

## LA COLLA ENCORATJADA <sup>1</sup>



### INTRODUCCIÓ

Durant el curs 2018/19 desenvoluparem el segon any de la proposta educativa EnCORatja't i, entre d'altres, tractarem el tema de la violència, tant de gènere, com aquelles que se'n deriven de les relacions entre iguals. Aquesta tasca la volem fer a partir d'una metodologia que ens ajudi d'una banda, a valorar la importància d'establir relacions saludables amb els companys i les companyes per garantir una bona convivència i d'altra banda, aprendre a rebutjar la violència sigui quina sigui la seva expressió: verbal, física, psicològica, etc.

Vivim en una societat que ha normalitzat la violència, fins i tot és atractiva. Els infants creixen en aquesta cultura i aprenen i emulen ràpidament allò que els és atractiu i desitjat. Per això diem que cal posar de "moda" altres valors com ara el respecte, l'amabilitat, l'empatia, el bon tracte, etc. aquesta és la finalitat de la Colla EnCORatjada, una colla de noies i noies amb grans poders per atraure aquests valors que volem.

---

<sup>1</sup> La idea de formar la "Colla EnCORatjada" pren forma a partir de la lectura del conte " El Club dels Valents" de Begoña Ibarrola.

Aquesta Colla defensa les companyes i els companys que pateixen violència, però també ajuda als nois i les noies que mostren agressivitat a transformar-la en els valors que tots desitgem. La força de la Colla és la força del grup. Formar part d'aquesta Colla és una oportunitat per reforçar les actituds positives en les relacions humanes, aquelles actituds que construeixen ciutadans cooperatius, solidaris, amb capacitat transformadora i amb esperit crític. La Colla Encoratjada posa la mirada en les conductes de les persones, sense voler estigmatitzar a cap infant, ni posar etiquetes, no parlarem d'infant agressiu o dolent, sinó que parlarem de conductes apropiades o inapropiades, fent una tasca en tot moment inclusiva.

Les "Colles EnCORatjades" les podem trobar a tot arreu, per exemple, a l'Esplai, al Menjador Escolar, a les activitats Extraescolars, a les Colònies, als Casals, etc., perquè es tracta d'una manera de fer i actuar pròpia dels infants i joves que formen part de Fundesplai.

Al llarg del document et proposem una seqüenciació de **7 activitats**, perquè d'una forma fàcil, reflexionada i acceptada pels infants pugui donar-se una "Colla EnCORatjada" al teu esplai o al teu entorn educatiu.

Aquesta proposta està pensada per poder-la realitzar a partir dels 3 anys, tal com indica el llibre "El club dels valents", tot i que recomanem els 6 anys com l'edat per desenvolupar-la, tal i com indica aquesta guia.

Cal que formem Colles EnCORatjades quan tinguem la certesa que el grup d'infants a entès el que comporta formar aquesta Colla.

## **OBJECTIUS EDUCATIUS**

### **Conceptuals:**

- Conèixer diferents situacions de violència que es poden donar per tal que els infants les puguin reconèixer fàcilment. (violència de gènere, *bullying*, violència verbal, exclusió social, manipulació, etc.).
- Entendre el que significa la igualtat de gènere i la violència de gènere.
- Conèixer els diferents rols que podem tenir en un grup i enfortir els rols positius.
- Explicar que vol dir formar part d'un grup. Treballar la importància del grup envers l'individu.
- Aprendre a distingir entre el BENESTAR i el MALESTAR.
- Posar consciència emocional a les nostres accions.

### **Procedimentals:**

- Debatre, crear discurs i educar en la no violència i la igualtat de gènere.
- Establir la metodologia i les normes de funcionament de la Colla.
- Formar la "Colla EnCORatjada".

