

3,2,1, Acció! Projecte i guia de curtmetratges per treballar l'educació emocional

Curs 2018-2019

Projecte final del Postgrau en
Educació Emocional i Benestar

Autora: Lydia Casas Soler



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Projecte Final del Postgrau en Educació Emocional i
Benestar subjecte a una llicència de Creative
Commons:



Reconeixement-NoComercial-CompartirIgual 3.0 No adaptada de
Creative Commons

La direcció del Postgrau en Educació Emocional i Benestar possibilita la difusió dels treballs, però no es pot fer responsable del contingut.

Casas Soler, L.(2019) 3, 2,1, *Acció! Projecte i guia de curtmetratges per treballar l'educació emocional*. Barcelona, Universitat de Barcelona

Per citar l'obra: <http://hdl.handle.net/2445/172636>



3, 2, 1 ACCIÓ!

PROJECTE I GUIA DE CURTMETRATGES PER TREBALLAR L'EDUCACIÓ EMOCIONAL

ICE-FACULTAT DE PEDAGOGIA

POSTGRAU EN EDUCACIÓ EMOCIONAL I BENESTAR



NOM DE L'AUTORA: LYDIA CASAS SOLER

NOM DE LA TUTORA: INMA ROGER

ANY DEL CURS: 2018-2019

ÍNDEX

➤ INTRODUCCIÓ	Pàg. 2
➤ FONAMENTACIÓ TEÒRICA	Pàg. 3
✓ Concepte d'emoció	
○ L'expressió facial de les emocions	
✓ Educació emocional	
✓ Intel·ligència emocional	
✓ Currículum d'Educació Infantil i Primària	
✓ Les noves tecnologies en l'àmbit educatiu	
✓ Pedagogia audiovisual	
✓ Pedagogia de la imatge i pedagogia visual	
✓ Cinema: Curtmetratges	
➤ DESCRIPCIÓ DE LA INVESTIGACIÓ	Pàg. 23
➤ ANÀLISI DEL CONTEXT	Pàg. 24
➤ OBJECTIUS	Pàg. 25
➤ DISSENY DE LA INVESTIGACIÓ	Pàg.26
➤ BLOG	Pàg.27
➤ CONCLUSIONS	Pàg. 28
➤ REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	Pàg. 29
➤ ANNEX	Pàg. 31
✓ Recull de curtmetratges del blog	

INTRODUCCIÓ

Durant la realització del Postgrau en Educació Emocional i Benestar i el meu interès i dels meus companys i companyes en **obtenir recursos per treballar les emocions a les aules**, em va sorgir el dubte sobre si el professorat de les escoles d'Educació Infantil i Primària tenen fàcil accés a recursos i materials que treballen les emocions des del vessant educatiu. Per aquest motiu, em vaig disposar a cercar sobre l'educació emocional i els recursos que s'ofereixen per treballar a la comunitat educativa.

Arran de fer la investigació, vaig extreure com a conclusió que a un món tan tecnològic, a on la tecnologia ja forma part del nostre dia a dia, no es podia trobar un banc de curtmetratges que treballen l'educació emocional tenint com a base el model de competències del GROU. Aquestes conclusions em van portar a fer una **recerca exhaustiva de curtmetratges que treballen l'educació emocional i classificar-los per competències emocionals del GROU i cursos escolars** hi hagi recursos a l'abast de tothom, he creat un blog: **cortometrajes-de-educacion-emocional.webnode.es/**, en el qual s'exposen tots els curtmetratges proposats, per tal que els i les docents puguin treballar-los a les aules i extreure'n un diàleg després de la seva visualització.

A aquest projecte, es presenten tots els curtmetratges i una breu explicació de tots, per tal de tenir una lleugera idea de què es pot treballar a cadascun d'ells.

Per altra banda, per començar a dur a terme aquest projecte, primerament s'ha fet un marc teòric basat en els conceptes emoció, intel·ligència emocional i educació emocional, i un altre basat en les noves tecnologies, la pedagogia de la imatge i els audiovisuals i més concretament, els curtmetratges.

FONAMENTACIÓ TEÒRICA

El meu projecte final de postgrau pretén reflectir la importància de les emocions, i més concretament de la intel·ligència emocional i l'educació emocional a l'Educació infantil i Primària, en el món dels mitjans audiovisuals com són els curtsmetratges, i per aquest motiu a aquest apartat es troba la definició teòrica d'aquests conceptes per tal que es pugui entendre el recorregut d'aquest treball.

Concepte d'emoció

Les emocions són un **impuls involuntari** originat com a **resposta als estímuls** de l'ambient que indueix sentiments tant a l'ésser humà com en animals i que desencadena conductes de reacció automàtica. Les emocions són **pròpies de l'ésser humà** i es classifiquen en positives i negatives en funció de la seva contribució al benestar o malestar.

Des del punt filosòfic, psicològic i científic, l'estudi de les emocions ha interessat molt des de l'antiguitat. **Al llarg de la història hi ha hagut diversos autors** que s'han dedicat a l'estudi de les emocions i han desenvolupat teories i conclusions diverses.

En primer lloc, és important destacar a **Plató** (428-347 aC) un dels primers filòsofs que va esmentar les emocions com un concepte del qual encara no en tenia clara la seva definició, en la seva obra *República*, però si proposava que aquestes podien ser un excés de dolor o plaer que disminuïen la capacitat de raonament.

Aristòtil (384-322 aC) també va voler estudiar les emocions per establir-les una definició concreta, i per tant les va definir com una condició que transforma a la persona de tal manera que pot veure's afectat el judici. Aquestes, s'acompanyen de plaer o de dolor i estan connectades amb les accions i deriven del que creiem i deuen estar sotmeses al control de la consciència. Aristòtil considerava com a emocions la ira, el plaer, la pietat, el gust i els seus oposats.

Molts segles després, un filòsof molt considerat en aquella època, **Descartes** (1596-1650), deia que les emocions eren resultat de la participació del cos i de la ment. Fins aleshores, es considerava que les emocions residien al cor però Descartes va descartar aquesta creença senyalant la glàndula pineal com a punt d'unió del cos i de la ment, i per tant, va defensar que les emocions eren un tipus de passió.

En referència al vessant científic, **Darwin** (1809-1882) va fer els primers intents per caracteritzar d'una manera científica les emocions, amb la seva obra *L'expressió de les emocions en els animals i l'home*, una de les obres més importants d'emocions escrites fins al moment. Segons Darwin, les emocions en tots els animals i els homes funcionen com a senyals que comuniquen intencions i tendeixen a ser reaccions apropiades a l'emergència davant certs esdeveniments de l'entorn. Basant-se en les seves premisses biològicament, estableix que els moviments corporals i les expressions facials fan un paper de comunicació entre els membres d'una espècie, transmetent informació sobre l'estat emocional de l'organisme. També, defenia que les emocions, i l'expressió d'aquestes, són innates, encara que admet la possibilitat que els factors d'aprenentatge puguin tenir algun tipus d'influència sobre l'expressió.

Aquestes són algunes de les teories que es van començar a desenvolupar, però des de **finals del segle XX (anys 60 cap endavant) fins a l'actualitat, s'ha començat a definir el terme emocions des d'una altra perspectiva.**

La teoria de **Cannon Bard** (1927, 1929), diu que els canvis corporals compleixen la funció de preparar a l'organisme per actuar en situacions d'emergència.

Cal destacar a **Daniel Goleman** (1966), el qual defensa que totes les emocions són impulsos a l'acció, encara que cadascuna es decanten per un tipus de conducta. En els animals i els nens l'acció està en relació a un sentiment, però en els adults no sempre una acció segueix a un sentiment determinat.

La teoria de **Plutchik** (1980a, 1980b, 1984) resum el concepte “emocions” en cinc punts:

Des d'un context evolutiu es comprenen millor les emocions.

- Una emoció és més que un sentiment. Les emocions sorgeixen a partir d'esdeveniments relacionats amb altres persones, però també poden activar-se per idees. Els factors desencadenants d'aquestes emocions són avaluats i interpretats (amenança, pèrdua, culpa, càstig).
- La complexitat de les emocions impedeixen que un observador extern pugui saber-ho tot sobre aquestes.
- Les emocions varien en intensitat (por, pànic, terror), semblança (vergonya i culpa són més semblants que amor i disgust) i polaritat (l'alegria està al pol oposat de tristesa). Les emocions primàries segons Plutchik són: alegria-tristesa, ira-por, acceptació-fàstic, sorpresa-anticipació.
- Hi ha derivacions de les emocions. Aquestes derivacions poden ser amb matisos d'intensitat (inquietud, preocupació, consternació) i altres funcionar com sinònims (por, paüra). Cal destacar que les emocions també es poden expressar d'una altra forma com ara plorant, rient, fent petons, xisclant, atacant, ruboritzant-se, etc.

