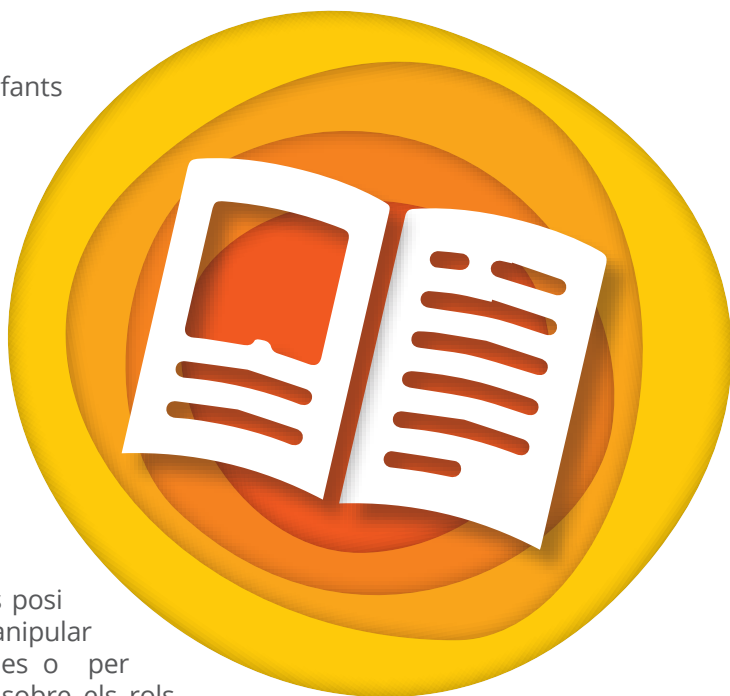
#### Durada aproximada

De 30 a 45 minuts.



#### Desenvolupament

1. Es presenta el llibre Familiarari i es mostren als infants diferents tipus de família.
2. Es convida els infants que expliquin quins són els membres de la seva família i es reproduïx el que diuen seleccionant les adequades en el llibre.
3. Es fa un recull de les aportacions de cada infant.
4. Es proposa als infants que dibuixin la seva família. Amb aquest dibuix es pot fer un mural o es poden escanejar tots els dibuixos i fer-hi una presentació digital.
5. També es pot preparar un espai a l'aula on es posi el mural, el llibre perquè els infants el puguin manipular formant diverses famílies i estris per dibuixar-les o per fer escrits (especialment els infants més grans) sobre els rols familiars o sobre qualsevol aspecte que vulguin ressaltar de la vida familiar.



#### Indicacions

Per dur a terme aquesta activitat es realitzen activitats en grup gran (moment de presentar el material), grup petit (a l'espai familiar creat a l'aula) i individualment (dibuix de la pròpia família, anotacions...).

### Recursos

- Llibre: Cerdà, M. Familiari. Barcelona: editorial Comanegra, 2014.
- Material fungible per dibuixar i fer murals.
- Impressora per escanejar els dibuixos.

### Activitats complementàries

- Amb la taula de llum o el projector s'ofereixen transparències de diferents membres d'una família. També es poden utilitzar les famílies de silicona perquè els infants juguin de forma lliure.
- Podem afegir al nostre espai familiar famílies d'animals, de ninots... perquè els infants juguin lliurement.

### Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Dibuixos.
- Anotacions fetes pels infants.

## 4.3 Viure en família

### Activitat 6. Inventem un conte

---



**Adreçada a infants a partir de 4 anys**



#### Objectius

- Reflexionar sobre els rols de gènere.
- Organitzar i exposar les idees pròpies.
- Afavorir el treball cooperatiu, en grup.



#### Durada aproximada

1 hora.



#### Desenvolupament

1. Amb la intenció d'engrescar els infants arriba a l'aula una carta de la mà d'un personatge màgic (un titella, la mascota de la classe, etc.). Aquesta carta proposa als infants la creació d'un conte, entre tot el grup, que contengui una estructura narrativa simple (tres escenes: presentació dels personatges, acció que duen a terme, cloenda de la història).

2. Es proposa als infants que elaborin el material per crear el conte: dibuixar cada un dels membres de la seva família (la mare, el pare, el padrí, la padrina, el germà o germana...), dibuixant el que més ganes els faci.

3. Tots els dibuixos dels infants es recullen i es guarden dins una capsa.

4. Cada setmana cinc infants diferents han de treure de la capsa, de forma aleatòria, un personatge cada un. Un cop elegits els personatges, es descriuen i se'n deixen les imatges exposades a la pissarra o un lloc visible per tots els infants.

5. Amb aquests personatges, en gran grup, han d'inventar una història (una de diferent cada setmana), tenint en compte totes les aportacions. Tothom ha de poder exposar les seves idees.

6. Un cop enllestida la història, la mestra o el mestre l'ha de narrar i conjuntament se n'ha de decidir el títol.

7. Els infants elaboren i decoren les tapes que contindran el títol, l'autoria del text i la de les il·lustracions, el nom de l'escola, la localitat i la data, i s'enquaderna el conte.