**Actitudinals:**

- Acceptar el valor de la "No Violència" com a quelcom positiu per a la vida.
- Prendre consciència de la importància de recolzar als companys/es que estan patint alguna mena de violència.
- Ajudar a reflexionar a la persona que genera una conducta violenta, incidint en la importància de les conductes no violentes.
- Posar en pràctica actituds positives com ara la cooperació, la solidaritat, l'esperit crític, l'empatia, el llenguatge no violent, etc.
- Entrenar-nos en la comunicació assertiva i la resolució no violenta dels conflictes.
- Proposar solucions per a les conductes violentes.
- Censurar la conducta violenta però no a la persona.

## SET ACTIVITATS PER UNA "COLLA ENCORATJADA"

### ACTIVITAT 1:

"MARC FES-HI ALGUNA COSA"<sup>2</sup> (Conte dins del llibre La Carlota s'EnCORatja").

**Edat:** de 3 a 6 anys

**Objectiu:** Sensibilitzar sobre la importància de la no violència.

### Resum del conte:

Aquest conte narra la història d'una nena que es diu Vrindra i que a l'escola un grup de nenes li fan la vida impossible, en Marc sortirà en defensa de la Vrindra, perquè agafarà l'actitud d'una persona "EnCORatjada" i les coses començaran a canviar.

### Desenvolupament:

En funció de l'edat dels infants podrem treballar aquest conte de forma diferent. Es pot treballar de moltes maneres, aquí us presentem una proposta dividida per edats:

- Pel grup d'infants de 3 a 6 anys: Llegirem el conte, reforçant la lectura amb les il·lustracions i preguntarem als infants per veure com han vist al Marc, que en pensen de la Vrindra i el que li estava passant. Es tracta de dialogar amb els infants perquè tinguem la certesa que la història s'entén.

A partir dels 6 anys es pot aprofundir amb un debat després de la lectura del conte on és important que puguem aprofundir en exemples



---

<sup>2</sup> "Marc fes-hi alguna cosa" és un conte dins la proposta educativa de Fundesplai "Encoratja't". És un dels 5 relats escrits per Gemma Lienas englobats amb el títol "La Carlota S'enCORatja". <http://projectes.fundesplai.org/encoratjat/>

de situacions d'agressivitat, insults, exclusions... etc. que ens podem trobar, en aquesta part els infants segur que poden aportar exemples que coneixen.

- Pel grup d'infants de 7 a 10 anys: Farem 4 petits grups i cadascun tindrà una part de la història. A cada grup els hi demanarem que facin un dibuix per il·lustrar la part que els hi ha tocat, un cop fet el dibuix cada equip haurà d'explicar la seva part, completant, entre tots, la història.
- Pel grup de més de 10 anys. Els explicarem que els infants més petits estan treballant el conte i que podríem sorprendre a la resta de companys amb la representació teatral del conte. Els convidarem a convertir el conte en una petita obra de teatre per tal de poder-la representar a la resta de grups. (En el cas que aquesta proposta no fos factible el conte es pot treballar fent la lectura i fent un debat sobre la història i les vivències personals de grup).

### **Recursos:**

- De 3 a 6 anys: el conte "Marc fes-hi alguna cosa" i tenir clar les preguntes què volem fer als infants.
- De 7 a 10 anys: el conte "Marc fes-hi alguna cosa" dividit en quatre parts per poder fer la construcció conjunta del conte per grups.
- A partir de 10 anys: el conte "Marc fes-hi alguna cosa" i roba per fer la caracterització dels personatges de la història.

### **Temporització:**

Dues setmanes

### **Recomanació:**

Una cosa important en tot el procés de la formació de "la Colla EnCORatjada" és que no cal tenir pressa, per tant, és important, no només llegir o explicar el conte, sinó fer debat i reflexió a partir de la història i podem complementar l'activitat fent dibuixos sobre la història, creant els personatges en gran perquè ens acompanyin al llarg del curs, etc.

## ACTIVITAT 2: LA VIOLÈNCIA NO ENS AGRADA

**Edat:** a partir de 6 anys.

**Objectiu:** Reflexionar sobre que ens fa sentir la violència i el rebuig davant d'aquesta.

### **Desenvolupament:**

Veurem alguns dels vídeos recomanats als recursos en que visualitzem diferents episodis d'assetjaments escolar.