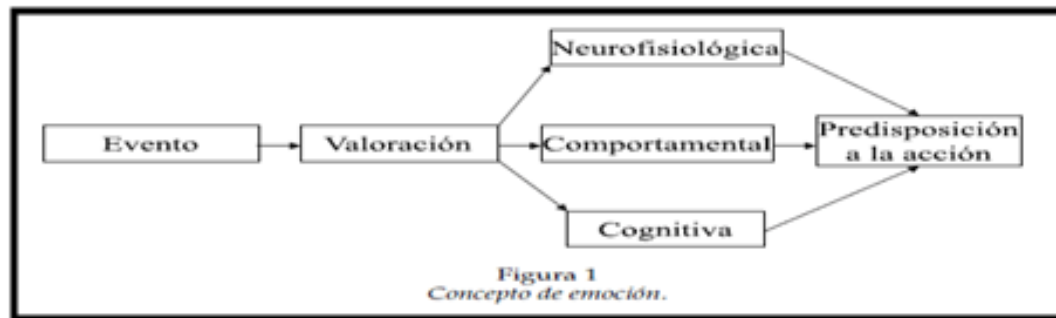
Segons **Zajonc** (1980,1984), el qual defensa una postura biologista, l'emoció no requereix cognició. Les reaccions afectives de les persones poden activar-se per processos subcorticals, per tant, el pensament de la informació a nivell superior, és posterior a l'emoció.



Per altra banda, **Antonio Damasio** (1994,1999,2000) recolza els seus plantejaments en dues bases:

1. Les emocions són patrons de respostes químiques i neutrals que contribueixen al manteniment en un organisme, proporcionant conductes adaptatives.
2. Les emocions estan biològicament determinades sent processos estereotipats i automàtics. La cultura, les experiències i influències que rep un individu durant el seu desenvolupament tenen un paper important.

Rafael Bisquerra (2000), defineix el terme emoció com un estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada. Les emocions es generen com una **resposta a un esdeveniment extern o intern** (pensament, dolor, etc.). Bisquerra, esquematitza així el procés de vivència emocional:



Les emocions són molt importants al llarg de la vida de les persones, ja que es produeix una interacció permanent entre emoció, comportament i pensament de tal manera que es van retroalimentant, és a dir, l'emoció influeix en el comportament i en el pensament, a la mateixa vegada que el pensament influeix en la manera de viure una emoció i en la direcció del comportament.

Per últim, **Francisco Mora** (2007,2009) descriu les emocions com un dels ingredients universals del cervell viu. L'emoció és una reacció conductual de l'organisme davant d'estímul que poden causar plaer, dolor, recompensa o càstig. Aquestes respostes es creen en el cervell codificant a través dels circuits neuronals, i per les situacions de l'exterior que creen en el nostre interior un canvi. Les respostes són creades per les persones de manera conscient, les quals es denominen com sentiments.

1.1 L'expressió facial de les emocions

Les teories neodarwinistes estudien l'expressió facial com a element essencial de les emocions. Per **tenir una adaptació al medi, és essencial reconèixer expressions facials**. L'expressió facial i el reconeixement semblen ser innats i universals. Els animals superiors poden reconèixer expressions d'amenaça, submissió, seguici, etc.

En primer lloc, **Paul Ekman i Friesen** (1978), van desenvolupar un procediment d'anàlisi dels moviments dels músculs facials, anomenat FACS (Facial Action Coding System).

Ekman considera que l'expressió facial de les emocions presenten les següents característiques:

- Cada emoció mostra un patró transcultural d'expressió facial.
- El patró implica múltiples senyals facials i vocals.
- La durada de l'expressió facial de les emocions és breu (de 0,5 a 4 segons).
- Les expressions facials poden ser inhibides i simulades, menys la sorpresa.
- La magnitud de la vivència emocional es pot evidenciar per la intensitat de l'expressió facial.
- Hi ha estímuls transculturals que provoquen emocions, com la pèrdua d'un objecte que provoca tristesa.
- Cada emoció bàsica té patrons neurofisiològics universals i específics.
- Certes associacions entre estímulo i emoció poden intervingudes per l'aprenentatge.

Izard (1979), identifica deu emocions bàsiques, les quals considera innates i universals. La seva teoria és denominada *Teoria del Feedback facial*, està relacionada amb mecanismes neurals, amb l'objectiu d'analitzar la diferenciació emocional des de la perspectiva de relacions entre sistemes. Aquesta teoria defensa que l'expressió facial determina la qualitat de l'experiència emocional. Per tant, pot existir la possibilitat que es produeixi una regulació afectiva per canvis facials, és a dir, modificant la postura dels músculs facials es poden provocar canvis en l'estat d'ànim.

Tomkins (1984) agrupa les emocions en dues dimensions:

- **Positives** (interès, sorpresa i alegria)
- **Negatives** (por, angoixa, ira, vergonya, fàstic).

Totes aquestes emocions mostren patrons de resposta innats que s'activen davant determinats estímuls i, l'expressió facial, és la forma de manifestar-les.

Per últim, Argyle (1987), arriba a la conclusió de què l'expressió facial pot regular la intensitat de les emocions, però que aquesta no pot substituir l'emoció per una altra.

Educació emocional

Rafael Bisquerra (2000), entén l'educació emocional com un **procés educatiu, continu i permanent**, la qual la seva intenció és potenciar el desenvolupament emocional com a complement indispensable del desenvolupament cognitiu, constituint ambdós els elements que són essencials pel **correcte desenvolupament de la personalitat integral de les persones**.



L'objectiu de l'educació emocional és el desenvolupament de competències emocionals, per tal de capacitar a l'individu perquè sigui capaç d'afrontar millor els reptes que es plantegen en la vida quotidiana.

Aquestes competències emocionals, tal com defensa Rafael Bisquerra, consisteixen en un conjunt d'habilitats, coneixements, capacitats i actituds que permeten poder comprendre, expressar i regular adequadament i amb eficàcia els fenòmens emocionals. Aquestes es poden dividir en cinc blocs:

- **Consciència emocional** → Presa de consciència de les emocions, capacitat de donar nom a les pròpies emocions i comprensió de les emocions dels altres.
- **Regulació de les emocions** → Prendre consciència de la interacció que hi ha entre emoció, cognició i comportament.
- **Autonomia emocional** → Inclou característiques i elements relacionats amb l'autogestió personal, entre les que es troben l'autoestima, l'actitud positiva, la responsabilitat, la capacitat per buscar ajuda i recursos i l'auto eficàcia emocional, entre d'altres.
- **Competència social** → Dominar les habilitats socials bàsiques cap a altres persones com ara saludar, relacionar-se, acomiadar-se, etc.
- **Habilitats de vida i benestar** → Són la capacitat per adoptar comportaments apropiats i responsables per afrontar satisfactòriament els reptes diaris de la vida, ja siguin personals familiars, professionals, socials, etc. Les competències per la vida

permeten organitzar la nostra vida de forma sana i equilibrada, facilitant-nos experiències de satisfacció o de benestar.

Jordi Riera i Romaní (2004), assegura que la persona creix i es desenvolupa en un joc circular entre raons i emocions, i que per tant, el rol educatiu s'ha d'entendre d'una manera emocional i afectiva, acceptant que el sofriment i el gaudi són el centre de l'aprenentatge, i per això, és difícil aconseguir una veritable educació si no es reconeix la dimensió emocional de la persona.

Intel·ligència emocional

El concepte d'Intel·ligència emocional va ser proposada per **Peter Salovey i John Mayer** (1990), els quals consideren la intel·ligència emocional com l'habilitat de les persones per **percebre, utilitzar, comprendre i gestionar emocions**.



No consideren que les emocions siguin innates com deia Darwin, sinó que es poden desenvolupar per mitjà del llenguatge i l'experiència. A més, **estructuren la Intel·ligència Emocional en quatre branques** interrelacionades (Mayer, Salovey i Caruso, 2000; Mayer i Salovey, 1997,2007):

- **Percepció emocional** → Les emocions percebudes, identificades, valorades i expressades. Es refereix a les emocions d'un mateix i dels altres, les quals són expressades a través del llenguatge, la conducta, obres d'art, la música, etc. També, és la capacitat per poder expressar les emocions així com la capacitat per discriminar entre expressions que són precises o imprecises, honestes o deshonestes.
- **Facilitació emocional del pensament** → Les emocions sentides es fan conscients i dirigeixen l'atenció cap a la informació important. L'estat d'humor arriba a canviar la perspectiva de l'individu, sigui des de l'optimisme o el pessimisme.

- **Comprensió emocional** → Comprendre i analitzar les emocions. Inclou la capacitat per donar nom a les emocions, reconèixer les relacions que hi ha entre aquestes i les paraules. Per exemple, entendre que la tristesa es deu a una pèrdua. També, queda inclosa l'habilitat per reconèixer les transicions que es produeixen entre emocions, per exemple com es passa de la frustració a la ira, o de l'amor a l'odi.
- **Regulació emocional** → Control de les emocions que inclou l'habilitat per distanciar-se d'una emoció, regular les emocions en un mateix i en els altres, la capacitat per calmar les emocions negatives i fomentar les positives, sense reprimir o exagerar la informació que aquestes transmeten, etc.