### » Indicacions

- Durant les converses i l'elaboració del conte els infants han de fer comentaris sobre els diferents rols familiars que desenvolupa cada membre de la família dins i fora de casa envers la criança dels infants i els quefers domèstics. Aquestes aportacions donaran informació sobre la seva vida familiar i les relacions que s'estableixen entre els diferents membres de la seva família. Es pot fer una reflexió sobre aquest tema amb els infants.
- Per elaborar el conte tindrem el suport visual, el referent serà la imatge del personatge dibuixat, la conversa anirà guiada per preguntes: Què farà? Per què? Què més li agrada fer? On li agrada anar?...
- Per elaborar les seqüències i les tapes del conte es poden fer petits grups, cada un s'encarregarà de: dibuixar, escriure la narració, posar el títol, l'autoria del text i de les il·lustracions, el nom de l'escola, la localitat i la data. Tot dependent del nivell maduratiu en què es trobi cada infant.

### 📄 Recursos

- Material fungible per fer dibuixos, escriure i decorar.
- Carta.
- Titella o mascota de la classe.
- Càmera fotogràfica.

### 🧩 Activitats complementàries

- Podem digitalitzar el conte, escanejant o fotografiant cada seqüència i la portada.

### 🏆 Avaluació

- Observació directa.
- Notes de camp.
- Enregistraments audiovisuals.
- Produccions dels infants.



# Implementació i avaluació

2.1 Orientacions per a la implementació

2.2 Orientacions per l'avaluació

# ORIENTACIONS PER A LA IMPLEMENTACIÓ

L'ESI s'ha de plantejar com un **procés progressiu d'ensenyament i aprenentatge i ha de formar part del projecte educatiu de centre**. Per aquesta raó requereix planificació i avaluació.

És convenient que tant la planificació com l'avaluació es facin de forma **diferenciada per cada cicle d'educació infantil** (de 0 a 3 anys i de 4 a 6 anys), ja que és possible que els dos cicles es facin a escoles diferents.

**Per tal d'assegurar que l'ESI es desenvolupa de forma integral és necessari que, en cada cicle, es treballin totes les unitats didàctiques.**

També convé planificar per cada cicle d'educació infantil perquè així és més fàcil ajustar els objectius a una etapa educativa i també assegurar que en cada cicle s'han treballat totes les unitats didàctiques.

Les taules següents poden **facilitar la planificació i el seguiment de la implementació en cada cicle** perquè permeten visualitzar el conjunt del procés de l'ESI durant els tres cursos que integren un cicle.

En les taules s'han detallat les activitats que conté aquesta guia però com ja s'ha esmentat en la introducció, **per a cada curs es poden utilitzar les activitats tal com estan, adaptades o bé utilitzar-ne de noves**, sempre que s'asseguri el compliment dels objectius de la unitat didàctica a què pertany l'activitat modificada o substituïda.

## EIX 1: LA SEXUALITAT

Activitat	Cicle		
Unitat didàctica: El cos			
	Curs		
	1r	2n	3r
1. Ambient de mediateca i conte de n'Elmer			
2. Relaxació			
3. Trobam les parts del cos			
4. Per a què serveix			
5. Ballam les parts del cos			
6. Escolta i cerca-la			

## EIX 1: LA SEXUALITAT

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: La reproducció

Curs

	1r	2n	3r
1. Quina panxa!			
2. Vull sortir			
3. Com es fan els bebès?			

Unitat didàctica: El sexe, el gènere i la identitat sexual

Curs

	1r	2n	3r
1. Diversitat i igualtat			
2. Un nin o una nina?			
3. Princeseta, princeset			
4. Trastoca el conte			

## EIX 2: LES SENSACIONS

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: El plaer i el desplaer

Curs

	1r	2n	3r
1. Ioga			
2. Massatge			
3. Sessions de psicomotricitat			
4. Sortides al parc			
5. Jugam amb teles			
6. Paperins			
7. Cantam un conte			
8. La pilota que respira			
9. Ens relaxam?			
10. La senyora NO			

## EIX 2: LES SENSACIONS

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: Les necessitats i els desitjos

Curs

	1r	2n	3r
1. En Blef			
2. Pobres vora el mar			
3. Necessites ajuda?			
4. No puc, no			
5. La fórmula màgica			
6. T'ajud!			
7. Anam a canviar el bolquer amb en Blef			
8. Ens ajudam			
9. A què jugam avui?			
10. Les estàtues			

### EIX 3: LA CONDUCTA SEXUAL

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: La intimitat, el respecte i la conducta sexual

Curs

	1r	2n	3r
1. El meu cos			
2. On és le meu tresor?			
3. La meva capsa			
4. Un espai d'intimitat			
5. En Kiko i n'Estela			
6. El color dels secrets			
7. Paraules dolces			
8. Besades i abraçades			

## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se

Curs

	1r	2n	3r
1. Conte: De quin color és un petó?			
2. Ona musical			
3. Emocionari de l'aula			
4. Feim un reportatge			
5. Respira			
6. Espai de calma			
7. Explosió d'emocions			
8. Així són les meves emocions			
9. Cuidar-se també és estimar			
10. Umpl el buit			
11. Ens divertim fent ioga			
12. Tranquil·litat i atenció			



## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: Relacionar-se

Curs

	1r	2n	3r
1. Tots iguals, tots diferents			
2. La meva cara			
3. Conte: Orelles de papallona			
4. De qui és?			
5. Conte: Monstre rosa			
6. Un moment per a cada aniversari			
7. Resoldre el cademat			
8. Moviment lliure i únic			
9. Som persones úniques			
10. Compartir el silenci			

