Benestar emocional na aula

Pasaporte emocional

Viaxe emocionante

Contido dinámico e interactivo que permite ao alumnado traballar distintas competencias emocionais, intrapersoais e sociais a partir dunha viaxe a distintos escenarios reais nos que irá superando retos. Emprégase a arte, a historia e a narrativa para profundar no traballo introspectivo do alumnado, así como para fomentar debate e pensamento crítico.

Notas:

1. Están dispoñibles dúas versións do contido: unha para EP e outra para a ESO, adaptadas ao nivel do alumnado.
2. Ambas versións conteñen a creación do avatar e do pasaporte e a primeira viaxe. Proximamente engadiranse novas versións con outros destinos.

- **Características destacadas:**
  - Narrativa atractiva entorno a unha viaxe misteriosa.
  - Actividade personalizada na que o alumnado crea tanto o seu avatar como o seu pasaporte.
  - Gran variedade de actividades tanto individuais como grupais que permiten traballar as competencias emocionais, intrapersoais e sociais a todos os niveis.
  - Utilización de recursos audiovisuais, escenarios interactivos e estratexias de gamificación para motivar a participación e o interese do alumnado.
  - Incorporación dun glosario con definicións dos termos relevantes do contido.
  - Actividades complementarias para desenvolver na aula.
  - Favorece o desenvolvemento de diferentes competencias.
- **Idioma do contido:** galego.
- **Obxectivos:**
  - Traballar as competencias emocionais de Bisquerra: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social e competencias para a vida e o benestar.
  - Mellorar o seu autoconcepto e a súa autoestima.
  - Recoñecer as emocións propias e alleas.
  - Profundar na expresión plástica das emocións.
- **Contidos:**
  - A conciencia emocional.
  - As emocións.
  - A autodefinición (os adxectivos).
  - Os valores persoais.
  - As emocións que esperta a arte.
- **Número de sesións estimadas:**
  De 6 a 8 sesións, dependendo da profundidade coa que se queira traballar.