Gardner (1993, p. 301), va definir la intel·ligència emocional com “el potencial biopsicològic per processar informació que pot generar-se en el context cultural per resoldre problemes”.

Una de les fites més importants de la Intel·ligència Emocional va ser el llibre de **Daniel Goleman** (1995) *Intel·ligència emocional*, en el qual dóna molta importància a l'educació de les emocions durant l'edat formativa dels nens. Per a ell la Intel·ligència emocional pot ser considerada un oxímoron, donat que representa una paradoxa unió entre dos conceptes tradicionalment oposats: intel·ligència i emoció.



Per Goleman (1995 pp. 43-44) consisteix en:

- **Conèixer les pròpies emocions** → Tenir consciència de les pròpies emocions, reconèixer un sentiment en el moment que aquest es produeix. Tenir incapacitat en aquest sentit pot fer que les emocions siguin incontrolades.
- **Gestionar les emocions dels altres** → Es fonamenta en la presa de consciència de les pròpies emocions. L'habilitat per suavitzar expressions d'ira, fúria o irritabilitat és molt important en les relacions interpersonals.
- **Motivar-se a si mateix** → S'han de dirigir les emocions i la motivació conseqüent, cap a un assoliment d'objectius per tal de poder prestar atenció, automotivar-se, gestionar-se i realitzar activitats creatives. Mostrar autocontrol emocional pot

demorar gratificacions i dominar la impulsivitat, i sol estar present en l'assoliment de molts objectius. Les persones que posseeixen aquesta habilitat solen ser més productives i efectives en les activitats que porten a terme.

- **Reconèixer les emocions dels altres** → L'empatia es basa en el coneixement de les pròpies emocions i és la base de l'altruisme. Les persones que són empàtiques sintonitzen millor amb subtils senyals que indiquen el que els altres necessiten o desitgen.
- **Establir relacions** → És l'habilitat de gestionar les emocions de la resta. La competència social i les habilitats afavoreixen que hi hagi una base de lideratge, de popularitat i eficiència interpersonal. Les persones que dominen aquestes habilitats socials poden interactuar de forma suau i efectiva amb la resta de persones amb les quals es relacionen.

Bar-On (1997), descriu la Intel·ligència Emocional com un conjunt d'habilitats i coneixements entorn de l'àmbit emocional i social, els quals influeixen en la nostra capacitat per poder fer front de manera adequada les demandes del nostre entorn. Aquesta habilitat es basa en la capacitat de l'individu de ser conscient, comprendre, controlar i expressar les seves emocions de manera efectiva.

El model de Bar-On està compost per cinc components:

- 1) Intel·ligència intrapersonal:** compost per l'habilitat de tenir una consciència emocional, ser assertiu, tenir autoestima, autorealització i independència.
- 2) Intel·ligència interpersonal:** implica l'habilitat per ser empàtic, les relacions interpersonals i la responsabilitat social.
- 3) Gestió de l'estrès:** inclou l'habilitat de tenir una visió positiva i optimista, i per tant, tenir una tolerància de l'estrès i gestió dels impulsos.
- 4) Estat d'ànim general:** constituït per l'habilitat per adaptar-se als canvis i resoldre problemes de natura personal i social, per tal de ser feliços i optimistes.
- 5) Adaptabilitat:** inclou la solució de problemes, prova de realitat (o ajust a la realitat) i flexibilitat.

Per **R. Bisquerra** (2003), la consciència emocional és l'habilitat per prendre consciència de les pròpies emocions i les de la resta amb capacitat per poder regular-les, tenint en compte el clima emocional del context en el qual es desenvolupa. També, fa referència a quatre habilitats bàsiques per millorar la intel·ligència emocional: presa de consciència de les pròpies emocions, donar nom a les emocions, comprendre les emocions de la resta i prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament.

Currículum d'Educació Infantil i Primària

El currículum del segon cicle d'Educació Infantil contempla que:

“La finalitat de l'educació infantil en els centres **és contribuir al desenvolupament emocional i afectiu, físic i motor, social i cognitiu dels infants** en col·laboració amb les seves famílies, proporcionant-los un clima i entorn de confiança on se sentin acollits i amb expectatives d'aprenentatge.”

Des de l'inici de l'etapa d'Educació Infantil, els infants comencen a experimentar la connexió que es crea entre les seves famílies i l'entorn. Un entorn que es comença a eixamplar i que a partir dels referents familiars que tenen com a propis, integraran altres persones, lloc, experiències, emocions, valors, entre altres, fets que originaran nous aprenentatges.



Al currículum es presenten **tres àrees de coneixement i experiència**: l'àrea de descoberta d'un mateix i dels altres, l'àrea de descoberta de l'entorn i l'àrea de comunicació i llenguatges. A l'àrea de **descoberta d'un mateix i dels altres**, els continguts que oferts a l'alumnat es dirigiran a potenciar aspectes connectats entre si: **l'autoconcepte i l'autoestima, la formació socioemocional, el moviment i l'acció i l'autonomia**.

Aquest darrer contingut està compost per quatre capacitats com:

1. Aprendre a ser i actuar d'una manera cada vegada més autònoma
2. Aprendre a pensar i a comunicar.
3. Aprendre a descobrir i tenir iniciativa
4. Aprendre a conviure i habitar el món.

Cal destacar la capacitat d'**Aprendre a ser i actuar d'una manera cada vegada més autònoma**, ja que contempla:

L'autoconeixement, la construcció i l'acceptació de la pròpia identitat, l'autoestima, l'educació de les emocions, l'autoexigència i el desenvolupament d'estratègies d'aprenentatge, del pensament crític i d'hàbits responsables són essencials per aprendre a ser i actuar de manera autònoma.

L'infant haurà de ser capaç de:

- Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
- Assolir progressivament seguretat afectiva i emocional i anar-se formant una imatge positiva d'ell mateix i dels altres.
- Adquirir progressivament hàbits bàsics d'autonomia en accions quotidianes, per actuar amb seguretat i eficàcia.

El currículum d'Educació Primària està compost per **vuit competències**, dins les quals hi ha la **Competència d'autonomia, iniciativa personal i emprenedoria**, definida com:

L'adquisició de la consciència i l'aplicació d'un conjunt de valors i actituds personals interrelacionades, com la responsabilitat, la perseverança, el coneixement de si mateix i l'autoestima, la creativitat, l'autocrítica, el control emocional, la capacitat d'escollir, d'imaginar projectes i de convertir les idees en les accions, d'aprendre de les errades, d'assumir riscos i de treballar en equip.

Dins l'Àmbit de coneixement del medi es pot trobar la **Dimensió de salut i equilibri personal**: L'OMS defineix la salut com l'estat complet de benestar físic, mental i social i no només com l'absència de malalties i invalideses. Cal ampliar aquesta definició fent referència a una situació d'equilibri físic, mental i social a què qualsevol persona aspira i que li proporciona la capacitat de viure de manera autònoma, feliç i solidària. Per assolir aquest benestar és imprescindible que la persona disposi d'uns recursos i coneixements que li permetin de prendre les decisions oportunes davant de diverses opcions de conducta.

És per tot això, que en aquesta dimensió sobre la salut s'han de tenir presents tres aspectes que corresponen a cada una de les competències que es desenvolupen: **el benestar físic, l'equilibri emocional i la prevenció de malalties.**

Els alumnes han de ser protagonistes conscients i actius del seu desenvolupament. Cal que coneguin el cos des d'una perspectiva integral i que aprenguin a mantenir l'equilibri entre l'alimentació, l'activitat física i el descans. Amb tot això podran viure de manera cada cop més autònoma.

La salut també incorpora una manera d'afrontar la vida amb una actitud vital, de plenitud amb nosaltres mateixos i amb la gent que ens envolta, acceptant el nostre cos, la nostra manera de ser, les nostres limitacions i mantenint la mateixa actitud vers els altres.

Aquesta dimensió està integrada per tres competències:

- Competència 6. Adoptar hàbits sobre alimentació, activitat física i descans amb coneixements científics, per aconseguir el benestar físic.
- Competència 7. **Prendre consciència del propi cos, de les emocions i sentiments propis i aliens, per aconseguir l'equilibri emocional i afavorir la convivència.**
- Competència 8. Prendre decisions sobre higiene i salut amb coneixements científics per a la prevenció i el guariment de malalties.

Les noves tecnologies en l'àmbit educatiu



Estudis realitzats per **Espinar i López** (2009) afirmen que cada vegada són més primerenques les edats a les quals els menors comencen a ser usuaris habituals de les Noves Tecnologies.