## EIX 4: L'ART D'ESTIMAR

Activitat

Cicle

Unitat didàctica: Viure en família

Curs

	1r	2n	3r
1. Protagonista de la setmana			
2. Conte: Amb la Tango són tres			
3. La família colombiana d'en Botero			
4. El conte viatger			
5. Som família			
6. Inventam un conte			

# ORIENTACIONS PER A L' AVALUACIÓ

L'avaluació que es proposa és **de procés i de resultats**. Les finalitats són:

- Conèixer el grau d'assoliment dels objectius per part de cada infant, i del grup d'infants en conjunt.
- Millorar les situacions educatives per ajustar-les a les necessitats dels infants mitjançant un procés de revisió de l'adequació de cada unitat didàctica.
- Millorar la pràctica educativa pròpia mitjançant un procés d'avaluació continuada, a través de la reflexió, el debat i les propostes de millora de la pràctica docent.

**Al final de cada activitat es detallen els instruments d'avaluació** (observació directa, enregistrament fotogràfic, en vídeo, dibuixos fets pels infants, notes de camp, diari anecdòtic...). Aquests instruments s'han seleccionat en funció dels objectius i el desenvolupament de l'activitat.

**Amb l'anàlisi del que s'ha documentat en cada activitat es pot avaluar el compliment dels objectius**, de forma individualitzada per cada infant. **Per fer-ho, es pot utilitzar una graella d'observació**. Aquesta graella pot incloure també objectius generals, com ara els d'actitud i autonomia, participació, relació amb l'adult i amb els altres infants. **La graella que es proposa a continuació n'és un exemple**. Els ítems d'avaluació i el grau de consecució dels objectius utilitzats són els del GESTIB.

## AVALUACIÓ DE L'ACTIVITAT (Títol de l'activitat):

Eix: Unitat didàctica:

Nom de l'infant:

Data:

Objectius de l'activitat relacionats directament amb l'ESI (empenau-los)	Grau de compliment dels objectius				
	Sempre	Quasi Sempre	De vegades	Mai	NP*
Actitud i autonomia	Grau de compliment dels objectius				
	Sempre	Quasi Sempre	De vegades	Mai	NP*
Hi mostra interès					
Demana ajuda quan en necessita					
Mostra iniciativa					
Mostra desig de superació de les dificultats					
Té cura del material					

## AVALUACIÓ DE L'ACTIVITAT (Títol de l'activitat):

**Eix:**                      **Unitat didàctica:**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Participació	Grau de compliment dels objectius				
	Sempre	Quasi Sempre	De vegades	Mai	NP*
Hi participa activament					
Comunica idees, sentiments, necessitats, experiències...					
Relació amb l'adult i amb els altres infants	Grau de compliment dels objectius				
	Sempre	Quasi Sempre	De vegades	Mai	NP*
Mostra interès per comunicar-se					
Es relaciona positivament amb l'adult					
Es relaciona positivament amb els altres infants					
Regula l'expressió de sentiments i emocions					

**\*NP: No pertoca avaluar-ho en aquesta activitat**

L'anàlisi sistemàtica de les avaluacions de cada activitat permet conèixer la consecució dels objectius de la unitat didàctica corresponent per part de cada infant.

Les graelles que es presenten a continuació poden servir d'instruments per enregistrar l'avaluació de consecució dels objectius de cada unitat didàctica.

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA: El cos** Eix: La sexualitat

Nom de l'infant:

Data:

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Identifica les parts externes del cos				
Observa que tots els cossos tenen similituds i diferències				
Reconeix que cada persona és única i diferent de totes les altres				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA: La reproducció** Eix: La sexualitat

Nom de l'infant:

Data:

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Describeu com es produeix un embaràs				
Describeu les diferents etapes de l'embaràs				
Describeu la forma en què el nadó surt a l'exterior				
Coneix la importància de l'afecte i la responsabilitat quan es produeix un embaràs				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

## AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA: El sexe, el gènere i la identitat sexual

### Eix: La sexualitat

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Tria lliurement els jocs i les joguines sense considerar els estereotips de gènere				
Identifica els rols i comportaments que considera femenins i els que considera masculins i reflexiona sobre per què els hi considera				
Expressa lliurement la seva identitat sexual i de gènere				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA: El plaer i el desplaer**  
**Eix: Les sensacions**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Pren consciència de les diferents sensacions que el cos li permet sentir (calor, fred, humitat, sons, olors, contacte...).				
Pren consciència de la importància de respectar l'espai vital de cada persona				
Gaudeix del plaer de jugar				
Gaudeix del plaer de les experiències sensoriomotrius				
Gaudeix de les situacions de quietud i repòs				
Gaudeix de l'expressió creativa				
Identifica el desplaer com un senyal d'alerta				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				