En grup crearem un debat per analitzar en quins moments hi han observat violència.

Podem fer el símil amb situacions reals que han viscut?

Com s'han sentit quan han patit violència o quan l'han vist al seu voltant.

La idea és que en el debat i diàleg amb els infants puguin reflexionar sobre com la violència, sigui quina sigui, és negativa, fa mal, no ajuda a millorar res, i per tant, entre tots hem d'ajudar a reduir les situacions que comporten violència.

En un segon moment es pot fer un mural entre tots els infants que simbolitzi l'amistat i la no violència.

### **Recursos:**

- El següents vídeos:
- <https://youtu.be/ovja5uA1JZg>
- <https://youtu.be/5ivk113eufM>

### **Temporalitat:**

Dues setmanes.



### **ACTIVITAT 3: QUE M'AGRADA DE TU**

**Edat:** Aquesta activitat es pot desenvolupar a partir dels 3 anys.

**Objectiu:** Exterioritzar emocions i sentiments positius sobre els companys.

**Desenvolupament:**

L'activitat es pot plantejar com un joc on els infants faran una tasca de reforç cap els companys, però sempre amb el joc com a principal protagonista.

De 3 a 6 anys: El grup es reunirà en rotllana amb un recurs que es pugui llençar (pilotes, cabdell de corda o llana, etc.). Començarà un dels/de les monitors/es. Passarà l'objecte a l'infant que tingui assegut al costat. El mirarà a la cara i als ulls i li dirà "M'agrada de tu..." i explicitarà allò que li agrada de la persona. Haurà de ser una qualitat identificable pels infants. Recordeu que en aquestes edats el pensament concret té un pes sobre el pensament abstracte: un exemple seria: m'agrada de tu que ets bonic/a, fort/a, etc. Es pot posar èmfasi en



les coses que fem i no tant en com som, per exemple: "M'agrada de tu que fas dibuixos molt xulos" o "m'agrada de tu que expliques acudits divertits"... La persona que li ha tocat haurà de seguir el mateix procediment amb una altra persona.



Amb aquesta activitat tractarem de crear un clima de confiança en el grup alhora que tractem l'expressió de les emocions de manera positiva.

De 6 en endavant la dinàmica es farà de la mateixa manera, però podrem utilitzar exemples que tenen a veure amb un pensament més abstracte: m'agrada de tu que sempre tens un somriure, m'agrada de tu que ets molt atent amb la resta de companys, que ets molt amable, etc.

**Recursos:**

- Objecte que es pugui anar passant de mà en mà.

**Temporització:**

- Espai de joc de 30m.

## ACTIVITAT 4: EL POT/CAIXA DELS BONS MOMENTS

**Edat:** a partir dels 6 anys.

**Objectiu:** treballar els sentiments positius viscuts en un moment agradable.

### **Desenvolupament:**

Es tracte de decorar un pot amb ceres, gomets, llaços i robes. Un cop decorat ficarem a dins un bon moment viscut, un bon record. Donarem a cada infant un petit paper i escriuran o dibuixaran aquest record. Un cop fet el ficaran a dins del pot dels bons moments. A partir d'aquí l'infant que vulgui podrà compartir el moment que ha escrit o dibuixat.

Els pots ens acompanyaran al llarg de tot l'any i un cop al mes tornarem al pot per ficar el record o el moment més maco del mes.



Podem tenir un pot per infant o un pot gran i col·lectiu que decorem entre tots i que fem servir del pot dels bons moments del grup.

### **Recursos:**

- Gomets.
- Colors.
- Pots o petites capses per ficar els records.
- Fulls.

### **Temporalitat:**

L'activitat es pot desenvolupar en més d'una sessió. En una podem decorar els pots, en una segona podem fer el dibuix personal i en una tercera podem compartir les idees que hem fet.

