

PROJECTE

EDEMIND/ATENCIÓ EDUCATIVA

ÍNDEX

1. Contextualització i marc legal.
2. Indicadors d'assoliment de cada un dels sabers bàsics plantejats.
3. Seqüència dels continguts al llarg de l'etapa educativa.
4. Metodologia pedagògica, materials i recursos didàctics que s'utilitzaran.
5. Activitats d'ampliació i de reforç.
6. Criteris d'avaluació i de qualificació.
7. Seguiment del projecte. Indicadors d'assoliment.

1. Contextualització i marc legal

L'educació emocional és un dels pilars fonamentals del nostre centre, ja que vivim a una societat canviant que necessita persones amb certes habilitats i competències per poder fer front a situacions emocionals difícils tant a l'àmbit escolar, com familiar i social (incapacitat de controlar la ira, estrès, depressió, ansietat...). Com a docents, tenim una responsabilitat social en l'ensenyança d'aquestes competències. Segons Bisquerra, l'educació emocional es basa en aquestes cinc:

- La consciència emocional: ser conscients de les emocions pròpies i dels altres i saber expressar allò que sentim. Per tant, es treballarà la identificació de les emocions i el vocabulari propi del camp.
- La regulació emocional: saber autocontrolar i gestionar les emocions, l'atenció, els impulsos, la paciència, la concentració, la relaxació... tot allò per mitjà de diferents estratègies i eines, entre les quals es troba la pràctica del mindfulness.
- L'autonomia emocional: Identificar i acceptar les capacitats i limitacions que tenim i així treballar en el nostre autoconcepte, en la nostra automotivació...
- Les habilitats socioemocionals: entre les quals es troben l'escolta activa, l'assertivitat, la gestió de conflictes per mitjà de les pràctiques restauratives, el saber treballar en equip...
- Les habilitats per a la vida i el benestar: saber organitzar el temps propi, tenir habilitats familiars, escolars i socials, tenir pensament optimista per poder afrontar els problemes...

Gràcies al treball o entrenament d'aquestes habilitats, formarem persones amb unes bones competències emocionals. Per aquest motiu, contem amb un projecte de centre sobre educació emocional i s'ha pogut crear el projecte Edemind (paraula formada per "Educació Emocional" i "Mindfulness").

A més de l'anterior vist, a aquest programa també es treballaran: l'autoestima, la promoció de la salut mitjançant l'activitat física, l'autonomia, la reflexió i la responsabilitat. Aquests són els aspectes referents que marca la normativa legal a l'apartat "Atenció educativa", que es troba al punt 4 de la disposició quarta del Decret 32/2022, d'1 d'agost, pel qual s'estableix el currículum d'ESO de les Illes Balears amb la LOMLOE:

"Els centres docents han de disposar les mesures organitzatives perquè els alumnes que no hagin optat per cursar ensenyaments de religió rebin la deguda atenció educativa supervisada per part de professors de qualsevol atribució docent. Aquesta atenció s'ha de planificar i programar pels centres de manera que es dirigeixin al desenvolupament de les competències transversals a través de la realització de projectes significatius per als alumnes i de la resolució col·laborativa de problemes, tot reforçant l'autoestima, la promoció de la salut mitjançant l'activitat física, l'autonomia, la reflexió i la responsabilitat, per a la qual cosa la Conselleria d'Educació i Formació Professional publicarà orientacions. En tot cas les activitats proposades han d'anar dirigides a reforçar els aspectes més transversals del currículum, tot afavorint la interdisciplinarietat i la connexió entre els diferents sabers. La planificació de l'atenció educativa alternativa a l'assignatura de religió ha de formar part de la concreció curricular."

A les sessions d'Edemind es treballarà la gestió emocional per mitjà de tallers i dinàmiques amb

una posterior reflexió.

Gràcies a aquestes ensenyances, ajudarem als nostres alumnes a assolir els següents objectius d'etapa que marca la LOMLOE:

- ❖ Enfortir les seves capacitats afectives a tots els àmbits de la personalitat i les seves relacions amb els altres, [...] resoldre pacíficament els conflictes i rebutjar els comportaments sexistes.
- ❖ Valorar i respectar la diferència de sexes i la igualtat de drets i oportunitats. [...] Rebutjar els estereotips que suposin discriminació de gènere.
- ❖ Desenvolupar la confiança en si mateix, la participació, [...], prendre decisions i assumir responsabilitats.