La tecnologia educativa, segons **Sancho** (1994, p.7) ha de ser "un saber que possibiliti l'organització d'uns entorns d'aprenentatge (físics i simbòlics) que situïn a l'alumnat i al professorat en les millors condicions possibles per a perseguir les metes educatives considerades personal i socialment valuoses".

Escudero (1995), defensa que el professorat ha d'estar motivat amb una formació adequada, per tal de comptar amb una capacitació necessària i el temps precís per poder programar i fer les adaptacions necessàries per poder treballar amb eines tecnològiques. Seria imprescindible plantejar-se els continguts, els objectius i les metodologies de la formació dels mestres per a la utilització pedagògica de les noves tecnologies si es vol aprofundir en una adequada integració d'aquestes.

A la vegada que s'introdueixen les noves tecnologies a l'educació, també s'han de tenir en compte els seus riscos, tal com diu **Marinovich** (2012), ja que s'ha d'aprendre a conviure amb elles i aprofitar els grans avantatges que ens proporcionen, però també hem de ser conscients per tal d'evitar o reduir els possibles riscos que poden crear la introducció i aplicació que aquestes tecnologies impliquen en la societat, i sobretot, en la infància.

Per altra banda, aquests riscos es poden evitar si els centres escolars prenen consciència que les Noves Tecnologies exigeixen uns nous models d'estructures organitzatives, i com diuen **Duarte i Cabero** (1993), el model d'organització que té el centre, no només podrà condicionar el tipus d'informació que sigui transmesa, els valors i la filosofia del fet educatiu, sinó que també com s'inclouen els materials en el procés d'ensenyament-aprenentatge, les funcions que se'ls hi atribueixen, espais que se'ls concedeixen, etc.



La introducció de les Noves Tecnologies a la vida diària dels infants, va fer que l'UNICEF (2014) considerés als nens i nenes de la societat actual com a "nadius digitals", ja que les noves tecnologies hi són molt presents en la seva vida des de la infància.

El Currículum d'Educació Primària (2016) contempla que un correcte desplegament de les competències digitals és imprescindible per a totes aquelles persones que vulguin interactuar amb normalitat en la societat actual. Consta d'un conjunt d'habilitats, coneixements i també d'actituds que els alumnes han d'anar assolint durant l'etapa d'educació bàsica i obligatòria.

Les competències digitals són d'àmbit transversal. Poden utilitzar-se per tractar diversos problemes i situacions que afecten qualsevol de les àrees curriculars i aniran evolucionant constantment a causa dels canvis de què són objecte els dispositius i les aplicacions en els quals se sustenten. Es tracta de **competències metodològiques** que fan referència a desenvolupar mètodes de treball que siguin eficaços i adequats en l'ús de les tecnologies digitals per tal de ser capaços de fer front a una futura resolució de problemes que es plantegin en situacions i entorns diferents.

Per últim, segons les Competències bàsiques de l'àmbit d'educació en valors de Primària, s'han d'afavorir uns valors socials i cívics en l'alumnat. Com a orientacions metodològiques s'orienta al professorat per tal que organitzin i aprofitin activitats que afavoreixin el coneixement de l'entorn més immediat, i perquè sigui possible han de fomentar l'observació i la creació d'instruments que facin possible que s'adquireixi aquest coneixement adequadament. És necessari programar activitats, adequades a les diferents edats, que facilitin que els alumnes siguin capaços de plantejar d'una manera col·laborativa els problemes que els afecten o situacions que els preocupen i que els permetin observar, recollir informació, classificar-la i comparar-la en el seu procés temporal i amb altres realitats semblants.

Com a equip docent s'ha de posar en disposició de l'alumnat la possibilitat de participar en processos de decisió sobre aspectes que afecten la transformació de l'entorn i la millora de la convivència. En tot aquest procés les tecnologies de la informació i del coneixement són eines valuoses perquè l'assoliment d'aquesta competència arribi a un bon desenllaç.

Pedagogia audiovisual

Guillermo Sierra (2009) manifesta que la producció audiovisual és "la generació d'imatges i sons, els mateixos que s'efectuen a través d'un mitjà de comunicació i el que influirà en el públic objectiu amb la finalitat de captar l'atenció".

Al món educatiu, no només ha de tenir importància alfabetitzar l'alumnat en la lecto-escritura, sinó que actualment també hi ha la necessitat d'alfabetitzar en els mitjans audiovisuals, digitals i informacionals (Area; Gros i Quismondo, 2008).

Per tant, les funcions que ha de complir el material audiovisual en el món educatiu, segons **Joan Ferrés** (1997) són:

- **Funció informativa:** Explica els motius pels quals s'exposa el vídeo i els temes a tenir en compte.
- **Funció motivadora:** És un element imprescindible independentment de l'edat dels destinataris.
- **Funció expressiva:** La comunicació ha d'expressar-se amb una certa claredat i emoció.
- **Funció avaluadora:** El professorat utilitza el vídeo com un procediment d'avaluació i autoavaluació dels coneixements i habilitats apreses.
- **Funció investigadora:** Aquesta funció es pot dur a terme gràcies al fet que els vídeos permeten congelar, retardar o accelerar les imatges per poder analitzar i observar fets i processos.
- **Funció lúdica:** Els vídeos es poden convertir en un joc quan els alumnes poden fer-ne un ús autònom d'aquest, utilitzant-lo lliurement sense cap guia per part dels mestres, però adquirint experiències de creativitat i treball en grup.
- **Funció metalingüística:** Els vídeos s'utilitzen per aprendre un llenguatge audiovisual.

La base teòrica sobre la qual es fonamenta la inclusió dels mitjans audiovisuals a l'educació, tal com diu Cabero (2006), rau en el fet **d'assumir la gran riquesa i varietat d'estímul que ajuden a augmentar l'atenció i la motivació de l'alumnat**, de manera que es podria facilitar l'adquisició i la memòria quant a la informació en els processos d'ensenyança- aprenentatge. També, han d'aprofitar-se les oportunitats didàctiques que ofereix la música i la tecnologia (Romero, 2004), encara que la incorporació de nous mètodes i dissenys a l'aula basats en les noves tecnologies i mitjans de comunicació puguin suposar un gran esforç pel professorat, pel que fa a la nova forma de plantejar i programar alguns continguts a treballar.

Pérez (2010), argumenta que una correcta selecció de continguts audiovisuals, fa que es creï la força suficient per convertir-se en un bon recurs pedagògic que contribueixi a la iniciació de nous llenguatges, comprendre millor els aspectes de la vida i **apropar conceptes i valors difícils de comprendre per altres medis educatius**.

En els mitjans audiovisuals (cinema, vídeos, curtmetratges...) com a recurs educatiu es poden trobar tres avantatges (Guichot y Rueda, 2010):

- **Un aprenentatge durador** → Si s'utilitzen imatges i sons que reflecteixin de forma fidel la realitat que es vol estudiar i mostrar als infants, el record del què s'ha visualitzat i estudiat pervindrà durant un llarg temps a la memòria.
- **L'atracció per l'alumnat** → Al cinema, vídeos i curtmetratges es barregen converses entre els diferents personatges, amb pensaments, música, imatge, en temps i espais propis, de manera que s'aconsegueix seduir a l'espectador. La captació d'interès, és un dels objectius que el professorat desitja obtenir a l'aula quan desenvolupen algun tema.
- **La Interdisciplinarietat** → La integració de sabers facilita accedir al coneixement de la societat en la seva totalitat.

Tal com diu **Martínez-Salanova (2003)**, per tal que els mitjans audiovisuals que es mostren a les aules incideixin a la cultura i per tant siguin un canal transmissor de coneixements, valors, emocions, pensament, etc., no només s'han de quedar en el seu visionat, sinó que requereix que hi hagi un treball posterior d'aquests.

Es poden trobar diverses classificacions o tipologies de vídeos educatius. **Marqués** (2003) els classifica en:

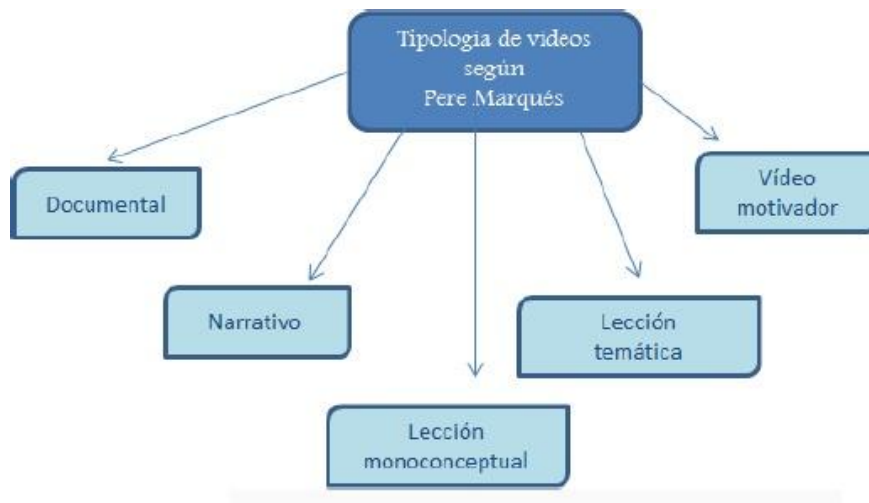


Fig. 1. Aquesta figura mostra cinc tipus de vídeos educatius segons Pere Marqués (2003)

- **Documental:** Es mostren informacions sobre un tema concret, fent-lo de manera ordenada.
- **Narratiu:** S'ofereix una informació als estudiants de forma narrativa.
- **Lliçó monoconceptual:** Vídeos que presenten un concepte de forma concreta i breu.
- **Lliçó temàtica:** Ensenya un tema adequat a les característiques dels destinataris (edat, maduresa, etc.) i ho fa de manera sistemàtica. Es realitzen amb una finalitat específica.
- **Vídeo motivador:** Pretén impactar i motivar, i a vegades passen per alt cert temps de rigor científic i d'ordre en la seva exposició.

