

EMOCIONS

Guia de treball



5 X 4 elevat al cel Olga Quintana Navarro

Material elaborat per www.mat3.cat
Maite Gorriz i Santi Vilches

EMOCIONS

A. Objectius generals

- Diferenciar entre text objectiu i subjectiu.
- Definir emoció i sentiment.
- Ampliar el vocabulari sobre tots els matisos emocionals.
- Utilitzar comparacions i frases fetes.
- Treballar la descripció de persones i de paisatges.
- Identificar els trets diferenciats de la transmissió d'emocions a través de l'expressió. El mim
- Exposar una emoció a través de diversos recursos (paisatge, color, música, text...), que conflueixin en un únic producte final.
- Aplicar tècniques estadístiques per detectar si existeixen o no els «sentiments col·lectius»
- Expressar i rebre emocions a través de la música
- Treballar els vocabulari específic de les emocions amb llengua anglesa.
- Analitzar la possibilitat de transmetre emocions a través del color.

tots junts a una capsa)

B.3. Then take 26 random petals from the box (20 medium and 6 little sized), you stick the petals on the round, using cello type and beginning from the border to the centre, making 3 layers (the 6 little petals in the centre and on top). [personal task]

Llavors agafes 26 petals qualsevol de la capsa (20 de mitjans i 6 de petits), els enganxes a la rodona, usant cinta adhesiva i començant des de la vora cap al centre, fent tres capes (els 6 petals petits han de quedar al centre i damunt de tots).

B.4. Finally, write down in English and Catalan the names of the 6 basic feelings in the centre and then choose the other 20 feelings you have felt any time in your life and write them in the petal that best suits each of them, in English and Catalan too. [personal task]

Finalment, escriu-hi en anglès i en català els noms dels 6 sentiments bàsics a cada pètal del centre i després tria unes altres 20 emocions que hagis sentit algun cop a la vida i escriu-los al pètal que els escaigui millor, també en anglès i en català.

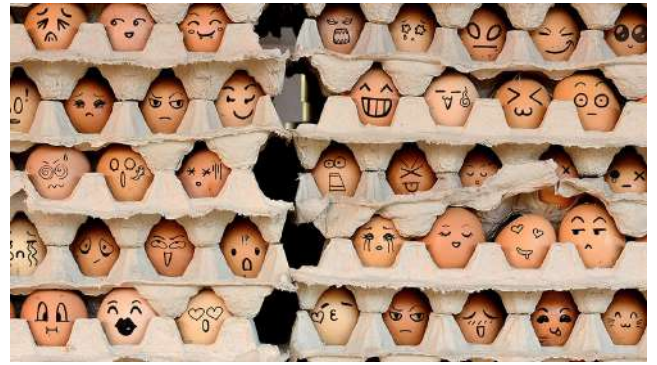
TABLE OF ENGLISH-CATALAN FEELINGS/EMOTIONS



