

# El Lloc Tranquil

<b>1</b>	<b>Objectius generals</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Explorar el segon principi de l'economia circular: reutilitzar els materials</li> <li>● Explorar el concepte d'autoregulació</li> <li>● Aprofundir en la comprensió sobre la neurociència de les emocions</li> <li>● Aprofundir en la comprensió del sistema respiratori</li> <li>● Aprofundir en la comprensió sobre la relació entre el sistema respiratori i el cervell</li> <li>● Millorar la confiança en la psicomotricitat fina.</li> <li>● Promoure emprenedoria</li> <li>● Identificar oportunitats per reutilitzar materials</li> </ul>
<b>2</b>	<b>Vocabulari – Paraules clau</b> Autoregulació, amígdala, còrtex prefrontal, respiració, meditació, sobreestimulació, reutilitzar
<b>3</b>	<b>Habilitats de sostenibilitat desenvolupades</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pensament sistèmic</li> <li>● Competència predictiva</li> <li>● Competència normativa</li> <li>● Competència estratègica</li> <li>● Col·laboració</li> <li>● Pensament crític</li> <li>● Autoconsciència</li> </ul>
<b>4</b>	<b>Pilars de sostenibilitat inclosos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Econòmic</li> <li>● Ecològic</li> <li>● Social</li> </ul>
<b>5</b>	<b>Dominis STEAM</b> Ciència, Tecnologia, Art, Matemàtiques
<b>6</b>	<b>Metodologies docents / esquema d'activitats</b> El professorat designa un/a documentalista. El professorat activa el coneixement previ preguntant a les nenes i als nens sobre diferents emocions i explicant la neurociència darrere de les emocions aclaparadores. (Consultar “El Cervell de Coliflor”, “No li donis la Volta a la Tapa”, “Respira”) Utilitzant històries, recursos digitals o <i>role-play</i> , el professorat explica com la tranquil·litat i la solitud poden ajudar les persones a trobar la calma.



	<p>L'educador/a utilitza el millor model d'enginyeria de la NASA com a marc per al projecte:</p> <p><b>PREGUNTAR-</b> La mainada identifica el problema, els requisits que s'han de complir i les limitacions que s'han de tenir en compte.</p> <p><b>IMAGINAR-</b> Les nenes i els nens fan una pluja d'idees sobre solucions i investiguen idees. També identifiquen el que han fet els altres.</p> <p><b>PLANIFICAR-</b> Els infants trien dues o tres de les millors idees de la seva llista de pluja d'idees i esbossen possibles dissenys, escollint finalment un sol disseny.</p> <p><b>CREAR-</b> Els infants construeixen un model de treball o prototip que s'alinea amb els requisits de disseny i es troba dins de les restriccions de disseny.</p> <p><b>PROVAR-</b> Les nenes i els nens avaluen la solució mitjançant proves, recullen i analitzen dades; resumeixen els punts forts i febles del seu disseny que es van revelar durant les proves.</p> <p><b>MILLORAR-</b> A partir dels resultats de les seves proves, els infants fan millores en el seu disseny. També identifiquen els canvis que faran i justifiquen les seves revisions.</p> <p>A l'etapa de PREGUNTAR, les restriccions inclouen reduir el malbaratament i la contaminació i reutilitzar materials, per la qual cosa els materials han de venir de l'entorn dels infants, de casa seva o de llocs gratuïts o botigues de caritat. Addicionalment, en aquesta etapa, el professorat guia una discussió i convida els infants a ajudar a crear les regles de l'espai tranquil.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Silenci absolut al lloc tranquil?</li> <li>2) Cal portar alguna cosa al lloc tranquil, paper, llibres, llapis, joguines?</li> <li>3) Els infants que hi entren poden triar si estar sols o compartir l'espai posant un cartell?</li> </ol>
7	<h2>Resultats d'aprenentatge esperats</h2> <p><b>L'alumnat serà capaç de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● dissenyar i construir el Lloc Tranquil</li> <li>● explicar la seva funció</li> <li>● explicar el disseny i la construcció</li> <li>● discutir el procés de prova</li> <li>● aprendre dels errors</li> <li>● avaluar el Lloc Tranquil de forma efectiva</li> </ul>
8	<h2>Avaluació</h2> <p>Trobar "situacions d'aprenentatge" per suggerir l'ús del Lloc Tranquil. Durant les reunions de classe, es discuteix l'efectivitat del Lloc Tranquil. S'assigna a un/</p>



	documentalista a qui demanar entrevistar les/els alumnes abans i després d'anar al Lloc Tranquil.
<b>9</b>	<b>Equips i materials que s'utilitzaran a la unitat d'aprenentatge (eines, ingredients, etc.)</b> Tela reutilitzada, mobles reutilitzats, escombres, claus, cargols, tornavís martell
<b>10</b>	<b>Tipus d'entorn: laboratori, cuina, exterior, etc.</b> Interior o exterior
<b>11</b>	<b>Referències – font:</b> <a href="https://sensoryintelligence.com/the-benefits-of-a-quiet-space-in-your-classroom/">https://sensoryintelligence.com/the-benefits-of-a-quiet-space-in-your-classroom/</a>

