

# Annexos metodològics de l'estudi

## Alumnat i Jornada Educativa: experiències, valoracions i propostes

Robles-Moreno, V., Arroyo, A., Mesa, J. (2024).  
Alumnat i Jornada Escolar: Experiències, valoracions i propostes.  
aFFac. <https://affac.cat/alumnat-jornada-escolar>

*\*La proposta metodològica d'aquest estudi de l'aFFac ha sigut elaborada amb el suport d'Analía Silberman i Mònica Ferré del GREDI (Grup de Recerca en Educació Intercultural de la Universitat de Barcelona).*

### 1. Sistematització d'estratègies participatives i estudis relacionats

Amb la finalitat de dissenyar dos guions diferents, un per a l'alumnat de primària i l'altre de secundària, hem recopilat experiències consultives amb infància i adolescència en recerca educativa de rellevància a Catalunya, l'Estat espanyol i a nivell internacional i hem sistematitzat possibles activitats o dinàmiques utilitzades als grups de discussió.

#### 1.1. Estratègia i procés de cerca

##### 1.1.1. Cerca d'organismes i institucions regionals, nacionals i internacionals relatives a infància i joventut

Es van revisar experiències a les següents institucions o organismes, regionals, nacionals i internacionals:

- FEDAIA (Federació d'Entitats d'Atenció i Educació a la Infància i l'Adolescència)
- Institut d'Infància i Adolescència
- FEPIJ (Federació Espanyola d'Associacions del Tercer Sector a l'àmbit de la Protecció de la Infància, Joventut i Família i de la Justícia Juvenil)
- INJUVE
- Plataforma d'infància
- NACY (The National Alliance for Children and Youth)
- Fundació Pere Tarrés
- Càritas
- Creu Roja

- Save the Children
- UNICEF - PNUD-NU
- Education Development Center (EDC)
- Eurochild

Mitjançant les pàgines seleccionades d'organismes i institucions regionals, nacionals i internacionals relatives a la infància i la joventut, es va fer una revisió d'experiències. Moltes es van excloure pels motius següents: manca d'informació en relació a la realització del grups de discussió, poca o nul·la participació ciutadana per part d'infància i adolescència.

### **1.1.2. Cerca d'estudis qualitius en l'àmbit acadèmic**

Per tal de delimitar els resultats de la cerca, determinem els criteris d'inclusió següents:

1. Els estudis o projectes han de tenir una temàtica socioeducativa.
2. Els estudis o projectes han d'haver implementat un Focus Group (FG) amb infància i adolescència.
3. Els estudis o projectes han d'aportar un mínim d'informació sobre la tècnica utilitzada: tipus de participants, nombre de participants per grup.

Es van consultar dues bases de dades reconegudes en l'àmbit educatiu: ERIC i DIALNET.

A la base de dades ERIC es van buscar amb els termes de referència següents: " focus groups " AND (children OR adolescent\*) AND school\*, incloent-hi només informes i estudis publicats en revistes acadèmiques, entre el 2021 i el 2023 i relatius als nivells educatius de primària i secundària. Es van preseleccionar 25 articles sobre la base del resum, títol i mètode utilitzat. Finalment, es van seleccionar 12 estudis per a la realització de les fitxes, ja que s'hi detallen tècniques o estratègies específiques de treball amb infància i adolescència (susceptibles de generar pràctiques significatives per a la investigació a realitzar). D'altra banda, a Dialnet, es van utilitzar els termes de referència "focus group amb nens nenes o adolescents", publicats en articles de revista des del 2020 fins a l'actualitat. Es van revisar 43 articles, dels quals només se'n van seleccionar 6. Els 37 estudis exclosos en la revisió inicial (títol i resum) es deuen al fet que no incloïen directament grups focals amb infància o adolescència. D'aquests seleccionats, novament es va fer un procés de selecció buscant nova informació que no hagués sortit a la revisió prèvia. A més, un dels articles era una revisió de metodologies participatives, que no servia per a aquest fi de sistematització. D'aquesta manera, només es van seleccionar 2 articles de la base de dades Dialnet.

### **1.2. Estratègia de sistematització**

Es van realitzar dos tipus de fitxes:

- Fitxes per a experiències, principalment referides a espais de participació ciutadana de nens, nenes i adolescents. Suport: Google- Forms. Es va utilitzar un format ampli de fitxa en aquests casos d'experiències consultives perquè ofereixen una visió més àmplia de les activitats o dinàmiques utilitzades durant els grups de discussió.

- Fitxes d'estudis qualitatis que implementen grups focals amb nens, nenes i adolescents. S'hi va incloure únicament la informació relativa a l'aplicació dels grups de discussió.

## 1.2. Resultats

A continuació, es presenta una sistematització de les següents experiències consultives: Consells locals de participació en el context de “Ciutats Amigues de la Infància”

- What emotional- centred challenges do children attending special schools face over primary-secondary school transition?
- Cocreació amb els infants i la comunitat educativa per a la millora del pati de l'escola. Programa “Transformem els patis”
- La recol·lecta
- Parlen els nens i nenes: el benestar subjectiu de la infància a Barcelona

Com també la sistematització de 14 estudis en què es pot destacar que:

- La composició dels focus groups en la majoria dels casos ha estat per selecció intencional per part de professors dels centres educatius, per intentar que el grup sigui heterogeni i divers, encara que semblant en edats.
- El nombre de participants per focus group no supera en cap cas el 10, sent 4, 5 i 6 els números de participants per focus group més repetits.
- La participació a l'estudi en tots els casos va ser voluntària.
- La durada del focus grup varia força en funció de l'estudi, en alguns casos sent inferior a 25 minuts i en un altre superior als 90 minuts.
- La majoria dels focus groups es va fer mitjançant un guió “ semi-estructurat ”
- En molts d'ells s'especifiquen els protocols ètics seguits, la majoria: aprovació oficial dels comitès d'ètica, consentiment informat a participants i mares/pares i tutors de participants. En un estudi es va fer ús de pseudònims per als enregistraments.
- Algunes de les tècniques-estratègies més repetides van ser: mapeig amb post-it , i l'ús de preguntes obertes i/o semi-obertes en base a escenaris concrets. Un dels estudis utilitza com a estratègia els diaris setmanals.
- El lloc dels focus groups és també divers. A 2 dels estudis aquests es van fer de forma virtual, altres a l'escola o llocs coneguts i freqüentats per l'alumnat i les famílies, així com un restaurant un estudi en concret.