HAPPINESS alegria	SURPRISE sorpresa	FEAR por	ANGER enuig	DISGUST fàstic	SADNESS tristesia
OPTIMISTIC optimista INTIMATE íntima PEACEFUL pacífic POWERFUL poderosa ACCEPTED acceptat PROUD orgullós INTERESTED interessat JOYFUL alegre	EXCITED emocionat AMAZED al·lucinada CONFUSED confós STARTLED sorpresa	SCARED espantat ANXIOUS ansiosa INSECURE insegur REJECTED rebutjada HUMILIATED humiliat	HURT dolguda THREATENED amenaçat HATEFUL plena d'odi MAD enrabiad AGGRESSIVE agressiva FRUSTRATED frustrat DISTANT distant CRITICAL crític	DISAPPROVING desaprovador DISAPPOINTED decepcionada AWFUL horrible AVOIDING evasiva	GUILTY culpable ABANDONED abandonada DESPAIR desesperat DEPRESSED deprimida LONELY sol BORED avorrida
INSPIRED inspirat OPEN oberta PLAYFUL juganer SENSITIVE sensible HOPEFUL esperançada LOVING amorós LOVED estimada PROVOCATIVE provocador COURAGEOUS valenta FULFILLED satisfet RESPECTED respectat CONFIDENT segur IMPORTANT important INQUISITIVE encuriós AMUSED fascinada ECSTATIC pletòric LIBERATED alliberada	ENERGETIC actiu EAGER ansiosa AWE asombrat ASTONISHED estupefacta PERPLEXED perplex DESILLUSIONED desil·lusionada DISMAYED commocionat SHOCKED gelada	TERRIFIED aterrida FRIGHTENED atemorit OVERWHELMED agobiada WORRIED preocupat INADEQUATE inepta INFERIOR inferior WORTHLESS inútil INSIGNIFICANT insignificant ALIENATED aïllada DISRESPECTED no respectat RIDICULED ridiculitzada	EMBARRASSED avergonyida DEVASTATED desolat INSECURE insegura JEALOUS gelós RESENTFUL ressentida VIOLATED violat FURIOUS furios ENRAGED irada PROVOKED provocat HOSTILE hostil INFURIATED enfuriat IRRITATED irritada WITHDRAWN intimidat SUSPICIOUS suspicaç SKEPTICAL escèptic	JUDGMENTAL crític LOATHING aversiu REPUGNANT repugnant REVOLTED rebel DETESTABLE detestable HESITANT vacil·lant	REMORESFUL amb remordiments ASHAMED avergonyit IGNORED ignorada VICTIMIZED víctima POWERLESS impotent VULNERABLE vulnerable INFERIOR inferior EMPTY buit ABANDONED abandonat ISOLATED aïllada APATHETIC apàtic INDIFFERENT indiferent

B.5. These are the truths about feelings that you should bear in mind. Copy them all in a row, following the lines in the next picture.

Aquests són les veritats sobre els sentiments que hauries de tenir presents. Copia-les totes seguides, seguint les línies del següent dibuix (fent un cal·ligrama).



Feelings can't be avoided,

els sentiments no es poden evitar,

so accept them

llavors, accepta'ls.

Feelings are not right nor wrong, they just are,

els sentiments no són correctes ni incorrectes, només són,

so accept them as they are.

Llavors, accepta'ls com són.

You can feel more than one feeling at a time,

pots sentir més d'un sentiment alhora,

and feel different things after a while.

i tenir sentiments diferents després d'una estona.

Feelings are normal,

els sentiments són normals,

everyone has them.

Tothom els té.

You can't change how you feel,

No pots canviar com et sents,

but you can change what you think and do.

Però pots canviar el que penses i fas.

