

Les emocions són un element clau en el procés d'aprenentatge. Aquestes fitxes d'activitats estan destinades a treballar les emocions que més presents en els alumnes durant l'etapa del Batxillerat, i adequen el nivell d'ús de la llengua que tenen els alumnes en aquest cicle.

El professor pot treballar correctament les competències emocionals associades a l'aula de manera que els alumnes comprenen i interioritzen l'emoció i es veuen capaços d'analitzar els seus comportaments emocionals i de parlar-ne amb l'ajuda del professor. Particularment aquells que influeixen en la dinàmica de l'aula.

A continuació es resumeix el contingut de cadascuna de les quatre fitxes d'activitats, així com el seu funcionament i requisits a l'hora de treballar-les.

## **NOTAS AL PROFESSOR**

### **Tolerància a la frustració**

L'objectiu en aquestes activitats és aconseguir que els alumnes acceptin o suportin l'emoció de la frustració de la millor manera possible. Per això es pretén reconduir els seus pensaments i sensacions cap a una visió més positiva. Els alumnes faran individualment un test senzill d'autoconeixement, a més de diversos exercicis en què analitzaran el seu comportament davant de situacions frustrants. La intenció és que puguin afrontar les possibles dificultats que es presentin a la vida amb una actitud més positiva.

- Treball individual i en parelles.

### **Orgullós de mi**

L'objectiu d'aquestes activitats és conscienciar els alumnes perquè se sentin orgullosos de les seves virtuts, èxits, capacitats intel·lectuals o físiques, però sense ser pretensiosos. Hauran d'exposar davant dels seus companys, de forma original, de què se senten més orgullosos. Per fer-ho realitzaran un collage tridimensional amb materials o fotos que representin allò de què se senten orgullosos. D'altra banda, es llegirà i debatrà sobre el moviment de l'Orgull Gai i la seva vinculació amb el fet de sentir-se orgullós de ser qui ets sense avergonyir-te'n. Seguint l'estela d'aquest moviment reivindicatiu, els alumnes dissenyaran un nou moviment sobre algun tema que considerin necessari normalitzar o reivindicar.

- Treball individual i en grups.
- Materials: objectes diversos, fotografies i ordinador (presentació virtual i recerca d'informació).

### **Practicar la gratitud**

L'objectiu d'aquestes activitats és reconèixer l'emoció de la gratitud en situacions diàries i ser capaços d'entendre la importància que té sentir-nos agraïts pels beneficis diaris que rebem. Els alumnes debatran a classe diversos textos de personatges importants, analitzaran les diferents formes de mostrar gratitud sense la necessitat de dir "Gràcies" i treballaran individualment l'emoció de la gratitud amb experiències personals.

- Treball individual i debat a classe.

### **Un món amb més amor**

L'objectiu d'aquestes activitats és, principalment, construir un estat utòpic en què regeixin l'amor i el benestar. Es treballaran conceptes com el seu govern, les lleis o l'himne tenint en compte els valors que es pretenen inculcar. D'altra banda, s'analitzarà gramaticalment un dels poemes en anglès de E.E. Cummings [*Love is more thicker than forget*], en el qual s'estableixen comparacions entre l'amor i altres emocions. A continuació els alumnes hauran d'elaborar un poema seguint la mateixa estructura que proposa el poeta americà.

- Treball en grup i individual.