### 1.3. Fitxes d'experiències consultives

#### 1.3.1. Consells locals de participació en el context de "Ciutats Amigues de la Infància"

<b>Nom de l'Experiència consultiva/Estudi</b>	Consells locals de participació en el context de "Ciutats Amigues de la Infància"
<b>Font bibliogràfica/web</b>	Novella, A., Sabariego, M., Esteve, MB, & Crespo, F. (2022). Experiències participatives de nens, nenes i adolescents des de l'àmbit local. Pilars que faciliten la participació. <a href="https://ciudadesamigas.org/documentos/experiencias-participativas/">https://ciudadesamigas.org/documentos/experiencias-participativas/</a>
<b>Tipus d'experiència consultiva</b>	Participació ciutadana
<b>Abast territorial de l'experiència consultiva</b>	Espanya
<b>Territori on s'implementa l'experiència consultiva: País/ciutat/Barri/Centro</b>	(1) Avilés, Astúries (2) Carbajosa de la Sagrada, Salamanca(3) Fuenlabrada, Madrid(4) Madrid(5) Quart de Poblet(6) Catalunya(7) Astúries(8) Huelva
<b>Objectius de l'experiència consultiva</b>	
<p>(1) Consell local d'Avilés: Exercir de llera de comunicació entre la infància del municipi i autoritats locals</p> <p>(2) Consell Infantil i adolescent de Carbajosa de la Sagrada: Implicació de les nenes, nens i adolescents al seu municipi, en el marc de els contextos següents; dins de l'aula-centre educatiu (projecte "Ciutat dels Infants" i Consell de Direcció amb representants); fora de l'aula-centre educatiu a través del Club d'Animació i CiberCarba (grup d'adolescents)</p> <p>(3) Consell local de participació d'infància i adolescència Fuenlabrada: "orientar-la acció per a una millor atenció a les necessitats de nens, nenes i adolescents l'aprenentatge de pautes de convivència democràtica basades en el respecte mutu, la integració social de la diferència, la cooperació i la no violència"</p> <p>(4) Comissions de participació d'infància i adolescència (COPIA) de Madrid</p> <p>(5) Consell municipal i infància (CMI) de Quart de Poblet</p> <p>(6) Consell nacional d'infància i adolescència de Catalunya</p> <p>(7) Fòrum Jove d'Astúries</p> <p>(8) Consell Provincial d'Huelva</p>	
<b>Definició i descripció de l'experiència consultiva amb infància i adolescència</b>	
<p>Consell local de participació de la infància i l'adolescència. "Un òrgan municipal o supramunicipal on nenes, nens i adolescents es troben per analitzar la seva realitat, establir prioritats i buscar possibles maneres d'atendre-les i/o articular-les per millorar-ne l'entorn i les condicions de vida. La seva raó de ser és la d'incloure aquests col·lectius com a ciutadania en igualtat de condicions [...] constructiva, i efectiva" (p. 6 i 7) <b>Descripció:</b> Aquest document és ja una sistematització de diverses instàncies participatives de nenes, nens i adolescents en el context de la xarxa internacional de Ciutats Amigues de la infància. És un aixecament de pràctiques participatives a nivell local amb implicació infantil i adolescent. Sistematitzen 8 experiències, destacades pels seus resultats positius, i per complir amb criteris ètics i de qualitat clarament definits:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adequació i pertinència</li> <li>- Transferibilitat</li> <li>- Innovació i transformació</li> <li>- Lideratge i participació</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impacte i sostenibilitat</li> <li>- Transversalitat: treball col·laboratiu i en xarxa</li> </ul>	
<b>Actors involucrats en l'experiència consultiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avilés: Servei de la Joventut a l'àmbit municipal / Participants són representants dels respectius centres educatius</li> <li>- Carbajosa de la Sagrada; Àrea d'educació i Joventut/ nens i nenes escolaritzats al municipi</li> <li>- Fuenlabrada: Regidoria de Joventut i infància</li> </ul>
<b>Nombre de participants</b>	Entre 10 i 50, Entre 50 i 100, Entre 100 i 500
<b>Edat dels participants</b>	Primer cicle de primària: entre 6 i 8, Segon cicle de primària: entre 9 i 10, Tercer cicle de primària: Entre 11 i 12, Secundària: Entre 13 i 16
<b>Estratègies i tècniques participatives: Descripció</b>	
<p>- L'acompanyament dels agents socioeducatius són, en aquest cas dels organismes participatius, per facilitar els espais, els recursos i les trobades, però són els nens, nenes i adolescents els que defineixen els propòsits de l'organització. En aquest sentit, "la intencionalitat educativa de la figura de dinamització ha d'afavorir l'autonomia, el lideratge i la corresponsabilitat en i del grup" (p. 44)</p> <p>- Es proposa que els moments de les trobades siguin "diversos, variats i connectats". És el joc i la dinamització permet garantir la motivació dels i les participants. En particular, especifiquen la importància de combinar diversos moments perquè es mantingui el grup connectat i s'assoleixin els objectius de les trobades.</p> <p>Estratègies específiques:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tallers de promoció "CIAA": es dona a conèixer el funcionament del Consell, les dinàmiques de treball i les possibilitats de l'espai de participació.</li> <li>- "Para i pensa": Avaluacions de les reunions del consell i de tot el curs</li> <li>- Assemblees sense votació, amb l'objectiu d'arribar a acords.</li> <li>- Incorporació del projecte de participació als centres educatius (a Carbajosa de la Sagrada)</li> </ul>	
<b>Informació sobre els mecanismes específics i estratègies per a:</b>	Respecte dels drets de la infància, Generació d'un clima inclusiu, Generació d'un clima de confiança, seguretat i lliure de violència
<b>Descripció dels mecanismes específics per al respecte dels drets de la infància</b>	<p>Tots els Consells Locals es proposen posar en pràctica el dret a la participació de la infància i adolescència, on aquesta sigui "real i significativa (...), activa, transformadora i comunitària per a general convivència intergeneracional.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Al Consell Infantil de Carbajosa de la Sagrada s'emfatitza el rol del Joc al carrer com a estratègia per reforçar la convivència</li> <li>-Als Consells Locals s'emfatitza la importància de la formació i capacitatí professional per oferir suport i dinamitzar el model de participació.</li> </ul>
<b>Descripció dels mecanismes específics per generar un espai i un clima inclusiu</b>	<p>Espais o punts de participació de proximitat (escola, lleure, municipi) en contextos formals i informals. Són espais múltiples i flexibles "per arribar al màxim nombre de nens, nenes i adolescents" (p.36)</p> <p>D'altra banda, la constitució dels Consells ha de ser representativa dels nens, nenes i adolescents del territori, on "totes les infàncies i adolescències estan incloses", garantint-se el "principi d'inclusió de la diversitat de nens, nenes i adolescents que hi ha al municipi per raons territorials, per multidiversitats (cultural, origen, gènere, sexual, funcional) i per vinculació a àmbits específics "</p> <p>Exemples específics de cada iniciativa:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avilés: Itinerància del Consell afavoreix la inclusió de diverses realitats socioeconòmiques</li> <li>- Carbajosa de la Sagrada: instàncies participatives als centres escolars i en horari lectiu</li> </ul>
<b>Descripció dels mecanismes específics per generar un clima de confiança, seguretat i lliure de violència</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La trobada ha de permetre que totes les persones donin la seva opinió, i que puguin demanar allò que no entenen, i fins i tot pausar la reunió si requereixen un descans.</li> <li>"S'ha de tenir present que una assemblea infantil i/o adolescent s'ha de regir segons els seus propis ritmes, significats i dinàmiques" (p.43)</li> <li>- Es garanteix que "els adults que treballen amb nens, nenes i adolescents rebïn el suport adequat i rendeixin comptes de les seves accions mitjançant l'avaluació de la seva pràctica" és essencial per assegurar els entorns segurs i propicis per als nens, nenes i adolescents (p.34).</li> </ul>

### 1.3.2. What emotional-centred challenges do children attending special schools face over primary-secondary school transition?