Acknowledge your feelings and be aware of them,

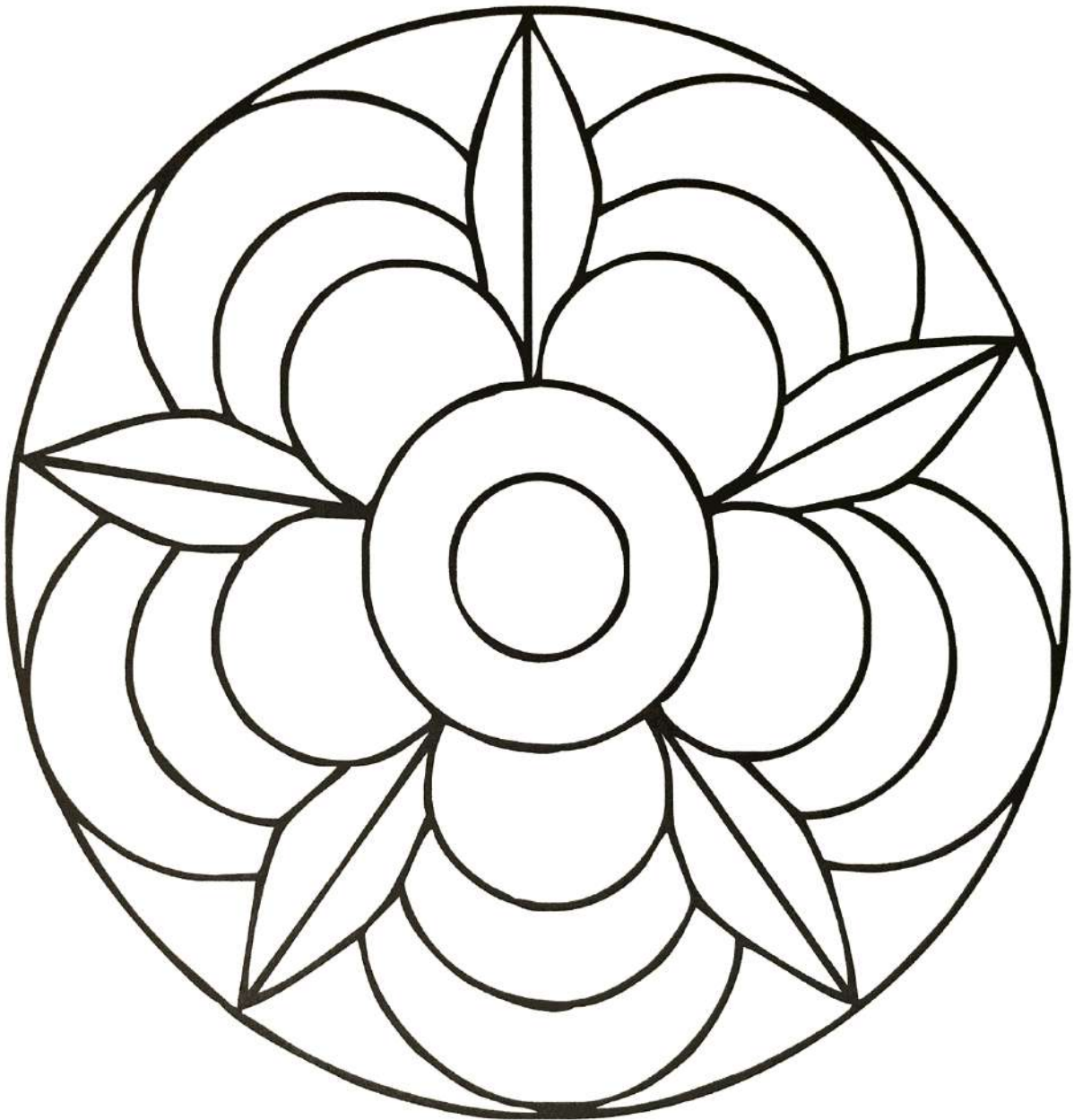
Sigues conscient i admet els teus sentiments,

so you can think and act positively

per poder pensar i actuar de forma positiva

to have a better emotional, mental and physical health.

i tenir una millor salut emocional, mental i física.



Now you can paint it and decorate it, if you want.

B.6. This final task consists of a song about all these facts and feelings you have learned.

Aquesta tasca final consisteix a escriure una cançó sobre tots aquests fets i sentiments que has après.

Just complete the lyrics, and then rehearse it until you learn it. Get ready because then it will come body percussion, palms, tubophone and more!



ALFA: [Water Fountain - Tune Yards- Life Studio](#)

BETA: [I'll think of You- Epic Patty Cake Song](#)

GAMMA: [Don't Worry Be happy- Boots 'n' cats](#)

C. EMOCIONS, EMOCIONS I MÉS EMOCIONS

C.1. Tots sentim emocions, sempre, constantment però què és una emoció?.

a) Escriu a la teva llibreta una definició d'emoció, la que a tu et sembla, sense consultar els companys.

Recorda que per fer una bona definició "de diccionari" cal seguir unes pautes:

- Mot en negreta i en minúscules:
- Categoria gramatical: en cursiva i en minúscules (*masculí o femení*)
- Paraula de la mateixa categoria (nom)
- Verb que introdueix les característiques: que consisteix en...
- Característiques indispensables i necessàries: .
- Un exemple:
- Un contraexemple:

b) Escriu una llista d'emocions

c) Comenteu entre els companys de grup la definició que heu fet i poseu-vos d'acord

d) Feu un petit debat a classe sobre què és una emoció i consensueu-ne una definició

e) Feu, entre tots, una llista d'emocions.