2. Indicadors d'assoliment de cada un dels sabers bàsics plantejats

COMPETÈNCIES CLAU	SABERES BÀSICS	INDICADORS D'ASSOLIMENT
Competències emocionals	Autoestima	1. Defineix el seu estat d'ànim de forma descriptiva. 2. Reconeix les seves emocions de forma descriptiva. 3. Identifica la necessitat que genera l'emoció que sent. 4. Reconeix les seves fortaleses i debilitats. 5. Accepta les seves fortaleses i debilitats. 6. Es valora positivament. 7. Respecta la diversitat cultural dins l'aula i/o en contextos globals.
	Promoció de la salut mitjançant l'activitat física	1. Practica estratègies de regulació dinàmiques. 2. Realitza les meditacions enfocades en el cos, en la postura i en les respiracions. 3. Practica el contemplaseo (passeja amb atenció plena). 4. Treballa la millora de la postura i les respiracions. 5. Pren consciència que les meditacions i el contemplaseo milloren la seva salut física, emocional i psicològica.

PROJECTE EDEMIND/ATENCIÓ EDUCATIVA

Iniciativa i esperit emprenedor	Autonomia	1. Participa de forma positiva dins l'aula. 2. Utilitza eines de regulació. 3. Reconeix els errors, cerca solucions per reparar-los i/o els esmena. 4. Adapta el seu comportament al tipus d'activitat regulant l'atenció 5. Utilitza el diàleg com a eina per gestionar i solucionar conflictes. 6. Aplica estratègies de negociació per arribar a acords. 7. Aporta habilitats personals que contribueixen a complir l'objectiu comú. 8. La seva actuació ha facilitat l'acompliment dels objectius de l'equip.
	Empatia	1. S'implica empàticament en les experiències emocionals dels altres: utilitza preguntes, paraules i/o gestos que l'ajuden a veure la necessitat dels altres. 2. Identifica i és conscient de les emocions dels altres. 3. Mostra una actitud empàtica cap als companys i professors. 4. Escolta activament. 5. Valora i té en compte les aportacions dels companys. 6. Ofereix ajuda i suport. 7. La seva actitud és assertiva per evitar conflictes i facilitar la seva resolució.
	Reflexió	1. Assumeix com a propis els seus encerts i/o els seus errors. 2. Reflexiona per aportar solucions adients. 3. Viu les errades com una oportunitat d'aprenentatge. 4. Accepta les crítiques de manera constructiva i com una oportunitat de millorar.
Competències socials i cíviques	Responsabilitat	1. Respecta les normes establertes 2. Es relaciona educadament (saluda, diu gràcies, per favor...) 3. Respecta les normes d'ús dels espais, jocs, esports i activitats 4. És responsable vers la matèria (dur el material i neteja, cura i ordre del mateix) 5. És responsable en l'entrega de tasques (puntualitat i forma). 6. Coopera en l'elaboració de normes per regular la vida al centre i contribueix en el seu compliment. 7. Demostra una actitud de defensa i respecte cap a la diversitat. 8. És inclusiu/va i/o integra a totes les persones.

PROJECTE EDEMIND/ATENCIÓ EDUCATIVA

		9. Identifica i demostra rebuig davant situacions d'injustícia i de discriminació.
--	--	--



PROJECTE EDEMIND/ATENCIÓ EDUCATIVA

3. Seqüència dels continguts al llarg de l'etapa educativa

La següent graella distribueix els continguts per nivells. Cal especificar que aquests continguts es treballen a partir de les competències d'en Bisquerra, les competències clau i els sabers bàsics especificats als punts anteriors.

	AL LLARG DEL CURS	1r TRIMESTRE	2n TRIMESTRE	3r TRIMESTRE
<u>1r ESO</u>	Competència emocional: - Consciència emocional i autoconeixement. Expressió d'emocions (a poc a poc i a ritme del grup, no com a activitat directament sinó integrada a totes les altres). - Regulació emocional - Autonomia - Social - Habilitats per la vida	- VINCLE GRUP (venen alumnes nous a cada grup)+VINCLE PROFE EDEMIND: crear clima de confiança. - CONSCIÈNCIA EMOCIONAL (vocabulari). - REGULACIÓ: paciència i impulsivitat	- CONSCIÈNCIA EMOCIONAL - COMUNICACIÓ ASSERTIVA: entendre les emocions dels altres, egocentrisme - REGULACIÓ: paciència i impulsivitat - AUTOCONEXEMENT - INTEL·LIGÈNCIES MÚLTIPLES	- ACTITUD POSITIVA - REGULACIÓ EMOCIONAL: emoció-cognició-comportament - AUTOCONEXEMENT - INTEL·LIGÈNCIES MÚLTIPLES
<u>2n ESO</u>	Competència emocional: - Consciència emocional i autoconeixement. Expressió d'emocions (a poc a poc i a ritme del grup, no com a activitat directament sinó integrada a totes les altres). - Regulació emocional - Autonomia - Social - Habilitats per la vida	- VINCLE GRUP (venen alumnes nous a cada grup)+VINCLE PROFE EDEMIND: crear clima de confiança - AUTOCONEXEMENT + AUTOESTIMA - INTEL·LIGÈNCIES MÚLTIPLES - EMPATIA	- DIVERSITAT. Soc diferent. Tots som diferents. - AUTOCONEXEMENT I AUTOMOTIVACIÓ - COMUNICACIÓ ASSERTIVA - CAPACITAT DE GESTIONAR SITUACIONS EMOCIONALS	- AUTOCONEXEMENT + ACTITUD POSITIVA - REGULACIÓ EMOCIONAL: afrontar i acceptar emocions negatives