<b>Nom de l'Experiència consultiva/Estudi</b>	What emotional-centred challenges do children attending special schools face over primary-secondary school transition?
<b>Font bibliogràfica/web</b>	Bagnall, CL, Fox, CL, & Skipper, I. (2021). What Emotional-Centred Challenges Do Children Attending Special Schools Face over Primary-Secondary School Transition? <i>Journal of Research in Special Educational Needs</i> , 21(2), 156-167. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1111/1471-3802.12507">https://doi.org/10.1111/1471-3802.12507</a>
<b>Tipus d'experiència consultiva</b>	Aixecament d'informació qualitativa amb infància i adolescència
<b>Territori on s'implementa l'experiència consultiva: País/ciutat/Barri/Centro</b>	Escòcia/ Glasgow
<b>Objectius de l'experiència consultiva</b>	Examinar la transició de primària a secundària de l'alumnat d'escoles especials
<b>Definició i descripció de l'experiència consultiva amb infància i adolescència</b>	Estudi exploratori qualitatiu amb grups de discussió amb alumnat. Es van realitzar 2 grups de discussió amb 6 i 5 estudiants de 6è, i observacions etnogràfiques. A més, es van realitzar entrevistes al professorat i personal del centre educatiu.
<b>Actors involucrats en l'experiència consultiva</b>	Alumnat i professor d'escoles d'educació especial de primària i secundària
<b>Nombre de participants</b>	Entre 0 i 10
<b>Edat dels participants</b>	Tercer cicle de primària: Entre 11 i 12

<b>Estratègies i tècniques participatives: Descripció</b>	" Photo-elicitation focus groups ": Es van realitzar a causa de les limitacions sociolingüístiques de l'alumnat pertanyent a una escola especial. Per això, els participants d'aquest grup van haver de fer 10 fotos (amb una càmera de fotos d'un sol ús), durant 1 setmana, on havien de reflectir els seus sentiments i experiències" en la transició de primària a secundària. Els grups de discussió es van realitzar de manera NO estructurada, on eren els nens i nenes els qui guiaven la conversa, facilitada pel moderador.
<b>Informació sobre els mecanismes específics i estratègies per a:</b>	Respecte del protocol ètic, Registre de les sessions participatives
<b>Descripció del protocol ètic</b>	Aprovació per comitè d'ètica, consentiment del director de centre, i consentiment informat dels participants (assentiment informat per a l'alumnat i consentiment de la família)
<b>Informació sobre el registre de les sessions participatives</b>	Registre de l'àudio dels grups, i transcripció literal dels àudios.

### 1.3.3. Cocreació amb els infants i la comunitat educativa per millorar el pati de l'escola. Programa "Transformem els patis"

<b>Número de l' Experiència /Estudi</b>	03
<b>Nom de l' Experiència consultiva/Estudi</b>	Cocreació amb els infants i la comunitat educativa per millorar el pati de l'escola. Programa "Transformem els patis"
<b>Font bibliogràfica /web</b>	<a href="https://institutinfancia.cat/wp-content/uploads/2021/10/20210930_guia_cocreacio_transformem_patis.pdf">https://institutinfancia.cat/wp-content/uploads/2021/10/20210930_guia_cocreacio_transformem_patis.pdf</a>
<b>Tipus d' experiència consultiva</b>	Participació ciutadana
<b>Abast territorial de l'experiència consultiva</b>	Catalunya
<b>Territori on s'implementa l' experiència consultiva: País/ ciutat /Barri/Centre</b>	La ciutat de Barcelona



<b>Objectius de l'experiència consultiva</b>	La finalitat d'aquest programa consisteix a transformar els patis, tant des d'un punt de vista físic —mitjançant una renovació infraestructural— com des de la perspectiva del projecte educatiu. Es tracta de maximitzar el potencial dels patis com a espais educatius, d'aprenentatge i de desenvolupament saludable dels infants, a més de contribuir a lluitar contra l'emergència climàtica des de les escoles. Els patis també han de ser espais que promoguin dinàmiques i relacions positives i igualitàries i que afavoreixin usos comunitaris de lleure i de trobada, així com activitats físiques i esportives fora de l'horari lectiu.
<b>Definició i descripció de l'experiència consultiva amb infància i adolescència</b>	<p>El programa Transformem els patis planteja un procés de cocreació per a la transformació física del pati a través de 4 fases:</p> <p>Fase 0: Informativa</p> <p>Fase 1: Diagnosi del pati i elaboració de propostes.</p> <p>Fase 2: Elaboració de l'avantprojecte.</p> <p>Fase 3 : Elaboració del projecte executiu.</p> <p>Els diversos agents implicats tenen un rol concret en aquestes fases, i aporten la seva perspectiva i expertesa a l'hora de dissenyar el projecte.</p> <p>El procés de cocreació té tres tipus d'accions:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El treball intern dels centres educatius</li> <li>2. Sessions informatives i de treball dinamitzades del grup motor</li> <li>3. Sessions de reunió amb l'equip d'arquitectes (equip redactor)</li> <li>4. Sessions de formació (principalment pel professorat)</li> </ol>
<b>Actors involucrats en l'experiència consultiva</b>	Comunitat educativa (Direcció del centre, Professorat, Alumnat, Famílies, Monitors i monitors del temps de migdia, Entitats vinculades al centre, Altres professionals), Professionals de suport (Equip d'arquitectes -equip redactor-, Equip de dinamització de les sessions de treball, Equip per analitzar la caracterització tècnica i funcional del pati), Ajuntament de Barcelona i Consorci d'Educació de Barcelona projecte, Tècnic/a d'Educació del Districte, Personal tècnic territorial de Districte del CEB, Altres direccions i departaments per fer contrast i seguiment a escala de ciutat) i Altres institucions de suport i assessorament (Institut Infància i Adolescència de Barcelona, Associació de Mestres Rosa Sensat, Agència de Salut Pública de Barcelona)
<b>Nombre de participants</b>	Entre 50 i 100, Entre 100 i 500
<b>Edat dels participants</b>	Primer cicle de primària : entre 6 i 8, Segon cicle de primària : entre 9 i 10, Tercer cicle de primària : Entre 11 i 12, Secundària: Entre 13 i 16

<b>Estratègies i tècniques participatives : Descripció</b>	<p>Són dues sessions, d'1 hora cadascuna, que combinen una activitat en grup al pati i un debat posterior.</p> <p>Si hi participa tot un grup classe, es recomana que es creïn equips de treball de quatre o cinc persones. Els grups es poden repartir diferents blocs de la fitxa de manera que cada equip respongui a un dels blocs. Després, es fa una posada en comú i un debat.</p> <p>Es recomana que l'exploració es faci directament al pati. Es pot imprimir cadascuna de les fitxes en una full DIN A3 per a cada grup, o bé es poden imprimir en un format gran o en fulls individuals. Es pot mirar d'inserir el plànol del pati al requadre en blanc de la fitxa, perquè els infants facin les anotacions directament sobre la imatge. Si s'imprimeixen en un format gran, les anotacions es poden fer en post-it . Si el requadre es deixa en blanc, hi poden escriure les seves idees.</p>
<b>Tipus d' estratègies o tècniques utilitzades</b>	<p>Focus grups</p>
<b>Informació sobre els mecanismes específics i estratègies per a:</b>	<p>Registre de les sessions participatives</p>
<b>Descripció dels mecanismes específics per a la generació d'un clima de confiança , seguretat i lliure de violència</b>	<p>Es poden aplicar tres estratègies o formats principals, tal com s'explica en un document de treball sobre participació infantil a la ciutat (IIAB, 2016):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participació en canals estables: mitjançant òrgans i espais impulsats pels poders públics amb la finalitat d'escortar la veu dels infants i adolescents.</li> <li>2. Participació en moments puntuals: mitjançant processos participatius o de cocreació , tant a la fase de diagnosi com a la de presa de decisions sobre qüestions que els puguin afectar.</li> <li>3. Participació espontània: mitjançant pràctiques de corresponsabilitat, autogestió i apropiació de l'espai per part dels mateixos infants i adolescents</li> </ol>
<b>Descripció dels mecanismes específics per a devolució dels resultats</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organització d'una jornada festiva de presentació en què amb materials en desús es fa una maqueta gegantina al pati.</li> <li>• Exposició d'una maqueta a escala, feta per l'alumnat del centre, al vestíbul de l'escola i organització de xerrades per explicar el projecte.</li> <li>• Presentació del plànol definitiu del projecte als diferents espais de treball de cadascun dels agents: claustre, grup d'alumnes, reunió de coordinació, reunió de l'AFA, etc.</li> </ul>
<b>Informació sobre el registre de les sessions participatives</b>	<p>Fitxa col·laborativa-resum del treball intern. Cada agent de la comunitat educativa omple aquesta fitxa-resum amb les conclusions que hagin tret del treball intern després de cada sessió.</p>

