

# DIARIO DE APRENDIZAXE

## Pinceladas de emocións

Educación en Valores  
Cívicos e Éticos | 6º EP



Nome:

Área:

Curso:

Grupo:

FASES DO PROXECTO (Marca as que vas superando)	Marca
Fase 1: Identificando emocións	
Fase 2: Activando emocións	
Fase 3: Construindo pensamentos	
Fase 4: Arte que emociona	
Fase 5: Conclusións	

## FASE 1: Identificando emocións

Nesta **primeira fase**, presentamos o reto da situación de aprendizaxe. Agora, no teu diario debes pensar e escribir sobre “que” e “como” aprendiches nesta fase.

Non teñas prisa, non o fagas ao chou, faino con sentidiño. Lembra, reflexiona e escribe con sinceridade para coñecer os teus puntos fortes e débiles e así mellorar a túa aprendizaxe.

### Aprendo

O reto consiste en:

.....

.....

.....

☐ O reto chamoume a atención.

☐ O reto non me parece interesante.

O que máis me gustou foi:

.....

.....

.....

O que menos me gustou foi:

.....

.....

.....

Visitaches algún dos museos que aparecen na fase 1? Se non, que outros museos visitaches?

.....

.....

.....

### Reflexiono

Que sentimento aflorou cando visualicei a curtametraxe “*Mr Indifferent*”?

.....

.....

.....

Cres que se pode vivir sen que che importe o que sucede ao teu redor. Ti que pensas?

.....

.....

.....

Ás veces sinto inseguridade para comunicar as miñas emocións. Penso que expresalas a través da arte é boa idea. Si – Non. Por que?

.....

.....

.....

## Valoro

**Valoro o que me esforcei** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Valoro o que aprendín** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

## Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

Escribide unha lista cos museos que hai na cidade máis próxima ao centro educativo. A cales deles fostes? En caso de que non forades, coñeciádelos?

.....

.....

.....

.....

Escribide algunha situación na que intentarades axudar a alguén que non amosa interese por nada nin ninguén.

.....

.....

---

---

---

---

En caso de que non atopedes ningunha, que fariades no caso de ver a algunha persoa soa durante varios recreos?

---

---

---

---

---

## FASE 2: Activando emocións

Xa rematamos a **segunda fase**. Agora tócache reflexionar no diario como a afrontaches e reflectir a maneira na que aprendiches.

Recorda, non hai présa, faino con calma e pensa antes de escribir. É a mellor maneira de coñecer como aprendes e progresar.

### Aprendo

<input type="checkbox"/>	Xa sabía o que é o autoconcepto.	<input type="checkbox"/>	Non sabía o que é o autoconcepto.
<input type="checkbox"/>	Xa sabía o que é a autoestima	<input type="checkbox"/>	Non sabía o que é a autoestima.

Cando escoito a palabra “autoconcepto” penso en:

---

---

---

Cando escoito a palabra “autoestima” penso en:

---

---

---

Considero que definirme en tres palabras foi fácil / difícil... Por que?

---

---

---

---

Coñecía a diferenza entre sentimento, afecto e emoción? Escribe un exemplo de cada caso.

---

---

---

## Reflexiono

Penso que ser capaz de definirme é importante porque:

---

---

---

Na fase 1 apareceu “Lenzo”, un cadro en branco. Nesta fase apareceu de novo, un pouco cambiado. O que me inspira este personaxe é:

---

---

---

Son capaz de controlar sempre as miñas emocións? Que fago para logralo? Como reacciono cando non o consigo?

---

---

---

É máis sinxelo ou máis difícil describirme en tres palabras a min ou a un amigo ou amiga? Por que?

---

---

---

Coñezo as miñas potencialidades e debilidades? Cales son?

.....

.....

.....

## Valoro

**Valoro o que me esforcei** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
----------	----------	----------	----------	----------

**Valoro o que aprendín** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
----------	----------	----------	----------	----------

## Diario común

Cada un/unha de vós describiuse con tres palabras, engadide unha palabra máis a cada lista dos integrantes do grupo.

.....

.....

.....

Despois de valorar e reflexionar na aula sobre como tomar as decisións, que credes que é mellor usar: a cabeza ou o corazón?

.....

.....

.....

Nesta fase falamos de emocións das persoas. Credes que os animais teñen emocións? Como as expresan?

.....

.....

.....

.....

.....

## FASE 3: Construindo pensamentos

Xa rematamos a **terceira fase**. Agora tócache reflexionar no diario como a afrontaches e reflectir a maneira na que aprendiches.

Recorda, non hai présa, faino con calma e pensa antes de escribir. É a mellor maneira de coñecer como aprendes e progresar.