**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA: Les necessitats i els desitjos**  
**Eix: Les sensacions**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Coneix les necessitats fisiològiques bàsiques				
Manifesta una actitud positiva envers el cos i les seves funcions				
Diferencia entre una queixa i una petició				
Coneix la diferència entre el que és una necessitat i el que és un desig				
Identifica necessitats pròpies				
Identifica desitjos propis				
Demana ajuda quan en necessita				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA:**  
**La intimitat, el respecte i la conducta sexual**  
**Eix: La conducta sexual**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Incorpora el concepte d'intimitat				
Valora la intimitat com un dret de totes les persones				
Identifica clarament quines persones poden accedir al seu cos i en quines condicions				
Coneix la diferència entre comportar-se de forma educada i haver de manifestar afecte				
Reconeix quan se sent obligat a fer una cosa que no li agrada (especificau si és amb altres infants o amb persones adultes)				
Reconeix les emocions que l'han d'alertar				
Descobreix el plaer sexual sense por i sense culpa				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA:**  
**Conèixer-se, acceptar-se i estimar-se**  
**Eix: L'art d'estimar**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Identifica i coneix les emocions bàsiques				
S'accepta de forma ajustada i positiva				
Reconeix que tenir cura de si mateix és una forma d'estimar-se				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA:**  
**Relacionar-se**  
**Eix: L'art d'estimar**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Es comunica de forma empàtica i assertiva				
Es comporta de manera respectuosa amb els altres infants (sense manipular, enganyar, pressionar, obligar, agredir o menysprear)				
Manifesta les emocions desplaents (ràbia, gelosia, enveja...) de forma ajustada				
Ajuda els altres infants quan ho necessiten, en la mesura de les seves possibilitats				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**AVALUACIÓ DE LA UNITAT DIDÀCTICA:**  
**Viure en família**  
**Eix: L'art d'estimar**

**Nom de l'infant:**

**Data:**

Objectius	Grau de compliment dels objectius			
	Assolit	Assolit en part	No assolit	NP*
Descriu com és la família pròpia				
Veu amb naturalitat la diversitat de formes familiars				
Comprèn que els membres d'una família han de cooperar i tenir cura dels seus membres				
<b>Observacions i dificultats observades, si escau</b>				

**A continuació s'exposa una graella que pot servir d'exemple** per avaluar la idoneïtat de la unitat didàctica i de la pràctica docent **com a instrument d'avaluació i millora contínua.**

## VALORACIÓ DE LA IDONEÏTAT DE LA UNITAT DIDÀCTICA I DE LA PRÀCTICA DOCENT

**Grup:**

**Data:**

**UNITAT DIDÀCTICA (especificau la unitat):**

Els objectius de la unitat didàctica han estat assolits per... (especificau els objectius en les files següents)	Grau de compliment dels objectius				
	Tot el grup	Més de la meitat del grup	La meitat del grup	Menys de la meitat	Cap infant
PRÀCTICA DOCENT	Grau de valoració (0 puntuació més baixa)				
	1	2	3	4	5
<b>Activitats</b> Despertem l'interès dels infants? Els provoquen reptes? Quins? (especificau-los en observacions)					
<b>Materials</b> Són adequats a la intenció educativa? Permeten opcions obertes i flexibles?					
<b>Espais</b> Són adequats els espais on s'han dur a terme les activitats?					
<b>Temps</b> És adequada la temporització de les activitats?					
<b>Temps</b> És adequada la temporització de les activitats?					

## VALORACIÓ DE LA IDONEÏTAT DE LA UNITAT DIDÀCTICA I DE LA PRÀCTICA DOCENT

**Grup:**

**Data:**

**UNITAT DIDÀCTICA (especificau la unitat):**

PRÀCTICA DOCENT	Grau de valoració (0 puntuació més baixa)				
	1	2	3	4	5
<p><b>Organització dels grups d'infants</b> El nombre d'infants és adequat en funció de l'espai i els materials? Respecta els ritmes individuals? Hi han pogut participar tots els infants en funció de les seves possibilitats?</p>					
<p><b>Clima relacional</b> Ha provocat interacció entre els infants? Com s'han produït? Es donen situacions comunicatives? Han sorgit conflictes i/o dificultats?</p>					
<p><b>Intervenció de l'adult</b> Les intervencions de l'adult han estat les esperades pel tipus d'activitats de la unitat didàctica? En cas de puntuació baixa, especificau en observacions quin tipus d'intervencions no esperades s'han hagut de fer, si s'han hagut de fer més intervencions de les esperades i amb quina finalitat (controlar, per ajudar, per resoldre conflictes...)</p>					
<p><b>OBSERVACIONS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dificultats observades per assolir els objectius</li> <li>• Observacions sobre el procés de la pràctica docent</li> </ul>					
<p><b>PROPOSTES DE MILLORA</b></p>					

## ANNEX 1. LA SEXUALITAT I EL DESENVOLUPAMENT DE L'INFANT

---

### Què entenem per sexualitat?

Quan es diu la paraula «sexualitat», el primer que sol venir al cap són les relacions sexuals. Però la sexualitat va molt més enllà, és inherent a la nostra essència com a éssers humans i la podem entendre com una forma especial d'energia, l'energia eròtica, que expressam des del començament fins al final de la nostra vida.

**Tot el nostre ésser està involucrat en l'expressió de la sexualitat.**

Naixem amb un cos sexuat: els gens, el perfil hormonal, el cervell, la figura corporal, els genitals i la nostra forma de reproducció són sexuats. L'expressió de la sexualitat abasta també les emocions i els sentiments, l'autoestima, la forma de comunicar-nos, la identitat sexual i l'orientació del desig.

**Hi ha infinites formes d'expressar la sexualitat, tantes com persones.**

### Quin paper juga la sexualitat en el desenvolupament de l'infant?

Durant el desenvolupament de l'infant continua el procés de sexuació que s'ha iniciat abans del naixement. L'infant descobreix el seu cos i les sensacions de plaer i desplaer. També conforma la seva expressió de gènere, les preferències eròtiques i de conducta sexual i la forma de comunicar les emocions, els sentiments, les necessitats i els desitjos. Progressivament es reconeix com una persona única, digna de ser estimada, de sentir plaer i de gaudir de la vida.