## 1.3.4. La Recolecta

<b>Nom de l' Experiència consultiva/Estudi</b>	La recol·lecta
<b>Font bibliogràfica /web</b>	<a href="https://governobert.gencat.cat/web/.content/30_ParticipacioCiudadana/03_Societat_civil/recol·lecta/MANUAL-LARECOL-LECTA.pdf">https://governobert.gencat.cat/web/.content/30_ParticipacioCiudadana/03_Societat_civil/recol·lecta/MANUAL-LARECOL-LECTA.pdf</a>
<b>Tipus d' experiència consultiva</b>	Participació ciutadana
<b>Abast territorial de l'experiència consultiva</b>	Catalunya
<b>Territori on s'implementa l' experiència consultiva: País/ ciutat /Barri/Centre</b>	No s'ha implementat, és un manual per a aquells centres educatius que ho volen aplicar dins del territori de Catalunya.
<b>Objectius de l'experiència consultiva</b>	L'objectiu de la guia és ajudar a impulsar la participació dels infants a les escoles, proporcionant un marc general sobre les característiques de la participació infantil i fitxes pràctiques per posar en marxa experiències participatives a l'escola.
<b>Definició i descripció de l'experiència consultiva amb infància i adolescència</b>	Indicacions per desenvolupar un procés participatiu a l'escola impulsat per persones adultes, ja siguin les famílies, l'equip docent o altres agents de la comunitat educativa: 1. Establir un punt de partida. Analitzarem el punt de partida del nostre centre o aula per veure quin tipus d'actuació participativa podem promoure i quin nivell d'implicació dels diferents agents podem tenir. El diagnòstic ens permet decidir quin és el moment idoni per iniciar un procés participatiu i la durada del mateix 2. Decidir els objectius que volem assolir mitjançant el procés participatiu 3. Definir els actors del procés participatiu 4. Crear el grup motor (grup reduït format per la diversitat d'actors implicats en el desenvolupament del projecte) 5. Fer un pla d'acció (planificació d'accions i calendari) 6. Dinamitzar les sessions participatives (per algú que assumeixi el paper de facilitar i conduir el debat, recollir les aportacions i ajudar a traduir-los en propostes) 7. Comunicació de resultats 8. Presa de decisions (cal explicar als infants i a totes les persones participants què hem fet de tot el que extraurem durant les deliberacions: si les decisions que hem pres incorporin el que s'ha parlat i exposat o no, i per què)
<b>Actors involucrats en l'experiència consultiva</b>	No especificat. Dependrà de l'àmbit d'actuació: aula, centre i/o entorn. Depèn de quin sigui l'objectiu de la participació ciutadana els actors involucrats variaran. IMPORTANT: Cal definir qui creiem que ha de ser interpellat a participar i no excloure ningú que hi vulgui ser, assegurant que la nostra crida a la participació arriba a tots els col·lectius possibles relacionats amb el tema i/o objecte del procés participatiu.

Edat dels participants	Prescolar: entre 3 i 5, Primer cicle de primària: entre 6 i 8, Segon cicle de primària: entre 9 i 10, Tercer cicle de primària: Entre 11 i 12, Secundària: Entre 13 i 16, Entre 16 i 18
Estratègies i tècniques participatives : Descripció	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlem de: Visualització d'imatges sobre l'àmbit temàtic per a generar contingut com a grup.</li> <li>- Recorregut o gimcana: Passejada amb parades en punts estratègics i debat final.</li> <li>- Mapatge col·lectiu: Mapar vol dir elicitar aportacions dels infants amb relació a l'àmbit temàtic sobre un territori o mapa (indicar, marcar o dibuixar recorreguts, sensacions, llocs importants, etc.).</li> <li>- Què tenim? Què volem? Elaboració de dues llistes sobre l'àmbit temàtic a partir de dues preguntes: "què tenim/passa?" i "què volem?".</li> <li>- Fotografies d'experiències: Visualització d'imatges d'altres experiències i/o referents</li> <li>- Pluja d'idees: Generació d'idees des d'una perspectiva oberta i conscient.</li> <li>- Dibuix de propostes: Realització d'un dibuix col·lectiu entre un grup d'infants com a proposta final del procés.</li> <li>- Prioritzem: Organització en una llista de les propostes de manera col·lectiva.</li> <li>- Panells de propostes: En un espai comú de l'escola es poden situar les diverses propostes i deixar un espai lliure perquè se'n puguin fer valoracions.</li> <li>- Avantatge i inconvenients: Exploració d'avantatges i inconvenients entorn de propostes de solució.</li> <li>- Termòmetre i dianes de valoració: Mesura de les valoracions dels infants en funció d'una escala gradual.</li> <li>- Retorn i autoconstrucció: Mostra gràfica i seqüencial del procés realitzat. Realització d'un conjunt de tasques amb l'objectiu de materialitzar una solució, especialment si es tracta de la transformació d'un espai de l'escola on podem: construir o transformar mobiliari, modificar, la ubicació d'aquest, pintar un mural, construir una caseta, etc.</li> </ul>
Descripció dels mecanismes específics per a devolució dels resultats	Mostra gràfica i seqüencial del procés realitzat.

### 1.3.5. Parlen els nens i nenes: el benestar subjectiu de la infància a Barcelona

Nom de l' Experiència consultiva/Estudi	Parlen els nens i nenes: el benestar subjectiu de la infància a Barcelona
Font bibliogràfica /web	<a href="https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxiu-documents/parlen-nens-benestar-subjectiu-infancia-barcelona-abril2019-resum.pdf">https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxiu-documents/parlen-nens-benestar-subjectiu-infancia-barcelona-abril2019-resum.pdf</a>