C.2. Realitzareu diversos exercicis i activitats de preparació a la classe.

a) L'activitat final, però, consisteix en fer una descripció, posant l'accent en l'emoció a transmetre.

b) El treball el podeu fer per parelles.

c) Podeu triar una d'aquestes propostes:

d) Descripció d'un personatge i el seu estat emocional. Al final del text podeu posar la imatge en què us heu inspirat.

e) Descripció de com us sentiu per dins quan esteu molt contents o tristos o enfadats o sorpresos o espantats. Al final del text podeu posar una imatge que us suggereixi aquest estat (la imatge no ha de ser una persona. Pot ser un color, un animal, una situació, un quadre...).

f) Descripció d'un paisatge que relacioneu amb una emoció concreta. Al final del text podeu posar una imatge d'aquest paisatge.

D. L'absència d'emocions

D.1. Ara farem una activitat que és molt difícil, es tracta de esforçar-se en NO TRANSMETRE CAP EMOCIÓ. El professorat us mostrarà una pel·lícula de 1 minut en la que es veu un noi i una noia i en la que s'han esforçat en no mostrar cap emoció, cadascú pot pensar el que vulgui. Estan enamorats? S'odien? Es volen matar?...

Per parelles noi i noia gravareu un petit vídeo d'un minut, en el què no passi res en especial i en el que no puguem saber si el noi està enamorat de la noia o si, al contrari, la odia... es a dir us heu d'esforçar en no transmetre cap emoció

D.2. Quan tingueu fetes les pel·lícules les mirarem dues vegades posant músiques molt diferents.

- a) Explica què és el que creus que pensen el noi i la noia a l'escena amb la música 1
- b) Explica què és el que creus que pensen el noi i la noia a l'escena amb la música 2
- c) Quina és veritablement la diferència entre les dues escenes?

E. Emocions i gràfics d'aranya.

Observa la següent imatge amb atenció (el professor us la posarà al projector) i pensa quina emoció et provoca

E.1. Per aquesta imatge pensa quina emoció et provoca i puntua-les de 1 a 10.



<i>Alegria</i>	<i>tristesa</i>	<i>por</i>	<i>Ràbia</i>	<i>Serenitat</i>

E.2. Fes un diagrama d'aranya amb els valors d'aquesta puntuació:



E.3. Introdueix la votació al la URL goo.gl/yeEprJ i observeu la valoració mitjana de la classe. Feu un debat discutint les emocions que mostra la imatge, escriu les conclusions a la llibreta.

F. EMOCIONS I LLENGUATGE CORPORAL. EL MIM

F.1. treballem diferents situacions representatives habituals en mim. Anireu afegint l'expressió de diferents emocions seguint les indicacions del professor. Es faran faran uns vídeos o una performance, en públic o en privat

- a)** Baixar escales,
- b)** Topar-se amb una paret de vidre,
- c)** Caminar sense avançar,
- d)** Caminar contra el vent
- e)** Fer el robot,
- f)** Estirar d'una corda,
- g)** Transportar un objecte pesat
- h)** Menjar en una taula.

Els criteris d'avaluació els han creat ells mateixos, la representació ha de ser: realista, exagerada i còmica. Ara podem afegir que expressi una de les emocions que treballem. D'aquesta manera faran uns vídeos o una performance, en públic o en privat (ells escolleixen la manera d'avaluar-se) afegint el tema de les emocions.

G. L'EXPRESSIÓ LES EMOCIONS.

G.1. Treball en grups de tres persones. Exposar una emoció a través de diversos recursos (paisatge, color, música, text...), que conflueixin en un únic producte final.

- Es pot presentar tan en castellà com en català.
- Trieu l'emoció bàsica que voleu treballar (por, alegria, tristesa, sorpresa, fàstic, enuig) o sentiment (benestar, compassió, gratitud, orgull, tendresa, avorriment, culpabilitat, gelosia, vergonya...).
- Busqueu diverses formes d'expressar aquesta emoció o sentiment. Això pot ser a través de:
 - Una música.
 - Un paisatge.
 - Una gama de colors.
 - Una poesia.
 - Una descripció.
 - Una dansa.
 - Una representació gestual (mímica)
 - Fins i tot, un menjar, un sabor o una olor.
- Us demanem que interrelacioneu un mínim de 4 recursos en un únic producte. Condició: un d'ells necessàriament ha de ser un text que descriu l'emoció o el sentiment.

