



Taller G2T6 – Se m'emociona el cervell!

TEMPORALITZACIÓ

15'	15'	Activitat 1 – Se m'emociona el cervell
5'	20'	Activitat 2 – El cervell emocional
20'	40'	Activitat 3 – Tu m'emociones!
5'	45'	Activitat 4 – Què m'emporto avui?
5'	50'	Activitat 5 – Publiquem les nostres impressions

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

Objectius	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conèixer quina és la participació del cervell en la gestió de les emocions 2. Reconèixer les emocions i observar-nos mentre les experimentem
Abans de començar aquest taller	<p>Explicarem al grup que aquesta és la sisena sessió de la guia, «El meu cervell», per conèixer el nostre cervell d'una forma divertida i pràctica. Recordem al grup que en els tallers anteriors hem parlat del nostre cervell, la seva activitat a través dels hemisferis i les diferents àrees cerebrals, la capacitat d'aprendre i de com el nostre cervell emmagatzema la informació i construeix els records. En la darrera sessió ens vam centrar en el nostre cervell més primitiu, el cervell rèptil, aquell que molts animals compartim.</p> <p>Els proposem recordar, entre tots i totes, el que hem treballat en els tallers anteriors. Per exemple: que distribuïm el nostre cervell en àrees funcionals, els dos hemisferis cerebrals, que podem optimitzar el funcionament del nostre cervell, la manera com funciona la nostra memòria i el paper fonamental de l'hipocamp...</p> <p>Els expliquem que en el taller d'avui parlarem de la relació entre les emocions i el cervell.</p>
Activitat 1	Se m'emociona el cervell (15') Visualització i comentari de vídeos.
Activitat 2	El cervell emocional (5') Explicació de l'activitat cerebral vinculada a les emocions.
Activitat 3	Tu m'emociones! (20') Joc.
Activitat 4	Què m'emporto avui? (10')
Activitat 5	Publiquem les nostres impressions (5')

NOTA: aquest document és una síntesi del desenvolupament del taller, trobareu la descripció detallada sobre les activitats i informació complementària a la **fitxa** del taller.