### **Observació final:**

Una variant d'aquesta capsa podria ser "**la capsa dels mals moments**"... on cadascú pugui explicar:

"alguna cosa que ha fet algú que m'ha fet sentir malament" i potser "com crec que es podria solucionar"

"alguna cosa que he fet que ha fet sentir malament a algú" i potser també "com crec que es podria solucionar".

Amb aquesta capsa podem generar debat al voltant dels conflictes, dels sentiments, de les accions que fan mal als altres i de com podem solucionar-ho...

**Recordeu que més enllà de la proposta d'activitats 2, 3 i 4 d'aquesta guia, podeu treballar mitjançant jocs cooperatius la no violència des dels 3 anys. Més informació al següent enllaç:**

## **30 jocs de taula cooperatius per l'escola i l'esplai**

des. 19, 2017 | Educació en el lleure. Recursos |

Els jocs de taula cooperatius proposen un repte col·lectiu, són jocs on tots els jugadors i jugadores tenen un objectiu comú vers un element o personatge extern. En aquests jocs l'alegria i el plaer de guanyar seran compartits entre tots i totes, així com la frustració d'haver perdut.

Els jocs cooperatius són una eina fantàstica per **educar per la no violència**; dotant d'atractiu l'ajuda mútua, al treball en equip, l'altruisme, la cooperació, el respecte per l'altre i la solidaritat.



## ACTIVITAT 5: MIRADES

**Edat:** A partir dels 6 anys.

**Objectiu:** debatre a partir de vídeos sobre conceptes com:

- La violència zero.
- La igualtat de gènere.

### **Desenvolupament:**

Us recomanem un seguit de vídeos relacionat amb violència per tal que pugueu escollir el que penseu que més us pot interessar per treballar amb el grup d'infants o joves.

Podeu veure el vídeo un parell de vegades, són curts, i per tant podem repetir la projecció, perquè el contingut quedi el més clar possible. A partir del visionat es pot generar debat entorn el que han vist i el que han sentit al veure el vídeo.

### **Títol: Violència de Gènere Infantil:**

**Edat:** a partir de 7 anys.

**Resum:** en aquest vídeo veiem uns nens que se'ls entrevista junt amb una noia i en un moment de l'entrevista li pregunten al noi si vol pegar a la nena. Cal veure amb atenció la reacció dels infants entrevistats.



Possibles preguntes a treballar en el debat:

- Què penseu de la reacció dels infants?
- Afegiríeu alguna cosa en aquest vídeo?
- Us heu pegat alguna vegada? com us heu sentit?
- Què podem fer per no agredir a cap persona?

**Títol:** Superlola

**Edat:** a partir dels 6 anys.

**Resum:** Aquest vídeo mostra a una nena petita que té molt clar que de gran vol ser una súper heroïna. Pot servir per trencar amb estereotips, ja que el paper dels herois gairebé sempre ha estat reservat pel gènere masculí.



Possibles preguntes a treballar en el debat:

- Una nena pot ser Heroïna?
- Qui voldria ser un heroi o una heroïna en aquest grup? Què voldria fer amb els vostres súper poders?
- Podem pensar que som herois encoratjats i podem ajudar a la resta de companys/es?

**Títol:** Bully dance

**Edat:** a partir dels 8 anys.

**Resum:** Bully Dance és un curt de dibuixos (10') produït per UNICEF i National Film Board of Canada. Identifica les conductes de maltractament i el procés de victimització. No hi ha paraules i el missatge arriba a l'espectador de manera clara i contundent. Visualment és interessant i la banda sonora és rítmica i encertada.

Aquest vídeo pot ajudar a visualitzar la idea que cal estar al costat de la persona que pateix assetjament i refusar a qui maltracta. A la part final del vídeo tots s'apropen ballant a la víctima i la recolzen, mentre deixen fora del cercle a la persona que porta temps tenint una conducta disruptiva.



Possibles preguntes a treballar en el debat:

- Quines situacions veiem que no estan bé i cal evitar?
- Com acaba la persona agredida? (Acaba portant una disfressa perquè no la reconeguim, perquè té por)
- Que far el grup al final? Ser valent i defensar la conducta apropiada. Al vídeo veiem com faltaria poder escoltar a la persona que agradeix, parlar amb ell, veure perquè té aquests comportaments i ensenyar-li una altra manera de relacionar-se. Volem ser inclusivors, no es tracta d'excloure a cap infant.