**La forma com es desenvolupa el procés de sexuació d'un infant té conseqüències immediates en la seva vida i en el seu futur.**

Les circumstàncies i vivències que afecten de manera positiva o negativa el procés de sexuació influeixen en totes les àrees del desenvolupament de l'infant: física, emocional, afectiva, ètica i de valors, social, cognitiva, intel·lectual, creativa...

El procés de sexuació dura tota la vida, però té una importància cabdal durant la infància, la pubertat i l'adolescència. En aquestes etapes de la vida s'estableixen patrons expressius que formaran part de la vida adulta i que encara que es puguin modular i canviar, exerciran una influència en el comportament sexual del futur. Modificar aquests patrons requerirà la presa de consciència de la necessitat de canvi i un esforç important. L'ESI ajuda a assolir patrons expressius positius de la pròpia sexualitat mitjançant la reflexió, la comprensió i l'adquisició d'habilitats.



## ANNEX 2. L'EDUCACIÓ SEXUAL INTEGRAL

---

### Quina és la millor manera d'educar la sexualitat?

La sexualitat es pot educar de la mateixa manera que s'eduquen altres aspectes de l'estil de vida, com l'alimentació, el descans, l'activitat física... En qualsevol d'aquests aspectes, educam de forma conscient i inconscient, amb el que feim i amb el que no feim, amb el que deim i amb el que no deim, amb el llenguatge verbal i no verbal. Per això és imprescindible fer conscient allò que ens pot condicionar a l'hora d'educar: les vivències, els valors, les creences, les actituds, les nostres reaccions i forma de comportar-nos en moments de tensió... Tot això és important tant si la l'educació es fa a la família com si es fa a l'escola o en qualsevol àmbit on el fet educatiu és rellevant.

#### **L'educació sexual és una responsabilitat col·lectiva.**

L'educació sexual informal que proporcionen la família, les amistats, internet, la televisió, la premsa...pot ser insuficient, incompleta o fins i tot errònia. La reticència a parlar sobre sexualitat (per por, vergonya, tabús, inseguretat, certes creences...), la hipersexualització en els mitjans de comunicació, l'auge de la pornografia gratuïta a internet i la informació sexista o amb fins interessats, són alguns dels aspectes que tenen com a conseqüència una educació sexual esbiaixada, que omet els aspectes relacionats amb l'afectivitat, la comunicació, l'ètica de les relacions i la diversitat sexual, i que genera desinformació i desconcert en els infants i joves. Per aquests motius i per garantir un aprenentatge correcte i suficient dels aspectes que intervenen en les relacions afectives i sexuals és necessari que l'educació sexual es faci també en els centres educatius.

#### **L'ESI és una inversió per a la salut i el benestar col·lectius. És una eina de prevenció de problemes individuals i socials relacionats amb la sexualitat.**

L'ESI contribueix a construir una societat més igualitària, respectuosa i sexualment sana. És també una eina de prevenció d'infeccions de transmissió sexual, d'embarassos no desitjats, d'abusos sexuals, de qualsevol tipus de violència sexual i de problemes emocionals i socials relacionats amb la sexualitat.

### Com es pot educar la sexualitat a l'escola?

L'ESI s'ha de plantejar com un procés progressiu d'ensenyament i aprenentatge sobre els aspectes cognitius, psicològics, físics i socials de la sexualitat.

El propòsit de l'ESI és facilitar coneixements científicament contrastats i afavorir l'adquisició d'habilitats i actituds per viure la sexualitat amb plaer i de forma satisfactòria, digna, segura i respectuosa (UNESCO, 2010 i 2016).

A l'escola, els infants poden aprendre els valors de la igualtat, de la tolerància, del respecte i del bon tracte. També poden aprendre a conèixer-se i a discernir si les influències que reben del seu entorn són bones o no per a la seva vida, i a actuar-hi en conseqüència.

#### **L'ESI s'ha d'entendre com un projecte de centre, estructurat, continuat i planificat.**

Emprendre la tasca de l'educació sexual integral és un repte que pot aportar importants gratificacions a l'equip d'educació:

- Permet una millora de l'autoconeixement de l'equip docent perquè propicia un temps d'informació, d'estudi, de reflexió i de connexió amb els pensaments i emocions que el tema suscita.

## ANNEX 2. L'EDUCACIÓ SEXUAL INTEGRAL

---

- Millora la connexió entre la persona educadora i l'infant, perquè els recursos educatius que s'hi utilitzen ajuden a acompanyar-lo en el procés de desenvolupament afectiu i sexual des d'una mirada lliure de prejudicis i de temors. L'infant capta aquesta forma de mirar amorosa i respectuosa i el fa sentir una persona digna de consideració.
- Augmenta la satisfacció professional perquè ajuda a observar de quina manera la tasca educativa influeix en el fet que l'infant, progressivament, es reconegui com una persona única, digna de ser estimada, de sentir plaer i de gaudir.

