



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació,
Esports i Joventut

ACTIVITAT 2



Adquirir competències



Les competències són les eines que ens permeten actuar en el món per ser autònoms, saber-nos-hi adaptar i transformar-lo.

L'activitat posa en relleu quines competències es tenen en el moment de fer-la i quines serien desitjables segons cap on ens volem orientar. L'objectiu és descobrir què necessitem millorar o reforçar, poc o molt, en funció del que vols aconseguir, i pensar maneres de millorar.

Proposem **dos variants**, amb adaptacions segons les franges d'edat:

	de 6 a 9 anys	de 10 a 13 anys	a partir de 14 anys
SOL, SOLET	<p>IDEAL Tècnicament molt factible. Deixem volar la imaginació pintant.</p>	<p>VIABLE La analogia amb el sol també és viable, però s'ha d'emprar el glossari adaptat de la fitxa de l'aranya.</p>	
L'ARANYA	<p>VIABLE La analogia amb l'aranya també és viable, però s'ha d'emprar el glossari adaptat de la fitxa de sol solet.</p>		<p>IDEAL En aquestes edats, si es pot dedicar temps i recursos.</p>

MESURES COVID 19

- Grups estables d'un màxim de 10 participants i un educador fix, sense intercanvis de grups i educadors.
- Mantenir la distància interpersonal de 2 metres.
- Ús de mascaretes quan la distància és inferior a 2 metres.
- Mesures d'higiene abans, després i durant l'activitat, si s'escau.
- Rentat de mans freqüent.
- El material lliurat per l'organització ha d'haver estat desinfectat abans i es recomana que sigui fungible.
- Cada participant té cura del seu material i no el comparteix.
- Els participants no es poden passar entre ells els materials d'ús ni els treballs acabats.
- Algunes activitats demanen mesures específiques que consten a les respectives fitxes.

ACTIVITAT 2

Adquirir competències



SOL, SOLET

Materials

- Fitxa de material “adquirir competències”
- Dos retoladors o dos bolígrafs de color diferent.

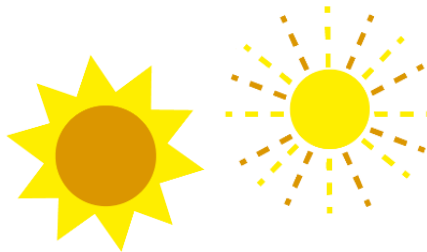
Activitat

Emprem el tradicional mètode del Diagrama de l'aranya. Associarem la seva forma amb el sol i els seus rajos. En aquest sol hi estan representades les competències “dures” (hardskills) que ens indiquen coneixements i destreses i les competències “toves” (sofskills) que ens donen l'adaptabilitat, la creativitat, l'empatia i la comunicació. Quan més llargs són els rajos més il·luminem.

Els fem reflexionar: - Com valeres les teves habilitats? En quines habilitats creus que te'n surts millor, allò que te'n surts més bé? Posa els punts damunt els rajos d'aquest sol en cada opció, segons et consideris que en saps més o ho fas millor que altres coses (més a prop del centre és menys i més a prop de la paraula és més). Quan tinguis els punts, uneix-los amb el centre del sol amb un mateix color. A continuació : - Ara pensa què voldries saber fer o aprendre o millorar i quines habilitats necessites desenvolupar per aconseguir-ho, per fer-ho el millor possible. Posa els punts segons en necessitis més o menys grau. Uneix aquests punts amb el centre amb un color diferent, sense que es trepitgi.

Es conclou l'activitat comparant els rajos de color i veient què cal millorar per il·luminar més.

Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>



Glossari del vocabulari del diagrama

La relació social i ciutadana = M'interessa el meu l'entorn, les persones, els llocs, les seves necessitats, les activitats, les festes...

La disposició a l'aprenentatge = Tinc curiositat per aprendre, conèixer i millorar. Em resulta estimulants

Creatives = Tinc facilitat per imaginar, inventar, crear i expressar.

Treball en equip = M'agrada treballar en equip i se'm dona bé participar, escoltar, respectar, comprendre, acceptar i tolerar.

Autonomia = Mostro habilitat per pensar i actuar per mi mateix, amb responsabilitat, m'espavilo abans d'esperar que m'ho solucionin.

Iniciativa = Faig propostes, prenc iniciatives sense esperar de forma passiva, m'esforço en buscar i m'agrada donar el primer pas.

Resolució de problemes = Tinc habilitat per arribar a acords i trobar solucions. També se'm dona bé superar entrebancs i dificultats.

Capacitat organitzativa = Miro de tenir clar el que vull per organitzar-me, ordenant, classificant, seqüenciant.

Habilitats comunicatives = No em costa fer-me entendre. M'esforço per explicar-me bé, per relacionar-me amb respecte amb els altres.

Perseverança = M'esforço de manera continuada, soc optimista, no em desanimo fàcilment davant el que em costa o no m'agrada molt...