Per exemple: fem una presentació de la tristesa utilitzant uns paisatges que ens despertin aquesta emoció, amb una música de fons, alhora que llegim una poesia i algú del grup balla o ho expressa corporalment.
- Quan sortiu a exposar la vostra proposta, no digueu de quina emoció o sentiment es tracta. Mireu de posar-vos en la situació i de transmetre el màxim possible. Per això, és molt important que ho digueu sentint-ho i que ho projecteu amb la veu, amb el cos, amb el moviment, la mirada...Centreu-vos en sentir l'emoció en vosaltres.
- Quan acabeu, rebreu les impressions del vostre públic.

H. TALLER **MUSICA EMOCIONS I MATEMÀTIQUES**. *El concert de les emocions.*

H.1. A l'Escola Municipal de Música Conservatori Josep Maria Ruera, ens faran un concert. Escolta cada una de les músiques i puntua quina emoció et provoca

H.2. Escolta les músiques i de cada una d'elles de valora totes les emocions. Omple la taula següent i omple els qüestionaris amb la URL goo.gl/yeEprJ

Emoció:	<i>Alegria</i>	<i>Tristesa</i>	<i>Por</i>	<i>Ràbia</i>	<i>Serenitat</i>
Música 1					
Música 2					
Música 3					
Música 4					
Música 5					

H.3. Per cada una de les músiques escriu un text en que has de comentar mirant els gràfics:

- quines emocions t'ha provocat a tu la música i en quina intensitat
- quines emocions ha provocat a la classe la música i en quina intensitat. Són semblants o molt diferents. Per què?

H.4. Correspon a les emocions que es pretenien transmetre?. Parleu amb els músics i feu un petit debat. Escriu les teves conclusions

I. SIMBOLISME DEL COLOR

a) Mireu l'interactiu «*Colors in motion*» www.mariaclaudiacortes.com . Omple, després el requadre amb el color que associes a cadascuna de les emocions.

Emoció:	felicitat	tristesa	por	inquietud	benestar	ràbia
Color triat individualment:						

I.2. Ompliu el qüestionari qui hi ha en aquesta pàgina web: <http://xurl.es/coloriemo>

I.3. Amb les dades d'aquest qüestionari podreu veure quin color MAJORITARI associa la vostra classe a cada emoció. Escriu i pinta cada emoció del color que heu triat majoritàriament.

Emoció:	felicitat	tristesa	por	inquietud	benestar	ràbia
Color triat majoritari:						

I.4. Completa el diagrama d'aranya fet a classe de música, omple el resultat amb el color associat. Poseu en comú els resultats i veieu si hi ha coincidències.

J. VEIG EL SO, ESCOLTO EL COLOR: LA SINESTÈSIA

J.1. Visualitza el fragment del programa “colors en sèrie; blau” de TV3, on parla una noia que pateix la “sinestèsia”.

<https://youtu.be/JIOYzRDUBF8>

En parelles, busqueu informació sobre la sinestèsia. Poseu en comú la informació.

J.2. Wassily Kandinsky Va estudiar pintura i dibuix, piano i violoncel, i també dret i economia.

Per a Kandinsky la música i la pintura estaven molt relacionades. Moltes de les seves obres abstractes estan inspirades en el món de la música. Deia que el so del violoncel li feia pensar en el color blau marí.

Admirava la música d'Arnold Schönberg, un compositor amic seu que tocava el violoncel i el piano; i que també pintava. Després d'escollar-lo en un concert Kandinsky va pintar aquest quadre titulat “*Impressió 3*”.

J.3. Observa la pintura i contesta:

- a) Quin color té la música de Schönberg segons Kandinsky?
- b) Quina o quines emocions creus que li transmetia la seva música?
- c) Quin tipus de música diries que és?

J.4. Observa les pintures de Kandinsky al mateix temps que escoltes la música de Schönberg. Hi trobes relació?

<https://youtu.be/ncRNDlnbbu8>

J.5. Torna a escoltar la música però aquesta vegada fes la teva composició a partir de punts, línies, plans i colors a la manera de Kandinsky.

Posa-hi tota la teva emoció!