### **L'ESI i l'educació sexual que es fa en família s'han de complementar i han de convergir per assolir el mateix objectiu.**

Una educació sexual correcta en família i en el centre educatiu és essencial. La primera ofereix informació, exemple i acompanyament per desenvolupar una sexualitat sana; la que s'ofereix en l'entorn educatiu assegura l'adquisició dels coneixements, les actituds i les habilitats necessaris per a aquesta mateixa finalitat. Totes dues es complementen i haurien de convergir per assolir el mateix objectiu (OMS 2010).

### **Quins són els criteris per valorar si l'ESI és de qualitat?**

L'ESI s'ha de dur a terme observant els principis següents:

- La consideració de l'ESI com un dret que ha de ser accessible a tots els infants i joves, en condicions d'igualtat i d'equitat.
- Un enfocament positiu que transmeti que la sexualitat és per gaudir-la. S'ha de fer de forma oberta, relacionant la sexualitat amb el joc, el plaer i l'humor, i no únicament amb les situacions de risc.
- La valoració i el respecte de la diversitat en l'expressió de la sexualitat. Això inclou l'orientació sexual, la identitat sexual i l'expressió de gènere.
- La inclusió de tots els aspectes de la sexualitat humana: físics, psicològics, espirituals i socials.
- L'anticipació als esdeveniments. La informació sobre els canvis propis del desenvolupament sexual s'ha d'oferir amb antelació. Aquesta informació actua com un factor de protecció i permet afrontar els canvis de forma natural i amb serenitat.
- L'adaptació al nivell de desenvolupament i comprensió de l'infant.
- La metodologia d'ensenyament, que ha de ser participativa i ha d'utilitzar l'aprenentatge significatiu.
- Un clima de confiança, naturalitat i respecte. Requereix tractar els infants com a individus capaços de prendre decisions en les seves vides.
- La sustentació en informació científicament contrastada. Cal diferenciar el que és saludable o no del que cada persona considera apropiat fer o no fer segons els seus valors i creences.
- L'arrelament en els principis ètics de les relacions: el consentiment, el plaer i el benestar compartits, la igualtat, l'honestedat en les relacions i la consideració de la pròpia salut i la de la persona amb qui ens relacionam.

# BIBLIOGRAFIA

## General

INSTITUT PER A LA CONVIVÈNCIA I ÈXIT ESCOLAR. *Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022*. Conselleria d'Educació, Universitat i Recerca. Direcció General de Primera Infància, Innovació i Comunitat Educativa, 2019 [en línia].  
[https://intranet.caib.es/sites/convivexit/ca/igualtat\\_i\\_dona/archivopub.do?ctrl=MCRST-8146ZI306051&id=306051](https://intranet.caib.es/sites/convivexit/ca/igualtat_i_dona/archivopub.do?ctrl=MCRST-8146ZI306051&id=306051)

ONUSIDA. *Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad (vol. I) Justificación de la educación en sexualidad*. UNESCO. Santiago de Chile, 2010 [en línia].  
[https://educacionsexual.mineduc.cl/docs/2010\\_%20UNESCO\\_OrientacionesEdSexualUnesco.pdf](https://educacionsexual.mineduc.cl/docs/2010_%20UNESCO_OrientacionesEdSexualUnesco.pdf)

TOMÀS VIDAL, A. M.; ORDINAS VAQUER, M.; CALDÉS I ADROVER, L., ARANGUREN BALERDI, R. M. «Amb tots els sentits». *Educació afectiva i sexual a la infància i a la pubertat. Document de consulta per al professorat*. Palma: Conselleria de Salut i Consum. Direcció General de Salut Pública i Participació, 2020 [en línia].  
[http://www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb\\_tots\\_els\\_sentits/](http://www.caib.es/sites/salutsexual/ca/amb_tots_els_sentits/)

UNESCO, ONU MUJERES, ONUSIDA, OMS, UNFPA, UNICEF. *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: un enfoque basado en la evidencia*. UNESCO. Suïssa, 2018 [en línia].  
<https://www.who.int/reproductivehealth/publications/technical-guidance-sexuality-education/es/>

## Eix 1: La sexualitat

BERGADÀ, N. *Aprenentatge basat en projectes: Exemple pràctic*. [en línia]  
<https://natibergada.cat/aprenentatge-basat-en-projectes-exemple-practic/>  
[Consulta: 14 juny 2021]

CARBONELL, L. ESSOMBA M.A; VALERO, J. «Els projectes de treball: una eina a l'abast». *Revista Guix. Monogràfic VII Jornades d'Escoles* (núm. 325, juny 2006). Generalitat de Catalunya. Departament d'Ensenyament. Xarxa Competències Bàsiques.

CUCORBA. Cançó i ball d'En Joan Ppetit: <https://youtu.be/mdNuH7seoj8>

DE PUIG, I; SÁTIRO, A. *Filosofia 3/18. Tot pensant. Recursos per a l'educació infantil*. Girona: Eumo Editorial, 2000. [en línia]  
<https://es.slideshare.net/monicasalazarsaura/filosofia-318-3978439>

MAIDEU, J. *Assaig. Cançons i exercicis*. Vic: editorial EUMO (Lletra completa i partitura: pàgina 22), 1991.

## Eix 2. Les sensacions

FEMENÍAS, M. *El masaje infantil aplicado a la escuela: Nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en Atención Temprana*. Tesi doctoral. Palma: Facultat d'Educació, Universitat de les Illes Balears. 2009. [en línia] <http://www.tdx.cat/TDX-0313109-140705> [Consulta: 15 juny 2021].