Coneixements especialitzats = Tinc aficions, coneixements i interès per qüestions concretes que m'agraden amb diferència d'altres.

Lingüístiques: Soc hàbil per explicar-me i per comprendre els textos. En la meua llengua i també altres llengües.

Científiques i matemàtiques = M'és fàcil analitzar, raonar, fer càlculs, observar, experimentar, pensar possibilitats i hipòtesis, treure conclusions...

Artístiques i culturals = M'agrada expressar-me plàsticament, musicalment, tinc interès per conèixer i se'm dona bé...

Tecnològiques i digitals = M'agrada i me'n surto prou bé davant els reptes i novetats tecnològiques i digitals. M'hi sento còmode... provant, descobrint, buscant...

ACTIVITAT 2

Adquirir competències



L'ARANYA

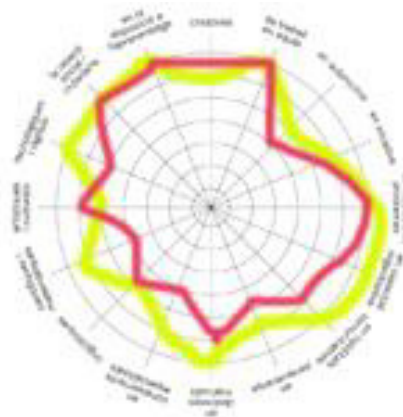
Materials

- **Fitxa de material** “adquirir competències”
- Dos retoladors o dos bolígrafs de color diferent.

Activitat

Emprem el tradicional mètode del Diagrama de l'aranya. Associarem la seva forma amb el teixit de l'aranya. En aquesta teranyina hi trobem les competències “dures” (hardskills) que ens indiquen coneixements i destreses i les competències “ toves” (sofskills) que ens donen l'adaptabilitat, la creativitat, l'empatia i la comunicació. Quan més llargs són els fils de la teranyina més lluny arriba l'aranya a caçar.

Els fem reflexionar: - Com valores les teves habilitats? En quines habilitats creus que te'n surts millor, allò que te'n surts més bé? Posa els punts damunt dels fils d'aquesta teranyina en cada opció, segons et consideris que en saps més o ho fas millor que altres coses (més a prop del centre és menys i més a prop de la paraula és més). Quan tinguis els punts, uneix-los entre si amb un mateix color. A continuació : - Ara pensa què voldries saber fer o aprendre o millorar i quines habilitats necessites desenvolupar per aconseguir-ho, per fer-ho el millor possible. Posa els punts segons en necessitis més o menys grau. Uneix aquests punts entre sí amb un color diferent. Es conclou l'activitat comparant les formes que es creen en connectar els punts i veient què cal millorar per arribar on volem.



Glossari del vocabulari del diagrama

La relació social i ciutadana = M'interessa el meu l'entorn, les persones, els llocs, les seves necessitats, les activitats, les festes...

La disposició a l'aprenentatge = Tinc curiositat per aprendre, conèixer i millorar. Em resulta estimulante

Creatives = Tinc facilitat per imaginar, inventar, crear i expressar.

Treball en equip = M'agrada treballar en equip i se'm dona bé participar, escoltar, respectar, comprendre, acceptar i tolerar.

Autonomia = Mostro habilitat per pensar i actuar per mi mateix, amb responsabilitat, m'espavilo abans d'esperar que m'ho solucionin.

Iniciativa = Faig propostes, prenc iniciatives sense esperar de forma passiva, m'esforço en buscar i m'agrada donar el primer pas.

Resolució de problemes = Tinc habilitat per arribar a acords i trobar solucions. També se'm dona bé superar entrebancs i dificultats.

Capacitat organitzativa = Miro de tenir clar el que vull per organitzar-me, ordenant, classificant, seqüenciant.

Habilitats comunicatives = No em costa fer-me entendre. M'esforço per explicar-me bé, per relacionar-me amb respecte amb els altres.

Perseverança = M'esforço de manera continuada, soc optimista, no em desanimo fàcilment davant el que em costa o no m'agrada molt...

Coneixements especialitzats = Tinc aficions, coneixements i interès per qüestions concretes que m'agraden amb diferència d'altres.

Lingüístiques: Soc hàbil per explicar-me i per comprendre els textos. En la meua llengua i també altres llengües.

Científiques i matemàtiques = M'és fàcil analitzar, raonar, fer càlculs, observar, experimentar, pensar possibilitats i hipòtesis, treure conclusions...

Artístiques i culturals = M'agrada expressar-me plàsticament, musicalment, tinc interès per conèixer i se'm dona bé...

Tecnològiques i digitals = M'agrada i me'n surto prou bé davant els reptes i novetats tecnològiques i digitals. M'hi sento còmode... provant, descobrint, buscant...

Testimonis online <http://www.diba.cat/es/web/transitar/testimonis>