**Recursos:**

- Connexió a internet.
- Projector i pc o Mòbils i tauletes.
- Les preguntes preparades.

**Temporalitat:**

- Cada visionat i debat pot durar mínim 30m.
- Recomanem dilatar aquesta activitat com a mínim en tres setmanes per tal que els continguts de cada debat es puguin assimilar bé.

**Recomanacions finals:**

És important seqüenciar bé aquests vídeos ja que són curts, però el seu contingut dona per parlar una bona estona, per tant recomanem treballar cada vídeo amb una distància mínima d'una setmana.

A totes les propostes de vídeo podeu afegir totes les preguntes que considereu, és important que vosaltres hagueu vist el vídeo previ a fer-ho amb els infants i tingueu el debat ben estructurat.

Si no disposeu de projector i pc podeu fer grups amb els infants i veure els vídeos amb uns quants mòbils. Segur que entre tot l'equip podeu aconseguir uns quants mòbils per poder fer l'activitat. Recordeu que vosaltres podeu jugar amb l'adaptació dels recursos, però avui dia, la tecnologia la tenim molt a prop i cal poder possibilitar l'accés als massmedia de la manera més fàcil que puguem, no cal que ens compliquem la vida amb muntatges complicats.

## ACTIVITAT 6 LA RODA DE LES SOLUCIONS

**Edat:** a partir dels 6 anys.

**Objectiu:** simular una situació de violència i analitzar-la a partir d'una metodologia participativa i dialògica.

El que pretenem amb aquesta activitat és dotar al grup d'una eina metodològica que serveixi per reflexionar sobre les conductes inapropiades que es donen en el grup d'iguals i trobar solucions positives als conflictes viscuts..

**Metodologia:** utilitzarem una roda amb diferents solucions per tractar una conducta violenta viscuda o per reflexionar al voltant de les conductes violentes i possibles alternatives en aquests comportaments.

La roda de les solucions pot ser com la que presentem a continuació:





La roda pot ser la mateixa que proposem o bé es pot adaptar construint una de nova amb els infants.

La roda que com equip decidim que sigui la definitiva servirà per donar peu al diàleg seguint la següent seqüenciació. Es tracta dels 5 punts claus en qualsevol resolució de conflicte:

- 1 Definir amb el grup el conflicte que anem a analitzar. Què ha passat?
- 2 Ubicar bé el conflicte. On ha passat? Quantes persones estan implicades?
- 3 Generar solucions. És en aquest moment que farem us de la nostra roda, per veure amb el grup, quines de les solucions, que proposa la roda, pensem que poden ser positives. Ens podem preguntar quina opció de la roda escolliríem per:
  - canviar la conducta agressiva quan va iniciar-se.
  - tractar d'haver evitat el conflicte.
  - millorar la relació entre les persones que han viscut el conflicte.
  - tancar el conflicte en positiu.
- 4 Prendre una decisió en relació a la solució escollida o les solucions escollides, és a dir, passem a consensuar el que farem.
- 5 Verificar la decisió presa. Cal revalorar un cop passat un temps si la decisió ha estat la millor, perquè sempre podem modificar la decisió presa, si pensem que encarà serà una solució més positiva.

### **Desenvolupament:**

Presentem una situació que es pot adaptar a les diferents edats con es consideri:

Avisem als infants que seguim al terra per veure una petita obra de teatre:

- La Laia (Monitora) i el Martí (Monitor) comencen a cridar-se al mig del grup, perquè en Martí vol que la Laia li faci un petó i ella no vol fer-li de cap de les maneres. Es comencen a cridar i en Martí li acaba fent una empenta a la Laia i aquesta comença a plorar desconsoladament.