GOBIERNO DE NAVARRA, DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN. *El programa Skolae, un itinerario para vivir en libertad*. Pamplona: 2019.

PODALL, A. *La filosofia 3/18. Aplicació i avaluació a l'escola d'Educació Infantil, Treball final de Grau en Mestra*. Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes. Universitat de Vic–Universitat Central de Catalunya, 2018 [en línia].

RAMADIER, C. *Comer un lobo*. Salamanca: Editorial Pequeñológuéz. 2016.

### Eix 3. La conducta sexual

BRAVO, M, JUÁREZ, J.M. I ara, com t'ajudo? Recomanacions per a familiars. Quan hi ha una revelació de violència sexual en nens, nenes i adolescents. Barcelona: Direcció General d'Execució Penal a la Comunitat i Justícia Juvenil. Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada, 2021. [en línia] [http://cejfe.gencat.cat/web/.content/home/recerca/catalog/crono/2020/Guia\\_Pares-Mares-CAT.pdf](http://cejfe.gencat.cat/web/.content/home/recerca/catalog/crono/2020/Guia_Pares-Mares-CAT.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

BRAVO, M. JUÁREZ, J.R. I tu, saps com preguntar-me? Intervenció en infància i adolescència davant la revelació de violència sexual. Recomanacions per a professionals. Barcelona: Direcció General d'Execució Penal a la Comunitat i Justícia Juvenil. Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada, 2021. [en línia] [http://cejfe.gencat.cat/web/.content/home/recerca/catalog/crono/2020/Guia\\_Professionals-CAT.pdf](http://cejfe.gencat.cat/web/.content/home/recerca/catalog/crono/2020/Guia_Professionals-CAT.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

CABRERA, J. SANJUÁN, C. BARROSO, L. Módulo 1: Sexualidad infantil y violencia sexual contra la infancia. Manual formativo para profesionales del sector educativo en detección y notificación de la violencia sexual contra la infancia. Save the Children, 2020. [en línia] [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo\\_Modulo1.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo_Modulo1.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

CABRERA, J. SANJUÁN, C. BARROSO, L. Módulo 2: Indicadores de violencia sexual contra la infancia. Manual formativo para profesionales del sector educativo en detección y notificación de la violencia sexual contra la infancia. Save de Children, 2020. [en línia] [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo\\_Modulo2.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo_Modulo2.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

CABRERA, J. SANJUÁN, C. BARROSO, L. Módulo 3: La revelación de la violencia sexual contra la infancia. Manual formativo para profesionales del sector educativo en detección y notificación de la violencia sexual contra la infancia. Save the Children, 2020. [en línia] [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo\\_Modulo3.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo_Modulo3.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

CABRERA, J. SANJUÁN, C. BARROSO, L. Módulo 4: Limitaciones o miedos de los profesionales sobre las revelaciones y las notificaiones. Manual formativo para profesionales del sector educativo en detección y notificación de la violencia sexual contra la infancia. Save the Children, 2020. [en línia] [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo\\_Modulo4.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/ManualFormativo_Modulo4.pdf) [Consulta: 16 juliol 2021].

### Eix 4. L'art d'estimar

Blog Fer de mestres. Recull de recursos, reflexions i experiències per a l'Educació Infantil. <http://ferdemestres.blogspot.com/>

Blog Maresipares. Fem ioga amb els nostres fills i filles. <https://maresipares.cat/ioga-amb-nens/Educación 3.0. 10 recursos para introducir el ioga y el mindfulness en el aula.> <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/recursos-yoga-mindfulness-aula/>

Generalitat de Catalunya. Departament d'Ensenyament. Pràctiques restauratives: cercles de diàleg. <http://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/recursos/resconflictos/documentos/protocolos-conflictos-greus/cercles-de-dialeg.pdf>

La música en el projecte Filosofia 3/18. Grup IREF, 2009. [en línia] <http://www.grupiref.org/documentos/dossier-pensar-amb-musica.pdf> [Consulta: 15 juny 2021].

LÓPEZ, L. Relajación en el aula. Recursos para la educación emocional. Madrid: Wolters-Kluwer, 2007. Institut per la Convivència i l'Èxit Escolar: Pràctiques restauratives [https://www.caib.es/sites/convivexit/ca/convivancia\\_mediacion\\_i\\_practiques\\_restauratives/](https://www.caib.es/sites/convivexit/ca/convivancia_mediacion_i_practiques_restauratives/)

NHAT HANH, T. Plantant llavors. La pràctica del mindfulness amb nens. Madrid: Kairós, 2015.

PAJALUNGA, L. Juguem a fer ioga. Editorial Vicens Vives, 2017.

PIKLER, E. Moverse en libertad. Desarrollo de la movilidad global. Narceas Ediciones, 2005.

PODALL, A. La filosofia 3/18. Aplicació i avaluació a l'escola d'Educació Infantil, Treball final de Grau en Mestra. Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes. Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya, 2018 [en línia].

PUIG, I. «A les sessions de filosofia 3/18 no cal votar». Butlletí de filosofia 3/18. Núm. 81-82, abril 2010. [en línia]  
<https://www.grupiref.org/documentos/NO-ES-VOTA.pdf> [Consulta: 15 juny 2021]

ROT, G. 5 Ritmos. <https://www.5rhythms.com/es/>

SALMURRI, F. Llibertat emocional. Barcelona: editorial La Magrana, 2015.