### Aprendo

Si		Non
	Entendín o que era un dilema moral.	
	Fun capaz de resolver os dilemas morais.	

O que máis me chamou a atención sobre a liberdade de expresión foi:

.....

.....

.....

.....

### Reflexiono

Que aspectos da miña identidade son herdados de cada proxenitor? E de aqueles que son adquiridos, quen son as persoas que máis inflúen na construción da miña identidade?

.....

.....

.....

Algunha vez te comportaches diferente ou cambiaches a túa forma de ser para non ser rexeitado ou rexeitada?

.....

.....

.....

Considero axeitado que unha persoa con 12 anos teña redes sociais? Por que?

.....

.....

.....

O que se amosa nas redes sociais fai que moitas veces algunhas persoas modifiquen a súa vida para reflectir unha aparencia que non é real.

Pensas que isto ten que ver coa autoestima? Xustifica a túa resposta.

.....

.....

.....

## Valoro

Valoro o que me **esforcei** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Valoro o que **aprendín** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

## Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

Na fase 3.1. tivestes que escribir aspectos que vos diferenciaban dos demais. Fostes capaces de escribir tres que vos definan ou coincidistes nalgún? Agora que sabedes os dos/das demais membros intenta pensar nun que te fai único.

.....

.....

.....

.....

En moitas ocasións repetimos palabras que están de moda entre as persoas da nosa idade. Podedes poñer unha lista de palabras ou oracións que empregades actualmente? De quen as herdastes? Cedes que isto tamén forma parte da vosa identidade?

.....

.....

.....

.....



Escribide tres exemplos nos que se poida ver afectada a dignidade dunha persoa.  
Engadide como se debería actuar en cada caso.

---

---

---

---

---

---

Considerades que é importante que as persoas poidan dar a súa opinión? Consideras que o teu grupo tivo en conta a túa opinión para desenvolver o debate? A pesar de ter diferentes puntos de vista conseguistes chegar a un acordo?

---

---

---

---

---

---

## FASE 4: Arte que emociona

Despois de moito traballo, o grupo acadou o reto final. Foron días de compartir coñecementos, superar dificultades e poñer en común ferramentas e habilidades que contribuíron á resolución do reto final. Ademais da satisfacción polo traballo ben feito, o que aprendemos neste reto servirános nun futuro para resolver situacións similares.

### Aprendo

O que aprendín pódeme servir para:

---

---

---

---

## Reflexiono

As maiores dificultades que tiveron para superar o reto foron:

---

---

---

---

Por que empregaches esa técnica de expresión artística? Consideras que foi a acertada para expresar a emoción? Seguirías a empregar a mesma?

---

---

---

---

Coñecías todas as obras de arte que se foron mostrando ao longo do REA?

---

---

---

---

A parte máis complexa cando elaborei a miña composición foi...

---

---

---

---

Que aprendín sobre min a través da arte?

---

---

---

---

## Valoro

Valoro o que me **esforcei** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Valoro o que **aprendín** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

## Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

Escribide unha lista dos puntos en común das vosas obras e o que fai única a cada unha.

.....

.....

.....

.....

.....

Fostes capaces de recoñecer a emoción nas composición artística dos demais grupos da aula? Cal vos chamou máis a atención? Por que?

.....

.....

.....

.....

.....

Cal foi a parte da obra grupal que máis vos custou expoñer?

.....

.....

.....

.....

.....

## FASE 5: Conclusións

Bota unha ollada cara a atrás e pensa en como foi esta aventura dende o comezo e cales son os resultados. No futuro, grazas a esta reflexión, poderás adaptarte mellor a outras situacións de aprendizaxe diferentes.

### Aprendo

O máis importante que aprendín durante todo este proxecto é:

.....

.....

.....

.....

Penso que necesito mellorar en:

.....

.....

.....

.....

### Reflexiono

Das achegas do resto do grupo sorprendeume:

.....

.....

.....

A posta en práctica do reto pode influír na sociedade porque:

.....

.....

.....

### Valoro

Valoro o que me **esforcei** nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
----------	----------	----------	----------	----------

Valoro o que aprendín nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

### As miñas sensacións

Neste proxecto sentínme:

				
Con motivación	Con curiosidade	Con confianza	Con inseguridade	Con desgana

Sentinme así porque...

.....

.....

.....

### Ideas para mellorar

A miña opinión xeral sobre este proxecto:

		
Chístame moito	Chístame algo	Non me chista

Cousas que cambiaría:

.....

.....

.....

.....

Ideas para mellorar:

.....

.....

.....

.....

## Diario común

Nesta fase as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

---

---

---

---



“Diario de aprendizaxe: Pinceladas de emocións”, do proxecto *cREAgal*, publícase con [Licenza Creative Commons Atribución Non-comercial Compartir igual 4.0](#)