



**MATÈRIES:** DESTRESES LINGÜÍSTIQUES, CIÈNCIES SOCIALS, HISTÒRIA I HABILITATS ARTÍSTIQUES.

**EDAT:** 3r cicle i ESO (12-16 anys)

### OBJECTIUS DE LES FITXES DE TREBALL

En el portal web La mente es maravillosa, la psicòloga Valeria Sabater escriu sobre l'[origen de la frase "Coneix-te a tu mateix"](#). En l'antiga Grècia, en el recinte sagrat de l'Oracle de Delfos, abans de plantejar qualsevol consulta als déus, obligaven els viatgers a investigar sobre la seua pròpia essència, perquè es considerava que este havia de ser el punt de partida per a comprendre el món: conèixer-se un mateix.

Per tant, utilitzant esta història com a inspiració, el punt de partida d'esta situació d'aprenentatge és convidar l'alumnat a descobrir-se.

Per a fer-ho possible, es combinen rutines de pensament, lectures informatives, activitats creatives, investigacions i reflexions tant individuals com conjuntes.

Si l'alumnat no es coneix a si mateix és impossible iniciar un desenvolupament de la seua intel·ligència i gestió emocional adequat, així com la capacitat de cuidar la salut mental i ajudar els altres a cultivar-la.

#### **Treball en equip**

- 1 \_ Coneix-te a tu mateix
- 2 \_ Diccionari – amb les nostres paraules
- 3 \_ El meu jo en una caixa

## 1 \_ Coneix-te a tu mateix

---

La primera tasca que es proposa a l'alumnat és la reflexió sobre la frase que dona nom a esta activitat.

En la pissarra digital de l'aula es plasma el lema "Coneix-te a tu mateix".



Per a començar, es repartix a l'alumnat una fitxa de treball que planteja una [rutina de pensament anomenada K, W, L](#) (Know, Want & Learn: sé, vull i aprenc) que han d'omplir individualment en dos fases.

En este moment, els hem d'explicar que en la primera fase han d'omplir les dos primeres columnes amb el que saben i el que volen saber sobre el que els diu la frase plasmada en la pissarra.

Després d'un temps determinat, una vegada completada la tasca assignada, es repartix la [lectura del blog La mente es maravillosa](#), mencionada en la introducció d'este document, en la qual la psicòloga Valeria Sabater tracta d'explicar l'origen de l'expressió "Coneix-te a tu mateix".

En acabar la lectura individual, en una segona fase l'alumnat ha de completar la tercera i última columna de la rutina de pensament i explicar amb les seues paraules què han après després de llegir el text.

Una bona manera de concloure l'activitat és l'exposició oral del procés de pensament reflectit en esta rutina. Anima l'alumnat a compartir el que han treballat amb la resta de la classe.

## 2 \_ Diccionari – amb les nostres paraules

Seguidament, animem l'alumnat a fer una investigació per equips de treball cooperatiu.

A cada grup se li assigna un concepte perquè expressen quin significat creuen que té, la definició real en el diccionari, com l'expressarien amb les seues pròpies paraules i, finalment, quina forma tindria si pogueren dibuixar-lo.



Establix un temps màxim per a completar la fitxa i, quan tots els grups hagen acabat, els alumnes que tenen el rol de portaveu s'organitzen per explicar la fitxa d'investigació del seu equip i arxivar-la amb les de la resta dels equips per a crear el diccionari amb les nostres paraules.

- Autoconcepte
- Autoconeixement
- Autoestima
- Autoacceptació

Anima'ls a pensar altres paraules que poden completar este [diccionari de conceptes "Coneix-te a tu mateix"](#).

### 3 \_ El meu jo en una caixa

---

Com bé explica la Taxonomia de boom, no hi ha millor manera de concloure un procés d'aprenentatge que creant alguna cosa. Per això, **proposa a l'alumnat que cree una caixa que els represente, que parle d'ells i elles i que continga les coses que descriuen la seua essència vertadera.**

És important que l'alumnat tinga temps suficient per a pensar i preparar les caixes, de manera meditada i creativa. **L'objectiu és que, amb tot el que han après, tinguen un espai d'autoreflexió i coneixement propi per a exposar-lo a la resta de la classe,** en la forma que consideres més oportuna, com "el meu jo en una caixa".

Primer, els [entreguem una fitxa de treball](#) amb l'explicació de la dinàmica redactada, així com una sèrie d'ítems que han de complir les caixes. Esta fitxa també actua com a esborrany per a la preparació del producte final.

**Una vegada tenen la fitxa/esborrany completada, han de materialitzar la caixa.** Amb una caixa de sabates reciclada, o similar, han de pensar com tematitzar-la i decorar-la perquè els represente, i què hi ficaran a dins. Per exemple: la colònia que solen posar-se, una gorra que sempre porten, una foto de la seua persona preferida, una frase que sempre els diu algú important...

Finalment, quan hagen acabat la caixa, l'han de dur al centre educatiu per a presentar-la a la resta de companys i companyes.

En este moment, com a docent, pots decidir el funcionament de l'activitat segons les necessitats o interessos de l'alumnat:

- Es pot fer una presentació individual de la caixa, un museu de caixes amb l'objectiu d'endevinar a qui pertany cada una.
- Es pot plantejar una dinàmica per parelles perquè cada alumne presente la caixa d'un amic o amiga amb les històries i explicacions que li ha contat...

**NOM:** \_\_\_\_\_

**LA MEUA CAIXA**

**QUI SÓC?** \_\_\_\_\_

**COM EM VEUEN ELS DEMÉS** \_\_\_\_\_

**QUIN ÉS EL MEU SENYAL D'IDENTITAT?**

**LA MEUA ESSÈNCIA EN 3 PARAULES**

•

•

•

**QUINS OBJECTES FICARÉ EN LA MEUA CAIXA?** \_\_\_\_\_

**AUTOCONCEPTE**

**AUTOESTIMA**

**AUTOCONEIXEMENT**

**AUTOACEPTACIÓ**

**DIBUIXA UN ESBORRANY DE LA TEUA CAIXA:**

El final pot ser tan creatiu com les caixes dels alumnes!