<b>Tipus d' experiència consultiva</b>	Participació ciutadana
<b>Abast territorial de l'experiència consultiva</b>	Catalunya
<b>Territori on s'implementa l'experiència consultiva: País/ ciutat /Barri/Centre</b>	Barcelona ciutat
<b>Objectius de l'experiència consultiva</b>	<p>Objectiu principal: Recollir, co -interpretar, articular i donar a conèixer les valoracions i les propostes dels infants de 10 a 12 anys de la ciutat de Barcelona.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conèixer el benestar dels infants</li> <li>- Interpretar i proposar millores a través dels tallers participatius</li> <li>- Donar a conèixer l'Agenda dels infants i obrir diàlegs sobre el coneixement generat</li> </ul>
<b>Definició i descripció de l'experiència consultiva amb infància i adolescència</b>	<p>FASE 1: Conèixer el benestar dels infants: enquesta a 4.000 nens i nenes de 10 a 12 anys</p> <p>FASE 2: Interpretar i proposar millores: 87 tallers participatius amb 2.000 alumnes de 6è de primària per interpretar els resultats i fer propostes de millora</p> <p>FASE 3: Obrir diàleg:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Agenda dels infants</li> <li>2) Grup altaveu de nois i noies: diàlegs amb representants socials i polítics de la ciutat</li> <li>3) Informes de recerca</li> </ol>
<b>Actors involucrats en l'experiència consultiva</b>	No especificat. Centres educatius i Ajuntament de Barcelona
<b>Nombre de participants</b>	4.000
<b>Edat dels participants</b>	Segon cicle de primària : entre 9 i 10, Tercer cicle de primària : Entre 11 i 12
<b>Estratègies i tècniques participatives : Descripció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentació dels resultats de l'enquesta en 8 àmbits diferents (Entorn familiar, Condicions materials, Entorn escolar, Relació entre iguals, Barri o zona, Temps, Propi cos i salut, Aspectes personals), amb preguntes concretes per a cada presentació per generar debat.</li> <li>- Formulació de propostes de les actuacions que poden portar a terme els propis alumnes, les famílies, les escoles i l'ajuntament en relació amb l'àmbit temàtic treballat. Els grups de 3 a 5 alumnes van escrivint les seves propostes en cartolines de diferents colors en funció del tipus d'agent (Taronja = infants / Blau = escola / Verd = família / Groc = ajuntament). A mesura que els alumnes van formulant les seves propostes, el tutor/a les va penjant al panell, classificant-les per tipus d'agent.</li> <li>- A partir de les propostes elaborades, redacció d'una carta per enviar a l'Institut de la Infància en la que s'explica el que els nens i nenes de l'escola pensen que haurien de fer les famílies, l'escola i, sobre tot, l'ajuntament, per millorar el seu benestar.</li> </ul>
<b>Tipus d' estratègies o tècniques utilitzades</b>	Focus groups

<b>Descripció dels mecanismes específics per a devolució dels resultats</b>	Es presenten els resultats de l'àmbit temàtic escollit Es comenten els resultats amb els nois/noies i se'ls demana la seva interpretació (tot això amb ajuda d'un ppt per a cada àmbit temàtic i un guió pel debat)
---	--

#### 1.4. Fitxes dels estudis sistematitzats

<b>ESTUDI 01</b>	Cortés-García, L., Hernández Ortiz, J., Asim, N., Sales, M., Vila-real, R., Penner, F., & Sharp, C. (2022). COVID-19 Conversations : A Qualitative Study of Majority Hispanic / Latinx Youth Experiences during Early Stages of the Pandemic . Child & Youth Care Fòrum , 51(4), 769-793. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1007/s10566-021-09653-x">https://doi.org/10.1007/s10566-021-09653-x</a>
<b>PAÍS</b>	EUA
<b>NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)</b>	Secundària
<b>EDAT PARTICIPANTS</b>	De 10 a 14
<b>PARTICIPANTS PER FG</b>	4 o 5
<b>COMPOSICIÓ DELS FG</b>	Participació voluntària dels/les estudiants/1 grup per nivell
<b>TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES</b>	FG virtuals
<b>LLOC/MOMENT D'IMPLEMENTACIÓ</b>	Virtual
<b>DURADA DELS FG</b>	40-60 minuts
<b>ESTRUCTURA DE L'FG</b>	5 preguntes
<b>PROTOCOL ÈTIC</b>	(1) Institutional Ethical review (2) Interès de participar dels/les estudiants (3) Contacte dels pares per a la seva autorització
<b>ASPECTES PER MILLORAR CONFIANÇA/SEGURETAT/COMODITAT</b>	Professora present al grup, sense un rol actiu en el mateix
<b>ADAPTACIONS SEGONS EDAT</b>	Preguntes més concretes per als nivells menors. Per exemple, en comptes de preguntar L'impacte econòmic en familiars del coronavirus, van preguntar si algun familiar va deixar de treballar o va treballar menys que abans de la pandèmia. O en comptes de "salut mental", parlen "d'emocions"

ESTUDI 02	Cziboly , Á., Bethlenfalvy , Á., Németh , S., & Rajnai , R. (2023). Learning Patterns and Risks in Distance Learning during the COVID-19 Lockdown – Pupils ' Perspective in Drama Pedagogy-Based Focus Groups . Research in Learning Technology, 31. ERIC. <a href="https://www.proquest.com/scholarly-journals/learning-patterns-risks-distance-during-covid-19/docview/2890046143/se-2?accountid=15293">https://www.proquest.com/scholarly-journals/learning-patterns-risks-distance-during-covid-19/docview/2890046143/se-2?accountid=15293</a>
PAÍS	Hongria
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	Secundària
EDAT PARTICIPANTS	11 a 15
PARTICIPANTS PER FG	5 o 6
COMPOSICIÓ DELS FG	Participació voluntària
TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES	Role -Play- based drama focus groups : L'investigador té un rol actiu a l'FG, sent un " participant i facilitador de la ficció ". El facilitador del joc es presenta com a “ necessitant ajuda "dels participants , els qui són reafirmats com a" experts en els seus pròpies experiències de vida". Els FG van ser anònims (en ser virtuals )
LLOC/MOMENT D'IMPLEMENTACIÓ	Virtual
PROTOCOL ÈTIC	(1) Assentiment o dissentiment dels nens i les nenes (se'ls oferia la possibilitat d'abandonar el grup si ho requerien ) (2) Consentiment dels pares , on s'informa els objectius de l'estudi, metodologia , i el registre i guardat de informació de Iso FG. No es van recopilar dades personals

ESTUDI 03	Erta-Majó, A., & Vaquero, E. (2023). Designing a Transmedia Educational Process in Non-Formal Education : Considerations from Families , Children , Adolescents, and Practitioners . Contemporary Educational Technology, 15(3). ERIC. <a href="https://www.proquest.com/scholarly-journals/designing-transmedia-educational-process-non/docview/2890012062/se-2?accountid=15293">https://www.proquest.com/scholarly-journals/designing-transmedia-educational-process-non/docview/2890012062/se-2?accountid=15293</a>
PAÍS	Espanya (Lleida)
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	Primària i secundària
COMPOSICIÓ DELS FG	Voluntarietat / heterogeneïtat de la mostra / edat entre 5 i 18

<b>TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES</b>	Com que és un estudi que incorpora les percepcions de les famílies, docents i alumnat , van crear una pauta amb dimensions i adaptant-les a cada tipus d'actor
--	--

<b>ESTUDI 04</b>	Graham, A., Canosa, A., Boyle, T., Moore, T., Taylor, N., Anderson, D., & Robinson, S. (2023). Promoting Students ' Safety and Wellbeing : Ethical Practice in Schools . Australian Educational Researcher , 50(5), 1477-1496. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1007/s13384-022-00567-8">https://doi.org/10.1007/s13384-022-00567-8</a>
<b>PAÍS</b>	Austràlia
<b>NIVELL PARTICIPANTS ( Primària /secundària)</b>	Primària i secundària
<b>EDAT PARTICIPANTS</b>	D'11 a 18
<b>PARTICIPANTS PER FG</b>	5 a 7
<b>COMPOSICIÓ DELS FG</b>	Estudiants d' edats similars
<b>TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES</b>	3 activitats de mapatge ("mapping activity )amb post-it:(1) pràctiques que ajudaven o impedièn que se sentissin felices, segurs i bé en el seu col·legi (2) identificació de practiques que ells consideraven que tenien una dimensió ètica , després prèviament elaborar conjuntament la seva comprensió de " ètic " (3) Suggestiments de canvis a pràctiques perquè l' alumnat se senti feliç , segur i bé .
<b>DURADA DELS FG</b>	1 hora
<b>ESTRUCTURA DE L'FG</b>	Després de la introducció i aspectes de la confidencialitat, es comença amb pregunta oberta "què li diríeu a un amic que vol inscriure's a aquest col·legi?"
<b>PROTOCOL ÈTIC</b>	(1) Aprovació Comitè d' ètica (2) Consentiment informat de pares i alumnat