SNEL, E. Tranquils i atents com una granota. Barcelona: editorial Kairós, 2018.  
[http://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/5584/trealu\\_a2018\\_podall\\_ariadna\\_filosofia\\_318\\_annexes.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/5584/trealu_a2018_podall_ariadna_filosofia_318_annexes.pdf?sequence=2&isAllowed=y) [Consulta: 15 juny 2021]

## MARC NORMATIU

El programa d'ESI «Amb tots els sentits» pretén donar resposta a les recomanacions internacionals, nacionals i autonòmiques sobre educació afectiva i sexual:

- L'Organització Mundial de la Salut (OMS) i l'Organització de les Nacions Unides per a l'Educació, la Ciència i la Cultura (UNESCO) evidencien que una educació afectiva i sexual clara, positiva, holística i correcta, adaptada a cada edat i entesa com una àrea de potencial humà, aporta coneixements basats en dades empíriques, habilitats, actituds i valors que empoderen per viure la sexualitat amb plaer, satisfacció, seguretat i respecte.

- La Llei orgànica 2/2002, de 3 de març, de salut sexual i reproductiva, estableix que el sistema educatiu ha de preveure la formació en salut sexual i reproductiva com a part del desenvolupament integral de la personalitat i de la formació en valors.

- L'Estratègia Nacional de Salut Sexual i Reproductiva recomana potenciar l'educació sexual en la infància i en l'adolescència, en el marc de l'àmbit educatiu, d'acord amb el nivell de desenvolupament de cada edat, prenent com a referència la visió holística de la sexualitat i la diversitat d'orientacions i identitats sexuals.

- El Consell Interterritorial del Sistema Nacional de Salut recomana, en el document Ganar salut con la juventud, que les institucions de salut pública editin materials didàctics per a escoles, pares i mares i la població en general. També recomana que l'educació sexual s'integri en el projecte educatiu de centre (PEC).

- El Pla Estratègic Nacional de Prevenció i Control de la Infecció pel VIH i altres Infeccions de Transmissió Sexual i l'Estratègia de VIH/SIDA de les Illes Balears estableixen com a prioritat la realització de programes educatius integrals en els centres educatius perquè infants i adolescents adoptin conductes sexuals saludables.

- La Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació (LOE), indica en l'article 151.e) que una de les funcions de la inspecció educativa és la de vetllar pel compliment i l'aplicació dels principis i valors que es recullen en aquesta Llei, inclosos els destinats a fomentar la igualtat real entre homes i dones.

- La Llei 8/2016, de 30 de maig, per garantir els drets de lesbianes, gais, trans, bisexuals i intersexuals i erradicar l'LGTBI-fòbia, disposa que en l'àmbit de l'educació s'han regulat qüestions perquè en tot el sistema educatiu es tinguin en compte la diversitat afectiva i sexual i s'eviti qualsevol tipus de discriminació i perquè es disposi de mesures de prevenció i actuació contra l'assetjament de què puguin ser objecte les persones LGTBI, en l'àmbit escolar.

- La Llei 11/2016, de 28 de juliol, d'igualtat de dones i homes a les Illes Balears, assenyala que en l'àmbit educatiu l'administració educativa ha de tenir com un principi bàsic la prevenció de conductes violentes en tots els nivells educatius, especialment de la violència masclista. També ha de garantir la posada en marxa als centres de projectes coeducatius que fomentin la construcció de les relacions igualitàries de les dones i els homes sobre la base de criteris d'igualtat que ajudin a identificar i eliminar les situacions de discriminació per orientació i identitat sexual i les de violència masclista.

- La Llei Orgànica 3/2020, de 29 de desembre (LOMLOE), per la qual es modifica la Llei Orgànica 2/2006 (LOE), de 3 de maig, d'educació (BOE núm. 340, de 30-12-2020). L'educació sexual es recull en aquesta Llei com una matèria transversal, tant per a educació primària com per a educació secundària.

- La Llei orgànica 8/2021, de 4 de juny, de protecció integral a la infància i l'adolescència front a la violència (BOE núm. 134, de 05-06-2021). A l'apartat d'educació, art. 30, fa referència a l'educació afectiva i sexual.
- El Decret 67/ 2008, de 6 de juny, pel qual s'estableix l'ordenació general dels ensenyaments de l'educació infantil, l'educació primària i l'educació secundària obligatòria a les Illes Balears.
- El Decret 71/2008, de 27 de juny, pel qual s'estableix el currículum de l'educació infantil a les Illes Balears.
- El Decret 32/2014, de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears.
- El Decret 34/2015, de 15 de maig, pel qual s'estableix el currículum de l'educació secundària a les Illes Balears.
- El Pla de Coeducació de les Illes Balears 2019-2022 esmenta, com a objectiu general 4, «Oferir una educació afectiva i sexual integral, amb perspectiva de gènere, que atengui la diversitat sexual, les diferents identitats de gènere i la diversitat familiar, i promoure l'establiment de relacions positives, saludables i igualitàries».



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I DIRECCIÓ GENERAL  
B SALUT PÚBLICA  
/ I PARTICIPACIÓ



G CONSELLERIA  
O EDUCACIÓ  
I I FORMACIÓ  
B PROFESSIONAL  
/ DIRECCIÓ GENERAL  
PRIMERA INFÀNCIA,  
INNOVACIÓ I COMUNITAT  
EDUCATIVA