Marqués (2003), també diu que utilitzar els mitjans audiovisuals a l'aula com a element educatiu aporta una sèrie d'avantatges com:

- Motivació
- Més informació
- Versatilitat
- Medi expressiu
- Desenvolupament de la intuïció, imaginació...

- Repetició sense esforç
- Cultura de la imatge
- Desenvolupament de la creativitat
- Lliure accés i les vegades que es vulgui.
- Senzill d'utilitzar.
- Es poden acompanyar d'explicacions per part dels mestres.

Torregrosa (2006) destaca que l'ús de recursos audiovisuals a les escoles és beneficiós, ja que es potencia la creativitat, l'aprenentatge de nous llenguatges d'expressió i la realització dels seus propis continguts audiovisuals. Cal destacar a **Kalas** (2010), el qual diu que en l'àmbit educatiu es pot fer ús d'activitats que a partir de vídeos ja creats **potenciïn l'expressió dels alumnes, creant entre tots una interpretació del que estan visionant.**

Pedagogia de la imatge i pedagogia visual

A la formació del professorat s'ha de començar a treballar més sobre les formes de visualitat instal·lades, i així deixar d'entendre la pedagogia de la imatge com un recurs didàctic o una necessitat d'actualitzar-se en la seva tasca, sinó que sigui entès com una forma d'estar i pensar en el món (**Dussel** et al, 2010, p.13).

“Amb la gramàtica de la imatge: sempre hi haurà un objecte o realitat que es mostra a l'espectador i hi haurà una forma de mostrar-la”. (Padró, 1990, p.2). És en aquest moment on el professorat ha d'aprofitar les possibilitats que les imatges ofereixen per a poder desenvolupar un esperit reflexiu, creatiu i crític en el seu alumnat, ensenyant-los a mirar, desxifrar, entendre i llegir les imatges.

Potser (2006, p.14), defensa que quan es parla de la lectura de la imatge s'ha de saber diferenciar el terme *consumir*, el qual és una activitat que es realitza a una gran velocitat amb la finalitat de produir una reacció posterior de l'espectador, i en aquest cas de l'alumnat, per tal de produir una consolidació de determinades idees; i el terme *llegir*, el qual significa que se'ls ha de fer conscients dels objectius visibles i ocultes de qualsevol construcció visual.

Les imatges tenen un poder especial en la transmissió de valors i emocions. Tal com assenyala **Freedman** (2006, p.2) “la cultura visual modela la nostra visió del món i ens permet crear, a través de les formes visuals, coneixements nous”.

El concepte de pedagogia de la imatge comporta una mirada analítica i crítica. Fent possible que l'alumnat sigui capaç de veure les imatges en un sentit menys simple i més ampli, permetent així poder extreure el significat i ser capaç de llegir la imatge amb tots els processos que això implica. “En això, bàsicament, consisteix la capacitat per llegir imatges. En el fons, no és més que una modalitat d'allò que solen anomenar actitud crítica davant la vida”. (Padró, 1990, p.3)

Tal com asseguren Dussel i Gutiérrez (2006, p.12), la pedagogia de la imatge ha de posar en qüestió els sistemes educatius moderns, en els quals la imatge ha estat generalment menyspreada com una forma de representació inferior i menys legítima que l'escriptura.

Cinema: Curtmetratges

Els curtmetratges són una producció cinematogràfica amb una **durada màxima de 30 minuts**. La seva curta durada fa possible que sigui utilitzat com a **recurs didàctic des de la infància, ja que es pot utilitzar en la seva totalitat sense haver de tallar-lo i amb la**

possibilitat de poder repetir-lo sempre que es vulgui. A més, es facilita que hi hagi una millor comprensió del missatge que es vol transmetre i es pugui entendre millor la història que s'explica, sense haver de fer un esforç d'atenció i comprensió, tal com succeeix a vegades amb pel·lícules de llarga durada. (Soriano, 2009; Corpas Viñals, 2004, Cobo Piñero 2010; Gimeno Ugalde i Martínez Tortajada, 2008).



Als primers anys de vida dels infants, el cinema pren un paper fonamental, ja que és una canal de transmissió proper i atractiu, el qual serveix per intercanviar coneixements, idees, actituds i valors educatius (Bonilla, Loscertales y Páez, 2012). La seva transmissió no es limita només a entretenir o divertir, sinó que la seva utilització pot servir per treballar diversos elements que contempla el currículum d'Educació Infantil i Primària a la vegada que **convida “a la modificació de conductes o a la identificació de valors apreciats”** (Pereira, 2009, p. 27).

Cal destacar a **Rojas Gordillo** (2003), el qual diu que l'ús del cinema i més concretament els curtmetratges, **afavoreixen que es desperti un interès, motivació i entusiasme** de l'alumnat, donat que és un mitjà de comunicació que produeix una implicació dels espectadors amb reaccions que es poden entrellaçar cap a la consecució d'altres objectius **d'intercanvi d'opinions i sensacions** que els curtmetratges mostrats han creat en ells i elles, i per tant, **serveix per introduir activitats d'expressió i interacció**.

D'acord amb els paràmetres definits per Amenós Pons (1999); Gimeno Ugalde i Martínez Tortajada (2008), s'ha arribat a la conclusió que quan el professorat vol utilitzar curtmetratges com a eina educativa a l'aula, ha de tenir en compte una sèrie de criteris de selecció com:

- Autenticitat del curtmetratge.
- Capacitat educativa.
- Relació amb els objectius d'ensenyament-aprenentatge programats.
- Atractiu i interès per l'alumnat.
- Adequació a l'edat i nivell de competència corresponent.
- Durada dels curtmetratges tenint en compte l'edat dels infants.
- Apropisats a les particularitats de la situació d'aprenentatge.
- Estructura de la trama.
- Suport material pel visionat del curtmetratge (ordinador, projector, so...).
- Valor pedagògic dels personatges.
- Facilitat per dissenyar activitats posteriors a l'aula.
- Afavorir un debat posterior.
- Concretar la seva finalitat.

S'ha de tenir en compte que un ús incorrecte o reiteratiu dels curtmétratges pot provocar que es produeixi passivitat, pèrdua d'interès i desviació de l'atenció, ja que pot fer que l'alumnat pensi que és una forma de passar el temps (Corpas, 2000; Cobo Piñero, 2010; Flórez, 2004; Vizcaíno Rogado, 2004). Per tal d'evitar que hi hagi aquesta pèrdua d'interès en els materials facilitats, **cal establir uns objectius d'ensenyament- aprenentatge que siguin clars**. Però, això no serà efectiu si el docent no actua com un mediador entre els curtmétratges i l'alumnat, per poder possibilitar que hi hagi un "visionat actiu" amb una participació activa d'aquests, establint un diàleg sobre el qual els transmeten els diferents curtmétratges facilitats i el que els fan sentir i pensar. Si es fa d'aquesta manera l'input que reben els alumnes de les diferents visualitzacions no servirà només com una eina de motivació sinó que també serà una eina per fomentar el diàleg entre el material visualitzat i l'alumnat (Gimeno Ugalde i Martínez Tortajada, 2008:4).

DESCRIPCIÓ DE LA INVESTIGACIÓ

La intervenció que es durà a terme a aquest Treball Final de Postgrau, està centrada a fer un **treball de modalitat de recerca de curtmetratges que treballen l'educació emocional**. Per tant, **es farà una recerca i un estudi d'aquests per tal d'organitzar-los en les cinc competències emocionals proposades pel GROU** (consciència emocional, regulació de les emocions, autonomia emocional, competència social i habilitats de vida i benestar), i a partir d'aquí **es distribuïran per cursos, des de P3 fins a sisè de Primària**.

Cada curtmetratge estarà constituït per una breu explicació, que fonamenta el perquè es considera que treballa l'educació emocional i quina de les competències abasta.