<b>ESTUDI 05</b>	Halpern , C., Ward , ZA, & Aydin , H. (2022). « I'm Brazilian , Not Brazilian American»: The Experiences of Second-Generation Brazilian Adolescents Preserving Their Heritage Language and Resisting Assimilation . International Journal of Multicultural Education , 24(2), 132-156. ERIC.
<b>PAÍS</b>	EUA
<b>NIVELL PARTICIPANTS ( Primària /secundària)</b>	Secundària



EDAT PARTICIPANTS	12 a 18
PARTICIPANTS PER FG	8
COMPOSICIÓ DELS FG	Un context social similar dels participants , amb amics i familiars a l'interior del mateix grup
LLOC/MOMENT D'IMPLEMENTACIÓ	Restaurant
PROTOCOL ÈTIC	Després de l' aprovació formal del comitè d' ètica , es va dur a terme el procés de reclutament ( via xarxes socials i bola de neu ), i posteriorment es van realitzar entrevistes amb els pares on van lliurar la seva consentiment .
ASPECTES PER MILLORAR CONFIANÇA/SEGURETAT/COMODITAT	El focus group es va implementar en un lloc conegut pels participants , freqüentat amb les seves famílies

ESTUDI 06	Högman , J., & Augustsson , C. (2023). Children's Experiences of Development in Alternative Sports Programmes . Health Education Periòdic , 82(4), 403-414. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1177/00178969231163405">https://doi.org/10.1177/00178969231163405</a>
PAÍS	Suècia
NIVELL PARTICIPANTS ( Primària /secundària)	Primària i secundària
EDAT PARTICIPANTS	11 a 15
PARTICIPANTS PER FG	3 o 4
COMPOSICIÓ DELS FG	Liderat per professor /a
DURADA DELS FG	entre 24 i 25 minuts
ESTRUCTURA DE L'FG	Semi- estructurat , amb 3 temàtiques principals
PROTOCOL ÈTIC	4 principis ètics : informació , consentiment , confidencialitat i utilització . Ús de pseudònims per protegir confidencialitat

ESTUDI 07	Ni Chroinín , D., Fletcher, T., Beni, S., Griffin, C., & Coulter, M. (2023). Children's Experiences of Pedagogies That Prioritise Meaningfulness in Primary Physical Education in Ireland. Education 3-13, 51(1), 41-54. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1080/03004279.2021.1948584">https://doi.org/10.1080/03004279.2021.1948584</a>
PAÍS	Irlanda
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	Primària

EDAT PARTICIPANTS	9 i 10
PARTICIPANTS PER FG	4 o 5
TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES	Compartir experiències o exemples de cadascun dels diaris setmanals
LLOC/MOMENT D'IMPLEMENTACIÓ	Escola
Altres tècniques qualitatives a l'estudi amb infància i adolescència	122 Diaris setmanals realitzats per l'alumnat// Observació NO participant

ESTUDI o8	Ojeda, M., Espino, E., Elipe, P., & Del-Rey, R. (2023). Even if They Don't Say It to You, It Hurts Too: Internalized Homonegativity in LGBTQ+ Cyberbullying among Adolescents. <i>Comunicar: Media Education Research Periòdic</i> , 31(75), 21-34. ERIC.
PAÍS	Espanya (Andalusia)
NIVELL PARTICIPANTS (Primària /secundària)	Secundària
EDAT PARTICIPANTS	12 a 18
PARTICIPANTS PER FG	10
DURADA DELS FG	50
ESTRUCTURA DE L'FG	Semi-estructurada amb 20 preguntes obertes en 4 dimensions: diversitat sexo- genèrica a escola, factors associats a LGBTQ agressions i bullying, per què passa, per què algunes persones ataquen una altra pel seu diversitat
PROTOCOL ÈTIC	Es va sol·licitar als participants utilitzar un pseudònim per als enregistraments
ASPECTES PER MILLORAR CONFIANÇA/SEGURETAT/COMODITAT	Es va sol·licitar als participants utilitzar un pseudònim per als enregistraments. Èmfasi en què es buscava aprendre sobre els seus percepcions quotidianes de la vida escolar, i no sobre els seus experiències personals

ESTUDI o9	Ni Chróinín, D., Fletcher, T., Beni, S., Griffin, C., & Coulter, M. (2023). Children's Experiences of Pedagogies That Prioritise Meaningfulness in Primary Physical Education in Ireland. <i>Education</i> 3-13, 51(1), 41-54. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1080/03004279.2021.1948584">https://doi.org/10.1080/03004279.2021.1948584</a>
PAÍS	EUA
NIVELL PARTICIPANTS (Primària /secundària)	Primària i secundària

PARTICIPANTS PER FG	Entre 7 i 10
ESTRUCTURA DE L'FG	FG semi-estructurats

ESTUDI 10	Washburn, J., & Myers, S. (2023). Adolescents' Perspectives sobre Their Digital and Connective Literacies. <i>Journal of Adolescent &amp; Adult Literacy</i> , 67(1), 12-21. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1002/jaal.1300">https://doi.org/10.1002/jaal.1300</a>
PAÍS	EUA
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	secundària
EDAT PARTICIPANTS	entre 13 i 15
PARTICIPANTS PER FG	4 o 5
COMPOSICIÓ DELS FG	Mostra a conveniència, no representativa.
TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES	(1) Preguntes semi oberta utilitzant posar nota i justificar, per exemple, i preguntes d'autoavaluació i valoració de les pròpies fortaleces en el tema analitzat// (2) preguntes sobre la base d'escenaris, com per exemple. "Tu i els teus companys/es heu creat posts de temes que us interessin, i el vostre professor/a us ha demanat llegir-lo. Un de vosaltres saps que el post d'un del grup no era veritat. Quin comentari li escriuries sobre aquest post?"
DURADA DELS FG	90
ESTRUCTURA DE L'FG	Comença amb l'explicació dels objectius de l'estudi i recorda la voluntarietat de la participació.

ESTUDI 11	Carbonara, V., & Scibetta, A. (2022). Integration Translanguaging Pedagogy a Itàlia Primary Schools: Implications for Language Practices and Children's Empowerment. <i>International Journal of Bilingual Education and Bilingualism</i> , 25(3), 1049-1069. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1080/13670050.2020.1742648">https://doi.org/10.1080/13670050.2020.1742648</a>
PAÍS	Itàlia
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	primària
PARTICIPANTS PER FG	3 o 4
ESTRUCTURA DE L'FG	Cada FG es va repetir 2 cops, abans i després de la intervenció
Altres tècniques qualitatives a l'estudi amb infància i adolescència	Investigació etnolingüística

ESTUDI 12	Bella- Awusah , T., Oyewole, G., Falaye , A., & Omigbodun , O. (2022). Adolescents' Perceptions of School Counselling in Ibadan, Nigèria. <i>Journal of School-Based Counseling Policy and Evaluation</i> , 4(1), 26-34. ERIC.
PAÍS	Nigèria
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	Secundària
EDAT PARTICIPANTS	Entre 14 i 19
PARTICIPANTS PER FG	6
COMPOSICIÓ DELS FG	Seleccionats intencionalment per professor/a, en base a "la seva disposició i percepció del coneixement del tema de l'estudi"
TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES	Preguntes obertes
LLOC/MOMENT D'IMPLEMENTACIÓ	Classe privada, sense professors o adults del col·legi presents. A l'esbarjo
DURADA DELS FG	60
ESTRUCTURA DE L'FG	Semi-estructurat , amb 3 temàtiques principals
PROTOCOL ÈTIC	Aprovació oficial del Comitè, i consentiment informat escrit de pares i participants
ASPECTES PER MILLORAR CONFIANÇA/SEGURETAT/COMODITAT	grups dividits segons gènere "per assegurar comoditat per discutir aspectes sensibles relacionats amb la tutoria o orientació" (Bella- Awush et al., 2022, p.27)