Un cop viscuda aquesta escena parem l'escenificació i treballem amb el grup els següents interrogants:

- Què ha passat?
- Està bé que en Martí s'hagi enfadat?
- Què podria haver fet el Martí?
- I la Laia, podria haver fet alguna cosa?
- I ara què pot fer el Martí?
- I ara què pot fer la Laia?
- Què podríem haver fet si haguéssim vist el que passava?

(Les preguntes en blau les podem respondre utilitzant la roda de les solucions)

El que busquem amb l'activitat és que els infants vegin que hi ha maneres de resoldre les situacions violentes d'una forma dialògica, aconseguint que en Martí demani disculpes a la Laia i que entengui que la seva conducta no ens agrada, alhora també busquem que els infants aprenguin alternatives per afrontar situacions que poden comportar un desencadenant violent.

Amb els més petits, podem adaptar la baralla simulant, que tant la Laia com en Martí volen jugar a un mateix joc i llavors un dels dos es cansa de demanar compartir la joguina i comença la baralla.

**Recursos:**

- Els dos monitors/es per la representació.
- La roda de les solucions

**Temporalitat:**

- Una sessió d'una hora.

## **ACTIVITAT 7 CREANT "LA COLLA ENCORATJADA".**

**Edat:** a partir dels 6 anys

**Objectiu:** crear "La Tribu EnCORatjada" i proposar les seves normes.

### **Desenvolupament:**

Un cop fetes les activitats anteriors proposarem als infants formar "La Colla EnCORatjada". Per fer-ho construirem entre tots un mural amb les característiques d'aquesta colla. Aquest mural es farà dibuixant i posant frases que simbolitzin com a mínim les següents idees:

- Idea 1: Serem un equip que fomenta la solidaritat, la cooperació, el respecte envers els altres, les amistats saludables, el respecte vers la diferència i des d'aquesta mirada haurem de fer aquesta construcció sense que caigui l'edifici.
  
- Idea 2: Els infants entenen que la violència no és bona i la refusen.
  
- Idea 3: És una Colla que ajudarà a qualsevol company que pateixi una situació de violència.
  
- Idea 4: Ajudaran a reflexionar a la persona que exerceix la violència per ajudar-la a poder tenir comportaments dialògics. És una Colla que analitzarà conductes, no persones, això vol dir ser un "EnCORatjat/da".
  
- Idea 5: És una Colla amb una metodologia que utilitzarà el reforç positiu, l'empatia i la comunicació assertiva per propiciar els comportaments no violents.

Un cop fet el mural del que significa ser una "Colla EnCORatjada", els infants hauran de decidir si volen formar aquesta colla. Pensem que és important que no imposem res, sinó que gràcies a tot el procés constructiu realitzat la Colla acabi formant-se de forma acceptada i integrada en el funcionament del dia a dia.

Un cop els infants han decidit ser una "Colla EnCORatjada" haurem de fer les normes. A continuació presentem algunes de les preguntes i respostes que pensem són importants construir amb els infants:

- Qui pot formar part de la nostre "Colla"? Tothom hauria de formar part, perquè entre tots ens podem ajudar a millorar les nostres relacions.
- Què passa quan un/a company/a té una conducta violenta cap a un altre company/a? Ens posarem al costat de la persona agredida i reforçarem les conductes apropiades, parlant amb l'agressor, perquè pugui tenir un espai de diàleg i de reflexió, que permeti avançar cap a conductes més saludables.
- Com podem ajudar al company/a agredit/da? Parlant de les conductes apropiades i refusant els comportaments que ens fan mal. Tenint clar com a colla que no ens agraden els comportaments violents.
- En quin espai parlarem de com va la Colla? Un cop al mes dedicarem una estona a valorar com es troba la Colla. Cal que donem una continuïtat a la Colla Encoratjada, que no és una activitat puntual, sinó una metodologia que ens ha d'acompanyar al llarg de l'any.

En cap cas les normes han de ser estigmatitzadores, no senyalem a persones, sinó a les conductes inapropiades.