Una vegada realitzada aquesta recerca i organització dels curtmetratges, l'objectiu del projecte és **realitzar un blog dirigit a professorat d'Educació Infantil i Primària**, per tal que tinguin fàcil accés a una gran selecció de curtmetratges que treballen l'educació emocional, els quals estan distribuïts per cursos i per competències emocionals.

A banda de fer el blog, s'ha tingut l'oportunitat de treballar alguns dels curtmetratges amb infants de tres, quatre i cinc anys, a l'escola Sagrada Família de Sant Andreu i amb l'alumnat de 2n de cicle inicial de l'escola La Farigola del Clot i així d'aquesta manera veure de manera vivencial quin diàleg es pot extreure d'aquests curtmetratges.

ANÀLISI DEL CONTEXT

El programa d'Educació Emocional d'aquest treball, s'ha dut a terme a dues escoles, a l'escola concertada "**Sagrada Família**" situada al barri de Sant Andreu de Palomar i a l'escola "**La Farigola**" situada al barri del Clot.



L'escola **Sagrada Família** és una escola que imparteix ensenyaments des d'Infantil fins a Batxillerat amb tres línies cada curs. L'escola compta amb 1357 alumnes i 90 docents. Un altre personal que intervé a l'organització i bon funcionament de l'escola són vetlladors d'Educació Especial, psicopedagogues, administratives, personal de menjador, monitors i monitores d'activitats extraescolars (anglès, dansa moderna, ciència divertida, música, etc.) i servei d'acollida de matí i de tarda.

El projecte educatiu de l'escola es vertebra en quatre eixos principals, els quals seran els fonaments del coneixement en el transcurs de la vida dels seus alumnes.

Aquests eixos són:



SER i CONVIURE → El qual es centra a establir unes relacions estables i eficaces entre les persones, per fomentar una cohesió i permetre treballar en un món solidari, pacífic i just.



SABER → Afavorir coneixements globals i transversals dels diferents àmbits de coneixement, els quals ajudaran a l'alumnat a comprendre el món que els envolta.



FER → Posar a l'abast de l'alumnat unes competències que els capacitaran a fer front a reptes que trobaran en un futur, ja que estem a un món de canvi permanent, i els donarà l'oportunitat d'establir relacions interpersonals, treballar en equip i adquirir unes habilitats professionals.

L'escola destaca en el seu projecte educatiu per:

- Establir una relació propera entre els qui formen la Comunitat Educativa.
- Proporcionar un tracte acollidor.
- Defensar una pedagogia fonamentada en l'amor.
- Donar una atenció personalitzada que acull els seus alumnes.
- Crear un ambient d'inclusió, llibertat, tenacitat i constància.

A més, és un centre que promou una formació personalitzada i integral, a més de flexibles i oberta a la realitat actual amb una visió cristiana de la persona. L'escola vetlla per la igualtat d'oportunitat del seu alumnat i per això es treballa per aconseguir una equitat i una excel·lència educativa d'aquests. Es volen transmetre uns valors basats en un tracte familiar, acollidor i proper. Es fomenten els valors de confiança, civisme, esforç, respecte, amistat, solidaritat, convivència i esperança.

L'escola **La Farigola** és una escola de doble línia que imparteix els ensenyaments des d'Infantil fins a Primària. L'escola compta amb 450 alumnes i 35 docents, entre els quals hi ha especialistes d'Educació Física, Anglès, Educació Especial, Audició i Llenguatge, Música, Plàstica i Religió. Un altre personal que intervé en l'organització i funcionament de l'escola són: auxiliars i vetlladors d'Educació Especial i psicopedagog de l'EAP, una administrativa, personal de menjador (20 monitors i 5 cuineres o ajudants de cuina), monitors i monitores de les activitats extraescolars i del Servei d'Acolliment.



Un dels trets identificatius d'aquesta escola és que té aula USEE (Unitat de Suport d'Educació Especial) amb 10 infants amb dificultats greus i permanents.

La línia pedagògica que segueix el centre és ser una escola trilingüe, d'aprenentatge i servei, tecnològica, verda i integrada al barri. Entre els eixos de la seva **línia metodològica** cal destacar el seu compromís social fomentant aquelles activitats col·laboratives amb les que alumnat, mestres i famílies aprenen personalment, col·lectivament i milloren l'entorn.

OBJECTIUS

OBJECTIUS GENERALS DEL TREBALL

- Crear un “Blog” amb un recull de curtmetratges per treballar l’educació emocional al segon cicle a Infantil i Primària
- Classificar els curtmetratges per competències emocionals del GROP.
- Oferir una breu explicació de cada curtmetratge de què es pot treballar amb els infants.
- Crear un blog

OBJECTIUS ESPECÍFICS QUE ASSOLIRÀ L’ALUMNAT

★ Assolir major coneixement de les emocions

- Ampliar el vocabulari emocional.
- Potenciar una major capacitat de consciència emocional.

★ Expressar emocions

- Expressar verbalment les emocions que senten en visualitzar els curtmetratges.

★ Reconèixer les pròpies emocions i les dels altres.

- Identificar les emocions que senten els personatges dels curtmetratges.
- Transferir les emocions dels curtmetratges a la seva experiència personal.
- Reflexionar el perquè en determinades situacions se senten unes emocions en comptes d’altres.

DISSENY DE LA INVESTIGACIÓ (planificació)

Primerament, es va fer una recerca exhaustiva de la fonamentació teòrica que existeix sobre les emocions, la intel·ligència i l'educació emocional. Una vegada feta, es va decidir investigar sobre com es treballen les emocions a les escoles, i es va arribar a la conclusió de què es tracten de maneres diverses, però no es fa des del vessant dels mitjans audiovisuals, fent ús de curtmetratges dirigits al treball de les emocions. Per aquest motiu, donat que els curtmetratges em semblaven interessants pel rerefons que es pot extreure des de la imatge i la història que expliquen en un breu període de temps, vaig decidir centrar-me a fer una recerca que es centrés en els curtmetratges que treballen l'educació emocional.

Un cop es va veure que hi havia un gran fons d'audiovisual i que potser si es feia un blog on estiguessin tots els curts sense cap mena de classificació, seria una mica complicat pels docents escollir els que estaven dirigits pel seu nivell d'alumnat, vaig decidir catalogar els curtmetratges per cursos des de P3 a sisè de Primària, i a més a més, per les competències emocionals que proposa el GROPE (consciència emocional, regulació de les emocions, autonomia emocional, competència social i habilitats de vida i benestar).

Per altra banda, es va fer una descripció de la investigació i es van definir els objectius generals i els específics que assolirà l'alumnat. A més, hi ha un apartat centrat a parlar de com s'ha creat el blog i com s'ha fet la difusió d'aquest.

Per últim, es pot trobar la classificació dels curtmetratges amb una breu explicació de cadascun, per contextualitzar-los.

Cal aclarir que durant el procés de realització del treball, es van fer un parell de tutories amb la tutora del treball, primerament per aclarir quina seria la temàtica a investigar i plantejar l'objectiu del treball, i una vegada visualitzats els curtmetratges trobats, per tal de fer una primera classificació per competències emocionals i edats i mostrar-li el blog creat per tal de fer la difusió dels curtmetratges en el món docent.

DIFUSIÓ: BLOG

S'ha realitzat un blog dedicat a curtmetratges que treballen l'Educació Emocional, i per crear-lo s'ha utilitzat la pàgina "Webnode", la qual d'una manera senzilla fa possible que es creïn blogs o pàgines web. (<https://www.webnode.es/>). Per accedir-hi, cal registrar-se amb un e-mail i una contrasenya, i una vegada realitzat, ja es pot començar a escollir com es vol personalitzar la pàgina.



Per tal de fer més visible cap al professorat i tot aquell/a que estigui interessat en la temàtica, s'ha confeccionat una pàgina de Facebook a la qual d'una manera pública es pot accedir a l'enllaç del blog, i periòdicament es van fer publicacions de diferents curtmetratges. (<https://www.facebook.com/pg/Guia-de-curtmetratges-dEducaci%C3%B3-Emocional-2277859685644026/posts/>)

CONCLUSIONS

Amb aquest treball es tanca una etapa plena d'aprenentatges i enriquidora per a mi, tant pel que fa a tots els continguts treballats durant el Postgrau d'Educació Emocional i Benestar, com pel grup de companys i companyes que he tingut, ja que entre tots i totes hem creat una família que ha fet que aprenem els uns dels altres i ens acompanyem durant aquest camí. Amb aquest Postgrau he obert un camí cap a un món que desconeixia i que feia temps que em cridava l'atenció, i he descobert quin tipus de mestra m'agradaria ser.

Per una altra banda, el procés de recerca i estudi de curtmétratges i el blog que s'exposen a aquest treball, m'han fet adonar-me del que suposa treballar amb una visió cap a l'educació emocional i les dificultats que implica poder escollir què correspondria a cada nivell d'edat i a la classificació de competències emocionals del GROU.