PROJECTE EDEMIND/ATENCIÓ EDUCATIVA

<u>3r ESO</u>	Competència emocional: • Consciència emocional i autoconeixement. Expressió d'emocions (a poc a poc i a ritme del grup, no com a activitat directament sinó integrada a totes les altres). • Regulació emocional • Autonomia • Social • Habilitats per la vida	• VINCLE GRUP (venen mesclats)+VINCLE PROFE EDEMIND: crear clima de confiança, compartir emocions, domini de les habilitats socials bàsiques. • REGULACIÓ: eines de regulació. • CONSCIÈNCIA EMOCIONAL: inestabilitat emocional (augment de vocabulari i identificació d'emocions). • COMPETÈNCIA SOCIAL: escolta activa.	• REGULACIÓ: eines de regulació. • COMPETÈNCIA SOCIAL: connexió familiar (comunicació receptiva i expressiva). • CONSCIÈNCIA EMOCIONAL: inestabilitat emocional (comprensió de les emocions dels altres). • CONSCIÈNCIA EMOCIONAL: impulsivitat. • AUTONOMIA EMOCIONAL: Recerca de la seva pròpia identitat i importància de l'aspecte físic.	• REGULACIÓ: eines de regulació. • REGULACIÓ: autogeneració d'emocions positives. • COMPETÈNCIA SOCIAL: conflictes familiars (cooperació). • COMPETÈNCIA SOCIAL: pressió de grup. • Inici pressa de decisions.
<u>4t ESO</u>	Competència emocional: • Consciència emocional i autoconeixement. Expressió d'emocions (a poc a poc i a ritme del grup, no com a activitat directament sinó integrada a totes les altres). • Regulació emocional • Autonomia • Social • Habilitats per la vida	• VINCLE GRUP (venen mesclats) + VINCLE PROFE EDEMIND: crear clima de confiança. • Consciència emocional i autoconeixement. Compartir emocions i saber identificar-les. • Regulació Emocional: Eines de regulació	• Consciència emocional i autoconeixement. : Conèixer punts forts/febles i interessos. • Regulació Emocional: Eines de regulació. • Autonomia. ACTITUD • Social: Il·lusions i Agraïment • HABILITATS PER LA VIDA: PRESA DE DECISIONS	• Regulació Emocional: Eines de regulació • Autonomia i autoconeixement. Aprendre dels errors. • HABILITATS PER LA VIDA: PRESA DE DECISIONS • Social: Relacions de grup. Tolerància. Principalment: Suport al programa POAP, fent feina amb la presa de decisions i autonomia.

4. Metodologia pedagògica, materials i recursos didàctics que s'utilitzaran

Cal indicar aquí les accions, estratègies i procediments organitzats i planificats pels professors de cada nivell per assolir els objectius plantejats i possibilitar l'aprenentatge dels alumnes. Dins d'un aprenentatge competencial, els mètodes han de ser de caràcter actiu i contextualitzats (tenint en compte, de manera molt especial, els ODS, objectius de desenvolupament sostenible), fomentant el grau de participació dels alumnes i possibilitant l'adquisició i l'ús dels coneixements en situacions reals. Els mètodes han de ser coherents amb el PEC.

Es parteix d'un enfocament constructivista, utilitzarem una metodologia globalitzada i activa, amb la finalitat de construir aprenentatges emocionals significatius i funcionals en qualsevol context i situació. Les activitats es realitzaran de forma col·lectiva en cercles restauratius, i s'alternaran amb les pràctiques individuals.

El quadern emocional, en el format que sigui (en paper, autoelaborat, comprat, digital...) serà una eina habitual on s'enregistraran pensaments, sentiments, emocions, aprenentatges, etc. de la manera que l'alumne se senti més còmode (textual, gràfic, auditiu (en els formats digitals), etc.). Aquest és privat, personal, individual i no qualificable. A més, també es farà servir per anotar conceptes de continguts, esquemes, treballs, notes, apunts, etc.

El professor plantejarà a l'alumnat la justificació de l'educació emocional, els objectius, les destreses que es treballaran.