Per construir aquestes normes us recomanem visitar dos enllaços on trobareu unes guies amb exemples de normes per treballar des d'aquest enfoc. Els enllaços pertanyen al web [www.bullying.cat](http://www.bullying.cat) i els autors són en Jordi Collell i la Carme Escudé que formen part de l'equip d'assessors psicopedagògics del Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.

- Enllaç per desenvolupar les normes de primària:

# TRACTEM-NOS BÉ

*Guia per als alumnes  
de Primària*



© Jordi Collell i Carme Escudé (2017)

<http://bullying.cat>



Revisió i actualització de la guia editada l'any 2004

A la guia trobeu un llistat de drets i deures en relació al bon tracta que també pot ser interessant de construir amb els infants.

- Enllaç per construir les normes de secundària

I TU, QUÈ HI POTS FER?

*Maltractament entre iguals:  
viure i conviure a l'ESO*



© Jordi Collell i Carme Escudé (2017)

<http://bullying.cat>



Revisió i actualització de la guia editada l'any 2004

Les normes poden recollir-se en un Dina 3 que podem penjar a l'espai més habitual del grup, perquè ningú les obli i perquè sigui fàcil referir-nos amb elles.

Acabarem la constitució de la "Colla EnCORatjada" fent una xapa per a cada infant amb el nom de la Colla, per exemple: "La Colla EnCORatjada de l'Esplai Espurnes" o "La Colla EnCORatjada de l'Escola Cervantes", la xapa serà el reconeixement final d'aquesta constitució i qualsevol membre nou li farem la seva xapa.



**Recursos:**

- **Paper d'embalar.**
- **Dina 3.**
- **Colors.**
- **Màquina de xapes i material per les xapes.**

**Temporalitat:**

El mural dibuix que explica el que vol dir ser una "Colla EnCORatjada" és pot pintar en diferents sessions, pot ser una tasca que duri entre quinze dies i un més.

Consensuar les normes es pot fer en una sessió d'una hora i caldrà afegir el temps de construcció del mural amb les normes, que pot ocupar-nos una altra sessió.



## PROPOSTA DE SEQÜENCIACIÓ DE LES ACTIVITATS:

A continuació us presentem un parell de propostes per tal de poder temporalitzar les set activitats que es proposen en aquest document, tot i que aquesta planificació es pot adaptar a cada esplai o entorn educatiu.

- Proposta iniciant les activitats al setembre:

ACTIVITAT/SETMANA	SEP			OCT			NOV			DES			GE			FE		
Activitat 1																		
Activitat 2																		
Activitat 3																		
Activitat 4																		
Activitat 5																		
Activitat 6																		
Activitat 7																		

NOTA: La tercera setmana de novembre està en vermell, perquè coincideix amb la setmana dels drets de l'infant i com cada any caldrà fer la campanya específica per aquest tema. També hem assenyalat en vermell les festes de Nadal on no hi ha activitat ordinària.

- Proposta iniciant les activitats a l'octubre:

ACTIVITAT/SETMANA	SEP			OCT			NOV			DES			GE			FE		
Activitat 1																		
Activitat 2																		
Activitat 3																		
Activitat 4																		
Activitat 5																		
Activitat 6																		
Activitat 7																		

NOTA: La tercera setmana de novembre està en vermell, perquè coincideix amb la setmana dels drets de l'infant i com cada any caldrà fer la campanya específica per aquest tema. També hem assenyalat en vermell les festes de Nadal on no hi ha activitat ordinària.

Activitat 1: Marc fes-hi alguna cosa.

Activitat 2: La violència no ens agrada.

Activitat 3: Què m'agrada de tu.

Activitat 4: El Pot/ Caixa dels bons moments.

Activitat 5: Mirades.

Activitat 6: La roda de les solucions.

Activitat 7: Creant la Colla EnCORatjada.

Recordeu que no per anar més ràpid arribem abans a la meta. El que volem amb tot aquest procés és, sobretot, fer una bona reflexió amb els infants sobre la violència zero i la igualtat de gènere, amb la finalitat última de formar una "Colla EnCORcoratjada", per tant, és gairebé més important el procés a seguir que el resultat final.

