

TÍTOL: «El meu petit»

SINOPSI: La Bleda estima molt la seva mascota i li explica coses boniques, li dona menjar, juga amb ella, miren la tele... La mascota se sent molt cuidada i estimada!

ALUMNAT: Primària (cicle inicial), tot i que les activitats es poden adaptar i dur a terme també amb infants de quatre a dotze anys.

EMOCIÓ PRINCIPAL: Amor

És una emoció universal d'estimació i afecte. L'amor és una de les primeres emocions que sentim quan naixem, ens ofereix seguretat, ja que ens permet establir vincles amb les persones properes. Tenim ganes d'estar amb l'altre, de tenir-ne cura. Experimentem sensacions agradables com l'alegria i la protecció. Somriem, ens brillen els ulls, la nostra cara està relaxada, no hi ha tensió. Tenim ganes d'abraçar, de tocar, d'acaronar, de compartir. Quan sentim molt d'amor notem una calidesa molt gran dins del nostre pit, a prop del cor, que té ganes de sortir!

ALTRES EMOCIONS: Tendresa, felicitat, satisfacció...

OBJECTIUS: Ajudar els infants a identificar i prendre consciència de les emocions pròpies i dels altres, per tal de poder regular-les de manera adequada i assolir un bon equilibri emocional. Treballar l'amor i altres emocions relacionades.

DESENVOLUPAMENT: Visioneu el vídeo amb el vostre alumnat. Podeu fer-ho d'una tirada o anar aturant el vídeo per facilitar la interacció en diferents moments de la història. A partir de la frase final «**I a tu, quina emoció t'esquitxa?**», podem fer una pluja d'idees i anotar-les a la pissarra, o seure en cercle a terra i, senzillament, compartir. Demaneu-los que expressin:

- Quines emocions creieu que sent la Bleda? Per què?
- Triem entre tots l'emoció bàsica que predomina al vídeo. Creieu que és agradable o desagradable? Per a què creieu que serveix?
- Què feu vosaltres quan sentiu aquesta emoció? On sentiu l'emoció? Quina cara poseu? Què fa el vostre cos?
- Creieu que tothom ho expressa igual?
- Què us fa sentir aquesta emoció? Quines vivències o anècdotes podeu explicar d'aquesta emoció?

Podeu fer grups de tres o quatre i demanar-los que preparin una petita representació sobre l'emoció treballada. Establiu vosaltres les característiques: si és una representació muda facilita l'expressió corporal; si és parlada, podeu treballar la comunicació interpersonal i l'expressió oral; podeu marcar certes paraules que hagin de sortir a la història; podeu fer-la en anglès, fer un ball o una coreografia... També podeu facilitar l'expressió plàstica i artística de l'emoció a través de la pintura (l'ús de pintures de dits és interessant per a l'expressió ja que els permet pintar amb les

pròpies mans, sense eines), del collage, de la pasta de sal... També podeu utilitzar les [«Músiques per emocionar-se»](#).

PARLEM-NE UNA MICA MÉS. A partir de l'activitat inicial podem demanar a l'alumnat que:

- Escriguin cinc paraules relacionades amb l'amor.
- Escriguin el nom de tres persones per les quals senten amor (també s'hi valen mascotes).
- Escriguin de quines maneres expressen l'amor (amb quines paraules, gestos, accions...).

LA CONFIANÇA ÉS LA BASE DE L'AMOR. Per tal de treballar la confiança mútua i afavorir la cohesió de grup, us proposem l'exercici següent en parelles que creareu de forma aleatòria dins del vostre grup:

En primer lloc, un o una integrant de la parella tanca els ulls i l'altra persona, que manté els ulls oberts, li ressegueix la cara amb els dits, com si tingués pintura a la punta dels dits; amb moviments suaus i petites pressions. Ho farem un parell de minuts per a cada rol.

En segon lloc, amb la mateixa parella, fem un joc de confiança que podem acompanyar de música suau. Una persona tindrà cura de l'altra, serà els ulls de la seva parella, haurà de transmetre-li confiança i acompanyar-la mentre caminen endavant, endarrere, etc. La primera tindrà els ulls oberts i posarà els palmells de les mans cap amunt. L'altra tindrà els ulls tancats i els palmells cap avall, i haurà de deixar-se portar per la seva parella (si convé podem posar un mocador o una bena als ulls). Llavors s'intercanvien els papers. La persona que té els ulls oberts ha de transmetre confiança i anar-se movent a poc a poc fins que senti que l'altra persona agafa confiança.

Finalment fem un debat sobre com s'han sentit mentre donaven i rebien, mentre guiaven i es deixaven guiar: Els preocupava alguna cosa? Què els ha agradat més? Què els ha agradat menys?

Per tenir en compte: Es pot obrir el debat al final o bé just després de cada part de l'activitat.

Podem acabar l'activitat amb la [cançó de Txarango Compta amb mi](#)

PER TREBALLAR EN FAMILIA. Fem petits regals en forma de paraules. Els infants poden proposar a casa que, un cop per setmana, cada membre de la família escrigui una paraula bonica en un paperet per a cadascun dels membres de la seva família, una que demostrï tot l'amor que senten. La poden amagar en algun lloc insospitat on segur que la trobaran (a sota el coixí, dins del plat de l'esmorzar, sota el got, a dins del llibre...).

Per tenir en compte: En el cas dels infants que viuen en institucions d'acollida, es pot proposar que ho facin amb els adults de referència i els companys i companyes.

Realització i Producció del vídeo: La Bleda (Pere Hosta i Helena Escobar) i Dipsalut
Proposta pedagògica: Equip del "Sigues tu" (Carme Dolz, Marta Esplugas, Anna Loste, Àlex Morales i Laura Oliva)