A més, m'ha enriquit encara més poder aplicar la classificació creada pel blog, a un context real, com és l'escola "Sagrada Família de Sant Andreu de Palomar", ja que m'ha fet veure realment l'eficàcia dels curtmétratges i del diàleg que es pot extreure d'aquests.

Tot va començar amb una lleugera idea de la proposta que volia fer per aquest treball, però amb el suport de la meva tutora i la seva visió com a mestra i tutora d'una escola, vaig anar aclarint les meves idees i a començar a donar forma al que seria el meu projecte.

Al final d'aquest trajecte, puc afirmar que tinc una sensació molt satisfactòria, ja que he pogut fer un estudi de curtmétratges que treballen l'educació emocional i analitzar-los amb detall, ja que normalment quan veiem un curtmétratge no parem a mirar i pensar en el missatge que de veritat es vol transmetre. A més, em sento molt afortunada d'haver pogut crear un recurs, com el blog, per a personal docent que estigui interessat a treballar l'educació emocional a l'aula, de manera que aquests tinguin un fàcil i ràpid accés a diversos curtmétratges classificats per les competències emocionals del GROU.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Articles:

- Bergadà, N. (2016). *Com podem educar les emocions a l'escola*. Recuperat de: <https://natibergada.cat/com-podem-educar-les-emocions-a-lescola>
- García, C. *Educación emocional en la infancia*. Recuperat de: https://edukame.com/system/files/gratis/educacion_emocional_infantil_en_la_escuela.pdf
- López, J. (2014). *Els i les mestres investiguem? Una breu introducció a la investigació educativa*. Universitat de València. Recuperat de: <https://core.ac.uk/download/pdf/71038206.pdf>
- Hernández, J. i Martín, E. (Eds.). (2014). *Pedagogía audiovisual: Monográfico de experiencias docentes multimedia*. Madrid: Servicio de Publicaciones, Universidad Rey Juan Carlos. Recuperat de: <https://eciencia.urjc.es/handle/10115/12522>
- Padrón, J. *Leer la imagen: otra forma de alfabetismo*. Recuperat de: https://perio.unlp.edu.ar/tpm/textos/leer_la_imagen.pdf
- Pérez, J.M. i Pi, M. (2015). *El uso del audiovisual en las aulas*. Editorial Planeta. Recuperat de: https://www.aulaplaneta.com/wp-content/uploads/2015/09/Dossier_Perspectivas_IV_2015_100dpi.pdf
- Ribas, V. (2016-2017). *Com treballar les emocions a l'escola en l'etapa d'Educació Infantil*. Universitat de les Illes Balears. Recuperat de: http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3947/Ribas_Ribas_Vanesa.pdf?sequence=1
- Solano, I. M., Sánchez, M. i Recio, S. (2015). *El vídeo en Educación infantil: Una experiencia colaborativa entre Infantil y Universidad para la alfabetización digital*. RELAdEI. Revista Latinoamericana de Educación Infantil, 4 (2), 181-201. Recuperat de: www.usc.es/revistas/index.php/reladei/article/download/4889/5246

Llibres:

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Editorial Praxis, S.A.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Bisquerra, R, Pérez González, J. i García Navarro E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Harris, P.L. (2004). *Los niños y las emociones*. Madrid: Alianza Editorial (Psicología minor). pp.185-205
- Montfort, M. i Montfort, I. (2001). *En la ment*. Etha Ediciones.

Pàgines web

- Nati (2019). *35 curts magnífics per treballar les emocions i els valors*.
Enllaç: <https://natibergada.cat/curts-magnifics-per-treballar-les-emocions-i-els-valors>

ANNEX

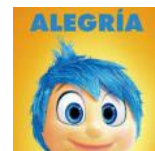
RECULL DE CURTMETRATGES DEL BLOG

P3

- **Consciència emocional**

- Intensament: Ella es Alegria → Aquest curtmetratge està basat en el personatge Alegria de la pel·lícula *Del revés (Inside out)*, i explica el que pot sentir una persona quan sent aquesta emoció.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=V628ifQPkEQ>



- Intensament: Ella es Tristesa → Aquest curtmetratge està basat en el personatge Tristesa de la pel·lícula *Del revés (Inside out)*, i explica el que pot sentir una persona quan sent aquesta emoció.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=nMWDwFEKNuA>



- **Regulació de les emocions**

- Lena es porta malament → Es presenta a una nena que està enutjada per tot. Crida, pega i es comporta malament fins que troba una solució i aprèn a controlar-se.

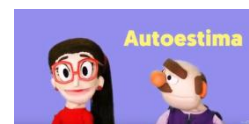
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=SKRecNeYRxl>



- **Autonomia emocional**

- Què és l'autoestima? → Aquest curtmetratge explica als nens què vol dir la paraula autoestima i com treballar-la.

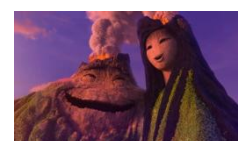
Enllaç: https://www.youtube.com/watch?v=Y8aeE8_X4x0



- **Competència social**

- Lava → Es presenten conceptes com l'amor, la soledat, l'esperança, la paciència i que l'espera a vegades pot tenir la seva recompensa.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=hwQADzOiafQ>



- **Habilitats de vida i benestar**

- Salutació al sol → Els nens aprenen una tècnica de relaxació i es genera un efecte subtil al cos i la ment.

Enllaç:

<https://www.youtube.com/watch?v=7fHpf4A9P1I&t=2s>

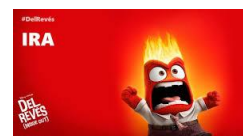


P4

● **Consciència emocional**

- Intensament: Ell és ira → Aquest curtmetratge està basat en el personatge Ira de la pel·lícula *Del revés (Inside out)*, i mostra el que pot sentir una persona quan sent aquesta emoció.

Enllaç: https://www.youtube.com/watch?v=H_AGPYLDUqM



- Intensament: Ell és por → Està basat en el personatge Por de la pel·lícula *Del revés (Inside out)*, i mostra com es pot sentir una persona davant aquesta emoció.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=MmIMeFJUrgE>



● **Regulació de les emocions**

- Tinc un volcà → És un conte que explica el que succeeix quan una persona està amb l'emoció de la ira. El conte tracta d'una nena que es diu Alba, la qual no ho sabia, però a dins hi té un volcà, més o menys entre el melic i les costelles. De vegades, el volcà s'encén i explota. Llavors el foc ho crema tot i l'Alba pateix i s'espanta, tot alhora. Però una nit una fada menuda li explica a cau d'orella què pot fer quan s'enrabia, i aquell truc li farà descobrir sensacions inesperades.

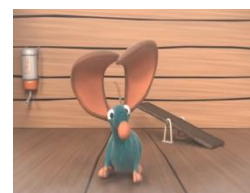
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=mn2chly1Gc>



● **Autonomia emocional**

- Ratolí en venda → És la història d'un ratolí que està trist per ser diferents i per aquest motiu ningú el vol comprar, fins que això canvia i la seva autoestima augmenta considerablement en veure que estava equivocat i què si el poden estimar. Per tant, es treballa l'autoestima i l'acceptació d'un mateix.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=XxvLDL8Smck>



- **Competència social**

- Pops → Parla del poder de l'amor per poder superar problemes que a primera vista poden semblar invencibles.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=56qOs08XUUK>



- **Habilitats de vida i benestar**

- La granoteta, Tranquils i atents com una granota → Ofereix exercicis senzills perquè els nens es relaxin ment i cos.

Enllaç: https://www.youtube.com/watch?v=r0O5sl_iPQI



P5

● **Consciència emocional**

- Intensament: Ella és Fàstic → Està basat en el personatge Fàstic de la pel·lícula *Del revés (Inside out)*, i mostra el que pot sentir una persona quan sent aquesta emoció.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=yMuPXZCGLGg>



● **Regulació de les emocions**

- Cua de drac → És l'explicació d'un conte que tracta el que succeeix quan la mare d'en Xavier, no li dóna tot el que vol, aquest s'enfada tant que es posa vermell, i fins i tot es transforma en una criatura de conte. Més tard, quan el seu pare li demana que ordeni el que ha desordenat durant el seu atac de ràbia, el Xavier s'enfada encara més. I els que pitjor ho passen, a part d'ell, són les seves joguines. Això no obstant, en el moment més inesperat, el Xavier haurà de fer front a les conseqüències dels seus actes, i llavors aprendrà d'una manera sorprenent com gestionar les seves emocions més impulsives i agressives.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=Ylus6EREdXY>



● **Autonomia emocional**

- El regal → Treballa valors com l'acceptació d'un mateix i dels altres un camí cap al creixement personal.