No tinguem presses i fem bé les diferents activitats proposades, per tal que el resultat sigui satisfactori, per la transformació que suposa per a l'esplai o l'entorn educatiu dotar-nos d'una metodologia d'actuació que es posiciona en contra de la violència i que apodera als infants, perquè sàpiguen resoldre situacions conflictives.

## **Ei!!! QUE ENCARA N'HI HA MÉS.**

Us proposem celebrar plegats el dia 2 de maig.

No saps que passa el dia 2 de maig a nivell mundial?

El 2 de maig celebrem el dia mundial de la lluita contra el bullying o l'assetjament escolar i té relació directa amb el que pretenem treballar amb la creació de la colla encoratjada..

Per gaudir de la festa ho volem fer al ritme de la música del grup Xiula.



Aquest grup té una cançó que es diu "Respect" i que té a veure amb el mal tracte i el bullying. Mireu que diu la lletra!

Avui arribo a l'escola, les cames tinc tremolant.  
I això no mola, entro i dic hola, i n'hi ha uns que ja s'estan burlant.  
La penya que no s'entera, el profe no n'és conscient.  
Tot sol m'espera, la carretera, d'angoixa enmig de la gent.

Mama, em sento sol, com un mussol, si corro lent sóc un cargol.  
Si marco gol, colleja al vol, i al final passo del futbol.  
I em diuen que torni al bressol, em quedo trist sense consol.  
Crec que aviat ja perdre el control.

Vols riure't de mi? Podem parlar-ho.  
No em ve de gust? Has d'aguantar-ho.

Tu vols que jo passi per l'aro?  
Jo dic stop! Tu dius ja paro!

Pots posar-te a la meva pell, no és fàcil quan et sents el rei.  
Però als d'aquí baix sí que ens importa, i deixarem ben morta, la falta de respect!

Podries estar fent: surfing, footing, trekking, pudding, piercing, karting, puenting, panxing, camping però en tot cas deixa d'estar fent... bullying.  
Fins i tot: curling, peeling, feeling, beijing, meeting, shopping, coaching, all my loving, però no et dediquis al bullying.

I en el tema de les bromes, són molt bones,  
Però potser no te n'adones que podries fer riure a totes les persones;  
Uns són gordos i unes altres són molt mones,  
Voltes i voltes al mateix, sembles un microones.

Anem a mirar-nos al mirall, gallina i gall.  
Que no hi ha superhomes, per molt que et passis el raspall.  
A tots ens falten plomes, no hi ha cors de metall.  
Podem tenir males estones, però podem tenir moments guais.  
Ja vas pillant les ones?

Ja pots baixar l'arma, jo vaig desarmat.  
Milliores el karma, i estem relaxats.  
Tot el que tu llences, és el que rebràs.  
Tu dius el que penses, doncs pensa quan m'abraçaràs.

I ja no ens farem els morts, que tots junts serem més forts.  
Ara mirem el problema i no girem la vista enlloc.  
Deixa en pau el meu amic, de l'insult ja no me'n ric,  
Ara només el que assetja serà el raro, serà el freak!

Podries estar fent: surfing, footing, trekking, pudding, piercing, karting, puenting, panxing, camping però en tot cas deixa d'estar fent... bullying!  
Fins i tot xiuling, casting, running, mapping, zapping, Chaplin, bicing, all my loving, però no et dediquis al bullying!

Pots posar-te a la meva pell, no és fàcil quan et sents el rei.  
Però als d'aquí baix sí que ens importa, i deixarem ben morta, la falta de respect!

Podeu veure el vídeo al següent enllaç:



De moment el que heu de fer és treballar la lletra amb els infants encoratjats i quan es vagi apropant la data us donarem més instruccions per fer una activitat plegats al compàs d'aquesta cançó.

Ens veiem aviat, gaudiu de la música, del ritme i no oblideu que ser encoratjat vol dir respectar als altres i dialogar per resoldre les situacions que ens molesten.