



## OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Conèixer-se i acceptar-se físicament i emocionalment.
- Conèixer el cos intern (cor, pulmons, intestins...)
- Conèixer els gustos a mi m'agrada, a mi no m'agrada...

## MATERIAL NECESSARI

- Campaneta per al Temps m'escolto
- Pòster del cos humà amb els òrgans per enganxar
- Fitxes de les parts del cos
- Instruccions per fer els pulmons a casa
- Cossos DIN-A3 plastificats (un per parella)
- Plastilina (una per parella)

## METODOLOGIA

### • Immersió -Temps M'escolto

Fem una rotllana i seiem a terra, amb les mans a la panxa. Presentem la campaneta i la fem sonar suaument. Preguntem als infants si l'han sentit i esperem les seves respostes. Ens preparem fent una, dues o tres respiracions profundes. Proposem als infants que escoltin un altre cop el so de la campaneta i que alcin el braç quan deixin de sentir-la. Ara observem com, al respirar, l'aire omple els pulmons i se'ns eixampla el pit. També com arriba a la panxa, que s'infla com un globus, i com es desinflen la panxa i els pulmons en treure l'aire (també es pot fer estirats a terra amb les mans sobre la panxa). Fem tres respiracions profundes per acabar l'activitat i fem sonar la campaneta.



- **Presentació**

Els titelles ens parlen del cos. Volen saber si coneixem com és el nostre cos per dins i per a què serveixen els nostres òrgans interns. Per això, ens proposen que estudiem les fitxes que hi ha a la caixa.

- **Observar, escoltar, expressar**

Ens posem per parelles. Cadascuna té un cos DIN-A3 plastificat, amb les siluetes dels òrgans dibuixats. Dins la caixa hi ha una fitxa per a cada òrgan: explica quina forma té, on es troba i per a què serveix. Preguntem: qui sap quin és aquest òrgan?, on el trobem?, per a què serveix? Anem modelant la plastilina per encabir-la en la silueta de l'òrgan a mesura que anem treballant. En acabar, retirem la plastilina per poder reutilitzar la fitxa un altre dia. Després ens adonem que els titelles ens han portat un pòster per poder estudiar els diferents òrgans! El pengem a la paret i, per repassar, hi anem enganxant els diferents òrgans.

- **Compartir**

Ens asseiem en rotllana i compartim: com sabem que tot el que tenim a dins està sa?, què passa quan algun dels nostres òrgans falla?, per dins tots som iguals?, i per fora?, i entre nens i nenes?, quines semblances i diferències hi ha?, per què penseu que som diferents?, a algú li ha fet mal alguna vegada la panxa?, quan correm, quins òrgans treballen més?, i si tenim un refredat i tenim tos?



## I PER TREBALLAR EN FAMÍLIA...

Els titelles ens han deixat les instruccions per fer els nostres propis pulmons a casa!