Es començarà amb una sessió breu de mindfulness, es continuarà amb una activitat i s'acabarà amb una reflexió sobre els aprenentatges i, si és apropiat, es donarà un espai temporal per poder escriure les reflexions de l'activitat al quadern emocional. El docent guiarà la reflexió i constatarà si els objectius exposats al principi de l'activitat s'han interioritzat. Identificarà, emfatitzarà i promourà les conclusions. Això ho podrà fer mitjançant:

- Preguntes directes sobre els objectius de l'activitat.
- Anàlisi dels productes generals (dibuixos, murals, diaris...).
- Síntesi de l'acció: després de les opinions o punts de vista de les persones participants del grup, el professor/a sintetitzarà les idees principals. S'ometran els judicis de valor i opinions personals per potenciar el pensament crític de l'alumnat.

Altres consideracions:

- Les activitats grupals tindran un caire cooperatiu.
- Es promourà verbalment l'escolta activa entre les persones participants.
- Identificarem incidents negatius sense entrar en acusacions directes.
- El docent tindrà el paper de mediador i proporcionarà models d'actuació.
- Es valoraran verbalment les conductes adequades als objectius i es reforçarà positivament al grup quan assoleixi els objectius.

Materials i recursos didàctics que es necessiten a cada nivell:

No hi ha llibre de text.

- Activitats d'elaboració pròpia.
- Quadern o diari emocional d'elaboració pròpia per cada alumne, comprat o digital.
- Material o recursos específics per a utilitzar en moments puntuals segons els tipus d'activitat a realitzar.

5. Activitats d'ampliació i de reforç.

Activitats d'enriquiment

Es tractaria de plantejar activitats i tasques que suposen posar en funcionament processos de major complexitat. A més, contempla la creativitat com un dels elements fonamentals a treballar a l'aula. Consisteix a oferir activitats i tasques en substitució d'altres proposades per a la resta d'alumnat i permetre respostes obertes i alternatives, entrelaçant diverses àrees de coneixement. Les tasques han de suposar un repte per a l'alumne/a, han de tenir en compte els seus interessos i motivacions, han de posar en funcionament les seves capacitats, han de ser variades i de resposta oberta, així com complementàries a la proposta general d'aula.

Les tasques per ampliar i aprofundir es realitzaran afegint altres matisos i/o nous plantejaments en relació als sabers bàsics, mitjançant propostes d'activitats més complexes. L'aplicació de les metodologies actives, que feim servir a Edemind, facilita en gran mesura l'enriquiment.

Reforç educatiu

Tal com marca la normativa vigent, en el procés d'avaluació contínua, quan el progrés d'un alumne no sigui l'adequat s'han d'establir mesures de suport educatiu per garantir l'adquisició dels aprenentatges i les competències imprescindibles per continuar el procés educatiu. Les mesures de reforç educatiu que es poden realitzar són les següents:

- Ampliació del temps per a realitzar les tasques.*
- Reducció del volum de tasques.*

Cal observar també que es respecten tot l'establert al PADIE del centre.

6. Criteris d'avaluació i de qualificació

Criteris d'avaluació

Els criteris d'avaluació són la valoració dels indicadors i saber bàsics exposats anteriorment.

Criteris de qualificació

L'avaluació serà contínua durant tot el curs (sense distingir per avaluacions) i es farà de forma qualitativa segons el grau d'assoliment dels indicadors. Això quedarà enregistrat a un informe individual que s'entregarà amb el butlletí de notes.

Tots els indicadors d'Edemind són observables, i es qualificaran amb:

- No observat
- No assolit
- En procés d'assoliment

- Assolit

Es realitzarà una autovaluació trimestral que s'utilitzarà perquè els alumnes reflexionin sobre el seu procés al llarg dels trimestres i ajudarà al professorat a poder qualificar a l'alumnat.

7. Seguiment del projecte. Indicadors d'assoliment.

Cada mes es realitza un seguiment dins de cada coordinació de nivell i/o en reunió de coordinadors. Aquest seguiment queda enregistrat en acta de coordinació.

Indicadors d'assoliment:

- 1. Tot el professorat treballa tots els indicadors d'assoliment que decideixen treballar a cada nivell.*
- 2. Tot el professorat respecta i valora la progressió i evolució positiva de l'alumnat.*
- 3. Tot el professorat aplica les mesures de reforç educatiu i/o enriquiment quan és necessari, a instàncies del departament d'Orientació o després de l'observació a l'aula.*

S'avalua el projecte d'Edemind per mitjà de les conclusions i respostes que l'alumnat ens proporcionen a través d'un qüestionari validat que es passa a tots els alumnes a principi i a final de cada curs.