ESTUDI 13	Bauml, M., Davis Smith, V., & Blevins, B. (2022). Who Cares?: Young Adolescents' Perceived Barriers to Civic Action. <i>RMLE Online: Research in Middle Level Education</i> , 45(3). ERIC. <a href="https://doi.org/10.1080/19404476.2022.2033069">https://doi.org/10.1080/19404476.2022.2033069</a>
PAÍS	EUA
NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)	Secundària
COMPOSICIÓ DELS FG	Grup racialment i econòmicament divers
TÈCNiques-ESTRATÈGIES UTILITZADES	Mapejos amb post-it individuals i privats sobre les idees preguntades, i després es retiraven i es comenten grupalment (Exemple: "activitats que la gent de la seva edat fan per fer del món un millor lloc")
DURADA DELS FG	30

<b>ESTRUCTURA DE L'FG</b>	Semi-estructurats
<b>ESTUDI 14</b>	Bagnall, CL, Fox, CL, & Skipper, I. (2021). When Is the Optimal Time for School Transition? An Insight into Provision in the US. <i>Pastoral Care in Education</i> , 39(4), 348-376. ERIC. <a href="https://doi.org/10.1080/02643944.2020.1855669">https://doi.org/10.1080/02643944.2020.1855669</a>
<b>PAÍS</b>	EUA
<b>NIVELL PARTICIPANTS (Primària/secundària)</b>	secundària
<b>COMPOSICIÓ DELS FG</b>	Elecció aleatòria dels participants i organitzades pel personal de l'escola
<b>DURADA DELS FG</b>	20 a 40 min
<b>ESTRUCTURA DE L'FG</b>	Semi-estructurat
<b>Altres tècniques qualitatives a l'estudi amb infància i adolescència</b>	Observacions a l'aula i entrevistes

## 2. Mapa de dimensions i subdimensions per crear els instruments de recollida d'informació

Categoria	Dimensió	Subdimensió	Suport
<b>Territori</b>	Característiques dels trajectes	Durada dels trajectes	Qüestionari
		Acompanyants	Qüestionari
		Costos immaterials	Grup de discussió
		Desplaçament al migdia en jornada partida	Grup de discussió i qüestionari
		Propostes de millora	Grup de discussió
<b>Temps lectiu: aprenentatge i desenvolupament</b>	Procés d'anar-se'n a dormir	Horaris	Qüestionari
		Activitats abans d'anar-se'n a dormir	Qüestionari i grup de discussió
		Problemes o dificultats	Grup de discussió
		Propostes de millora	Grup de discussió
	Procés d'aixecar-se	Horaris	Qüestionari
		Activitats	Qüestionari i grups de discussió
		Menjar (què, on i durada)	Qüestionari
		Problemes o dificultats	Grup de discussió
		Propostes de millora	Grup de discussió
	Concentració i atenció a l'aula	Caracterització del seu estat socioemocional i mental	Grup de discussió
		Autopercepció de cansament i concentració	Qüestionari
		Reaccions en moment d'atenció baixa i de concentració	Grup de discussió
		Propostes de millora per millorar l'atenció	Grup de discussió
	Organització de les matèries	Participació de l'alumnat en la gestió del temps	Qüestionari
		Preferència horària de les matèries	Grup de discussió
	Esbarjos	Percepció i propostes de l'horari	Grup de discussió i qüestionari
		Percepció i propostes de durada	Grup de discussió i qüestionari
	Horari i carrega lectiva	Preferència d'horari	Grup de discussió
		Percepció de la carrega lectiva a l'escola	Qüestionari
		Percepció carrega lectiva fora de l'escola	Qüestionari
Conseqüències socioemocionals i implicacions en altres activitats		Grup de discussió	
<b>Temps educatiu no lectiu: migdia</b>	Dinàmiques de migdia i dinar	Lloc	Qüestionari
		Acompanyament (amb qui)	Qüestionari
		Horari	Qüestionari
		Menjar (quin)	Qüestionari

		Preferències	Grup de discussió
	Menjador escolar	Dinàmiques	Grup de discussió
		Percepcions i opinions positives i negatives	Qüestionari i grup de discussió
		Propostes de millora	Grup de discussió
	Migdia a casa	Dinàmiques	Grup de discussió
		Percepcions i opinions positives i negatives	Qüestionari i grup de discussió
		Propostes de millora	Grup de discussió
<b>Extraescolars</b>	Característiques	Quantes	Qüestionari
		Lloc	Qüestionari
		Horari	Qüestionari
		Propostes d'horari	Qüestionari
		Motius de l'elecció de lloc i horari	A secundària: grup de discussió
	Significat	Significat de fer-ne i de no fer-ne	Grup de discussió
		Percepció de les extraescolars	Grup de discussió
Motivacions per anar a extraescolars		Grup de discussió	
<b>Conciliació familiar i laboral</b>	Temps familiar durant la setmana	Activitats	Grup de discussió
		Factibilitat	Grup de discussió
<b>Socialització i amistat</b>	Temps amb amics d'escola o fora	Horaris	Qüestionari
		Tipus d'activitat (què fan i on?)	Grup de discussió i qüestionari
		Amb qui	Qüestionari
		Propostes	Grup de discussió

### 3. Instruments de recollida d'informació

#### 3.2. Qüestionaris

##### 3.2.1. Preguntes del qüestionari per a l'alumnat de 5è i 6è de primària

###### *Dades demogràfiques*

---

1. Edat:
2. Gènere:
  - a. Masculí
  - b. Femení
  - c. No binari
3. Centre educatiu:

###### *Territori: característiques dels trajectes*

---

4. Quant de temps trigues aproximadament a arribar a l'escola des de que surts de casa?
  - a. 5 minuts o menys
  - b. 6-10 minuts
  - c. 11-15 minuts
  - d. 16-25 minuts
  - e. 26-35 minuts
  - f. Més de 35 minuts
5. Amb qui vas a l'escola? (Pots seleccionar més d'una resposta)
  - a. Amb ningú, hi vaig sol/a
  - b. Mare
  - c. Pare
  - d. Germà/Germana
  - e. Amic/ Amiga
  - f. Avi/Àvia
  - g. Altres persones
6. Amb qui tornes de l'escola a casa? (Pots seleccionar més d'una resposta)
  - a. Amb ningú, hi torno sol/a
  - b. Mare
  - c. Pare
  - d. Germà/Germana
  - e. Amic/ Amiga
  - f. Avi/Àvia
  - g. Altres persones
7. Com acostumes a anar a l'escola?
  - a. Caminant



- b. Amb cotxe o moto amb el meu pare/mare/familiar
- c. En transport públic (bus, metro, tren...)
- d. En transport escolar
- e. Amb bicicleta/patinet
- f. D'altres maneres: \_\_\_\_\_

### ***Temps lectiu: aprenentatge i desenvolupament***

---

#### ***Procés d'anar-se'n a dormir***

8. A quina hora te'n vas a dormir normalment?
- a. Abans de les 9:00 del vespre
  - b. Entre les 9:00 i les 10:00
  - c. Entre les 10:00 i les 11:00
  - d. Entre les 11:00 i les 12:00
  - e. Entre les 12:00 i la 1:00
  - f. Més tard de la 1:00

