



TÍTOL: RECEPTES DE PAU

NIVELL: Cicle mitjà de primària

TEMA: Cultura de pau

DURADA: 55 min.

OBJECTIUS:

- Fomentar la identificació de les emocions i els sentiments en un mateix/a i en la resta d'alumnes
- Explorar quines emocions i sentiments estan més lligats a situacions de Pau i quins a situacions de conflicte
- Reflexionar sobre quines emocions i actituds promouen valors associats amb la Pau
- Promoure la creativitat i el treball d'equip en l'elaboració del vídeo la "Recepta de Pau"

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT:

1_Presentació breu de l'activitat que es durà a terme i del grup que la dinamitzarà. Es tracta dels realitzadors del programa de televisió "Cuinem la Pau" (disfressats com a cuiners) que estan buscant nous equips de cuiners i cuineres per participar-hi. Els interessats en participar-hi hauran d'enviar un vídeo explicant els ingredients per a una "Recepta de Pau", l'única condició és que les receptes siguin originals i que tinguin gust de Pau. Totes les receptes es presentaran el mes de gener en una activitat de cloenda, on també hi haurà una entrega simbòlica de premis.

2_Microjocs emocionants per introduir la temàtica i identificar les diferents emocions que ens poden servir d'ingredients per a les "receptes de pau".

- **Endevinar emocions:** Es planteja una situació a un nen o nena que haurà de representar l'emoció que sentiria si s'hi trobés en realitat. Només ha de representar l'emoció, no la situació. Els companys/es han d'endevinar-la. Exemples de possibles situacions:
 - Dic als pares que he arribat tard perquè he anat a veure la meva cosina, però just llavors truca la cosina dient que vol parlar amb mi perquè fa molt temps que no em veu.
 - Els pares em diuen que aquest cap de setmana anirem a esquiar.
 - Estic amb un amic que està plorant perquè un cotxe ha atropellat el seu gos.
 - M'han castigat sense patir per una cosa que no he fet jo.
 - M'agrada molt l'astronomia i estic mirant pel telescopi el pas d'un cometa.
 - Els amics no hi són, a la tele no fan res que m'agradi i no sé què fer.
 - Miro per la finestra i veig un elefant que s'ha escapat d'un circ.
 - Estic sol/a a casa, hi ha tempesta, de cop se'n va la llum i es queda tot a les fosques.



- **Frases incompletes:** És un joc per aprendre a expressar emocions i sentiments. Es fa una selecció de 4 o 5 de les frases que apareixen a continuació segons les característiques de l'alumnat. Es passa un full amb les frases a cada alumne i se'ls dona un temps suficient perquè tothom les completi.
 - Quan em renyen, em sento...
 - Quan em feliciten per alguna cosa, em sento...
 - Quan no em deixen jugar, em sento...
 - Quan m'enfado amb algú, em sento...
 - Quan no em surt una cosa com jo vull, em sento...
 - Quan estic callat/da en un grup, em sento...
 - Quan estic amb una persona i no parla, em sento...
 - Quan critico algú, em sento...
 - Quan algú que és amb mi plora, em sento...
 - Quan dic alguna cosa agradable a algú, em sento...
 - Quan em diuen alguna cosa agradable, em sento...
 - Quan soc injust/a, em sento...
 - Quan algú és injust amb mi, em sento...

Un cop acabats els jocs es fa una posada en comú amb tots els participants els quals, de manera voluntària, aniran llegint el que han escrit. Es fa una llista, a la pissarra o en un mural, de les emocions i sentiments que van apareixent a les frases. Un cop recollits tots els sentiments i les emocions evocats es fa una reflexió grupal sobre els que han sortit, si es repeteixen, si són complementàries, etc. per poder incloure més diversitat i facilitar les opcions per a les receptes.

3_Projecció del vídeo "Omelette" per relacionar emocions i receptes de cuina i explicar-los el taller que hauran de fer amb la tutora. Fer una breu reflexió sobre els "ingredients" obtinguts en els microjocs que apareixen al vídeo.

4_ Tancament de la sessió: es presenta una recepta de pau com a exemple de l'activitat que hauran de fer amb la tutora. Us en deixem una de mostra.

"Els canelons de la tolerància"

Ingredients:

- 200 grams de rialles
- 50 grams de flexibilitat
- 2 ous de gallines juganeres
- Una tasseteta de llet de vaques voladores
- Un paquet de plaques de canelons de la igualtat
- 100 grams de formatge de tots els colors



- 1 got d'aigua de pluja

Preparació: Barregem tots els ingredients amb les mans, sense importar ni la forma ni la mida, emboliquem trossos llargaruts d'aquesta massa amb els canelons de la igualtat i els cuinem durant 30 minuts en el forn de l'acceptació. Un cop a punt, convidem a dinar tothom qui vulgui!

També es poden afegir altres aspectes de la recepta -com es conserva, com es menja-, per ampliar el ventall d'opcions a l'hora d'utilitzar les emocions i sentiments identificats al taller.

Reflexionem sobre si els ingredients de la recepta contribueixen a la Pau i la noviolència, quins ingredients podríem afegir-hi? Tot està directament relacionat amb el lema de la campanya del DENIP d'enguany "Fer les Paus".

Recordar-los ara la tasca a fer: a partir de tots els "ingredients" que han sortit al taller, pensar en un menú de Pau que inclogui entrant, plat principal i postres per gravar-lo en un vídeo i enviar-lo a l'equip de "Cuinem la Pau" (se n'enviarà un per classe).

Altres conceptes que poden ser utilitzats per a l'elaboració de les receptes inclouen: paciència, simpatia, llibertat, confiança, respecte, solidaritat, tolerància, comprensió, igualtat, no discriminació, no violència, tendresa, harmonia, etc.

MATERIAL NECESSARI:

- Còpies de fulls amb les frases inacabades
- Un papelògraf o pissarra i retoladors gruixuts de diversos colors
- Un projector
- Altaveus per a la projecció del vídeo

OBSERVACIONS:

Segons el temps que ens ocupi la realització dels microjocs, i si ja surten suficients elements per poder després poder pensar en ingredients per a les receptes, es pot decidir fer-ne només un en comptes de tots dos.

Els vídeos es poden gravar en mòbil o tablet, sempre en format horitzontal. Es donaran instruccions específiques addicionals i exemples sobre els vídeos a les tutores.

AUTORIA: CeDRe de la Coordinadora d'ONG Solidàries i Unitat de Cooperació de l'Ajuntament de Girona dins la campanya DENIP2020 "Fem les Paus".