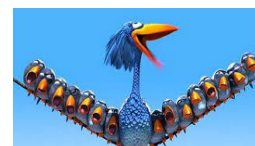
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=7LOixJQW6Zs>



● **Competència social**

- For the Birds → Serveix per treballar l'empatia i la reflexió.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=T63MCogI4sM>



- **Habilitats de vida i benestar**

- Saluda a la Lluna → Explica exercicis per relaxar-se. L'instructor és un gat guru que explica com es realitzen les diferents postures i els seus beneficis per al cos i l'esperit.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=ww03jlaJNqs&t=29s>



PRIMER DE PRIMÀRIA

- **Consciència emocional**

- L'Eriçó → Mostra com l'esperit del Nadal, ajuda a fer que els nous amics de l'Eriçó superin les barreres de la diferència i l'acceptin, incloent-lo i integrant-lo.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=kMSDD619o7o>



- **Regulació de les emocions**

- El pont → Aquest curtmetratge ensenya la importància de la comunicació per tal de poder resoldre conflictes. També mostra les conseqüències d'utilitzar la violència, ja que aquesta mai porta a res bo. I a més, la necessitat de la col·laboració per aconseguir nous objectius.

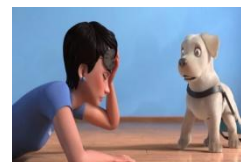
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=LAOICItN3MM>



- **Autonomia emocional**

- PIP → L'esforç i la determinació per arribar a aconseguir el que es desitja és el missatge clau que es vol transmetre a aquest curtmetratge.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94>



- **Competència social**

- Dust buddies → Es treballa l'empatia i el treball en equip i la inclusió.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=9OhUJyF1bYo>



- **Habilitats de vida i benestar**

- Omm Moo, ioga per a nens → La protagonista és una vaca que explica una posició de ioga i així mostrar els beneficis de realitzar-la.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=kapjg8UNbfQ>



SEGON DE PRIMÀRIA

● **Consciència emocional**

- The supporting act → És un curt que mostra que malgrat la vida tan ocupada que a vegades porten les persones, aquestes no han d'oblidar el que vertaderament importa, i en aquest cas és la família, a la qual mai se l'ha d'oblidar i se l'ha d'estimar.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=8PstSiTck74>



● **Regulació de les emocions**

- Respira → Promou la consciència emocional com a un vehicle per canviar la manera de vivenciar les experiències sentimentals que viuen les persones. En aquest curtmetratge els nens parlen de coses que els fan sentir enuig, tristesa o culpabilitat, de com reaccionen i la manera que tenen per transformar les seves sensacions en positives.

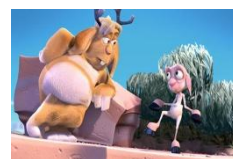
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=qn63c9JgoN8>



● **Autonomia emocional**

- El conte del xai Boundin → Tracta valors com la necessitat de tenir una bona autoestima, l'error de creure que el valor d'una persona només es troba en la seva aparença física i es dóna molta importància al poder de la bellesa interior de les persones.

Enllaç: https://www.youtube.com/watch?v=pR6MtDZs_eM



● **Competència social**

- Minúscul: Una nou dura de pelar → Es mostra com arran de la companyonia i la reflexió en gran grup, es poden arribar a fer coses que en un principi semblen impossibles.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=-mt2dlcj7eg>



- **Habilitats de vida i benestar**

- Respiració de l'abella → A través d'un exercici de relaxació ensenya als nens a com relaxar-se i a sentir-se bé amb ells mateixos.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=eSBjHB4ezGs>



TERCER DE PRIMÀRIA

- **Consciència emocional**

- Pipper → Mostra com s'ha de cercar la valentia per poder combatre les pors que neixen del nostre interior, i que potser no són tan perilloses com en un primer moment poden semblar.

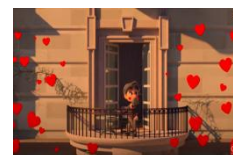
Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=e7v2zDZBf6g>



- **Regulació de les emocions**

- Amor al balcó → Es treballen els valors de l'amor i la sinceritat. I del pas d'una emoció negativa a una de positiva, quan el protagonista se n'adona que ha obrat de la pitjor manera.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=OaOmOi3EOcA>



- **Autonomia emocional**

- Joy and Heron → Permet treballar l'empatia i la col·laboració per tal de poder arribar a assolir un mateix objectiu.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=1lo-8UWhVcg>



- **Competència social**

- Ian → Aquest curtmetratge està centrat a treballar la inclusió de les persones, a l'hora que també es treballa l'empatia.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=OHma93eZiBY>



- **Habilitats de vida i benestar**

- Salutació al sol i ioga amb animals → Els nens aprenen a relaxar-se, a l'hora que fan exercicis i adquireixen coneixements per una vida sana.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=Dwt0qeBj85I>

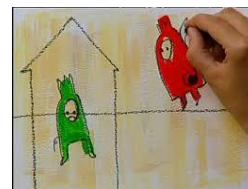


QUART DE PRIMÀRIA

- **Consciència emocional**

- En Riquet i la Pobrica → És un conte que mostra com s'ajuden dos personatges a conèixer-se a si mateixos i a entendre algunes de les seves emocions.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=NtQkO0KZFnA>



- **Regulació de les emocions**

- El poder d'una abraçada → Mostra com a partir d'una abraçada es pot ajudar a les persones a comprendre's i equilibrar-se millor, a la vegada que regulen emocions negatives que estan patint en un cert moment.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=PEtSjG0uQg4>



- **Autonomia emocional**

- Monsterbox → Es treballa el poder de l'amistat i el treball en equip.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=OczEHXRU9WU>



- **Competència social**

- Algun dia el món serà així → Mostra com a partir de la generositat de les persones es pot ajudar a construir un món millor.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=kLmcjoDtZKg>



- **Habilitats de vida i benestar**

- loga per a nens → Ensenya exercicis de relaxació i respiració.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=SP5p1gLUOHI>



CINQUÈ DE PRIMÀRIA

- **Consciència emocional**

- Cançó “Estic content” → A través d’una cançó s’explica perquè les persones poden estar contentes.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=ldzQC4CUrVY>



- **Regulació de les emocions**

- Ciutat acolorida → Tracta sobre la capacitat d’expressar i sentir els sentiments i de regular aquells que no ens fan sentir bé.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=42tVZLbWIU0>



- **Autonomia emocional**

- Qüestió d’actitud → Tracta sobre una noia que és molt afortunada i amb molta sort, i sobre un noi que en canvi és molt desafortunat i tot li surt malament. Quan es coneixen aquesta sort canvia pels dos. Es treballa l’amistat i com la confiança en altres persones és molt important.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=NtyZxgg9Lxw>



- **Competència social**

- El cassó de Lorenzo → Mostra la importància de promoure la solidaritat i l’empatia. A aquest curtmetratge un personatge ensenya a Lorenzo a acceptar-se a ell mateix i a conviure amb allò que arrossega.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=5pUmAOTQqCg>



- **Habilitats de vida i benestar**

- loga per a nens- càpsula “El conte de les papallones” → Mostra diferents exercicis als nens per tal de relaxar-se.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=MI1S5rM0ou0>



SISÈ DE PRIMÀRIA

- **Consciència emocional**

- Alike → Mostra que les persones quan estan alegres es senten millor i per tant, això s'ha de promoure.

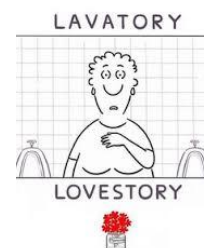
Enllaç: https://www.youtube.com/watch?v=d_JXHXd3L1Q



- **Regulació de les emocions**

- Lavoratory lovestory → La solitud i la tristesa de la rutina diària canvia quan comença a trobar-se unes flors que algú li deixa al seu lloc de treball, fet que fa que comenci a estar alegre cada vegada que les troba i a enamorar-se d'aquella persona.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=ajLrFugsdMw>



- Cervell dividit → Mostra com les persones tenim dos hemisferis cerebrals que prenen control de la nostra personalitat, una més racional i una més emocional / passional. Depenent de la situació i les persones amb qui ens trobem, deixarem que una personalitat domini més que una altra. El curtmetratge mostra que si les persones troben l'equilibri entre les dos personalitats i treballen de forma pacífica, les coses solen anar millor.



Enllaç: https://www.youtube.com/watch?time_continue=295&v=Lc7Y-pt-2HA

- **Autonomia emocional**

- Balena → Una balena està trista i se sent sola, perquè al ser gran la resta d'animals marxen espantats, fins que un dia els animals en veure que és inofensiva comencen a apropar-se a ella.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=QodRU8lav7s>



- **Competència social**

- La revolució de les joguines → Es vol conscienciar a les persones que han de canviar la seva mentalitat sobre els rols de les joguines, les quals no s'han de diferenciar per sexes. Les joguines treballen en equip per fer que els nens i les persones reflexionin.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=PxdWfXisCIU>



- **Habilitats de vida i benestar**

- loga per a nens- càpsula "Els astronautes de l'espai interior" → A partir de diferents exercicis i posicions corporals els nens/es es relaxen i són conscients de la seva respiració.

Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=feJdmeEV9YQ>