#### ***Procés de llevar-se***

9. A quina hora et lleves al matí normalment?
- a. Abans de les 7:00
  - b. Entre les 7:00 i les 8:00
  - c. Més tard de les 8:00
10. Quines de les següents coses fas al matí abans d'anar a l'escola? (Pots seleccionar-ne més d'una)
- a. Esmorzar
  - b. Mirar televisió, YouTube
  - c. Mirar xarxes socials: Tiktok, Instagram...
  - d. Jugar a algun vídeo joc
  - e. Altres coses sense pantalles: \_\_\_\_\_
11. On esmorzes?
- a. A casa
  - b. A l'escola
  - c. En el trajecte de casa a l'escola
  - d. No esmorzo

#### ***Concentració i atenció a l'aula***

---

12. De l'1 al 5, com de concentrat/da estàs normalment a classe? (Selecciona un número de l'1 al 5)

Gens concentrat      1      2      3      4      5      Molt concentrat

13. De l'1 al 5, com de cansat/da estàs normalment a classe?

Gens cansat      1      2      3      4      5      Molt cansat

#### ***Organització de les matèries***

---

14. Creus que la teva opinió compta a l'hora de decidir l'ordre de les assignatures durant el dia?
- Sí
  - No

**Esbarjos: durada i horari**

---

15. De l'1 al 5, com creus que és el temps de pati de matí a la teva escola?

Tenim molt poc temps de pati	1	2	3	4	5	Tenim moltíssim temps de pati
---------------------------------	---	---	---	---	---	----------------------------------

16. Canviaries l'horari del pati de matí?
- Sí
  - No
17. Si el volguessis canviar, a quina hora preferiries tenir el pati?
- Més aviat
  - Més tard

**Horari i càrrega lectiva**

---

18. Creus que durant les hores d'escola tens massa feina a fer?

No tinc feina a fer	1	2	3	4	5	Tinc moltíssima feina a fer
------------------------	---	---	---	---	---	--------------------------------

19. Creus que et posen masses deures, activitats i/o treballs per fer a casa?

No em posen deures per fer a casa	1	2	3	4	5	Em posen moltíssims deures per fer a casa
---	---	---	---	---	---	---

20. Quina frase s'apropa més al que penses?
- Tinc temps a casa per fer el que vulgui
  - Per culpa dels deures de vegades no puc fer altres coses que m'agradaria fer
  - Tinc força deures, però puc igualment fer alguna de les coses que m'agraden

**Temps educatiu no lectiu: migdia**

---

**Dinàmiques de migdia i dinar**

21. On menges normalment al migdia? (Pots seleccionar-ne més d'una si hi ha dies que dines en un lloc i dies que dines en un altre)
- A casa
  - Al menjador de l'escola
  - A casa d'un familiar
  - A casa d'un amic o amiga
  - Altres: \_\_\_\_\_

***Si sempre, o de tant en tant, menges al menjador escolar***

22. Marca la cosa que més t'agrada de dinar al menjador de l'escola
- a. El tipus de menjar
  - b. Poder menjar amb els companys de classe/amics
  - c. L'estona de pati que tenim després
  - d. M'agrada tot
  - e. Altres: \_\_\_\_\_
23. Marca la cosa que menys t'agrada de dinar al menjador de l'escola:
- a. El tipus de menjar
  - b. Poder menjar amb els companys de classe/amics
  - c. L'estona de pati que tenim després
  - d. No m'agrada res
  - e. Altres: \_\_\_\_\_

***Si sempre, o de tant en tant, menges a fora de l'escola:***

24. Com tornes a casa per dinar?
- a. Caminant
  - b. Amb cotxe o moto amb el meu pare/mare/familiar
  - c. En transport públic (bus, metro, tren...)
  - d. D'altres maneres: \_\_\_\_\_
25. Amb qui dines al migdia durant la setmana? (Pots seleccionar-ne més d'una)
- a. Amb ningú
  - b. Mare
  - c. Pare
  - d. Germà/Germana
  - e. Avis
  - f. Altres familiars
  - g. Amics/ Amigues
26. A quina hora dines normalment?
- a. Abans de la 1:00
  - b. Entre la 1:00 i les 2:00
  - c. Més tard de les 2:00
  - d. Més tard de les 3:00
27. Quin tipus de menjar acostumes a tenir per dinar?
- a. No dino
  - b. Menjar ràpid (per exemple, un entrepà o plats precuinats com una pizza)
  - c. Plats cuinats a casa (per exemple, peix amb verdures)
28. Marca la cosa que més t'agrada de l'hora de dinar

- a. Mirar la televisió/vídeos
- b. El trajecte
- c. Dinar en companyia
- d. Descansar a casa
- e. El tipus de menjar
- f. M'agrada tot
- g. Altres: \_\_\_\_\_

29. Marca la cosa que menys t'agrada de l'hora de dinar

- a. El trajecte
- b. Tornar a l'escola
- c. El tipus de menjar
- d. No m'agrada res
- e. Altres: \_\_\_\_\_

### ***Extraescolars***

---

#### ***Característiques***

30. Fas alguna extraescolar?

- a. No
- b. Sí

#### **Només si fas extraescolars...**

31. Quines extraescolars fas? (Pots seleccionar més d'una resposta)

- a. Futbol
- b. Música (instruments, cant...)
- c. Arts marcials (judo, karate, Taekwondo...)
- d. Robòtica/programació
- e. Dibuix, pintura...
- f. Teatre, ball...
- g. Altres esports
- h. Llengües (anglès, francès...)
- i. Classes de reforç
- j. Altres: \_\_\_\_\_

32. On fas les extraescolars?

- a. A l'escola
- b. Fora de l'escola
- c. Algunes a l'escola i algunes a altres llocs

33. Quants dies a la setmana fas extraescolars?

- a. 1 dia
- b. 2 dies
- c. 3 dies
- d. 4 dies

- e. 5 dies
34. Quan les fas? (Pots seleccionar-ne més d'una)
- a. Al migdia
  - b. A la tarda
  - c. Al vespre
  - d. Al matí (dissabte)
35. De l'1 al 5, valora fins a quin punt t'agrada fer extraescolars.
- |               |   |   |   |   |   |                    |
|---------------|---|---|---|---|---|--------------------|
| No m'agrada   |   |   |   |   |   | M'agrada moltíssim |
| gens fer      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | fer extraescolars  |
| extraescolars |   |   |   |   |   |                    |
36. Per què fas les extraescolars? (Pots seleccionar més d'una resposta)
- a. Perquè m'agrada l'activitat que faig
  - b. Perquè així puc estar amb els meus amics i amigues
  - c. Perquè m'hi obliguen els pares
  - d. Altres raons: \_\_\_\_\_

### ***Socialització i amistat***

---

#### ***Temps amb amics de l'escola o de fora***

37. Quedes amb amics i/o amigues?
- a. Sí
  - b. No
38. Si quedes amb amics i/o amigues, quan els veus?
- a. Cada dia
  - b. Dos o tres cops a la setmana
  - c. Només els caps de setmana
  - d. Altres \_\_\_\_\_
39. A quina hora quedeu normalment? (Pots seleccionar més d'una resposta)
- a. Al matí
  - b. Al migdia
  - c. A la tarda
  - d. Al vespre
  - e. A la nit
40. Què és el que acostumeu a fer quan quedeu? (pots seleccionar-ne més d'una)
- a. Fem una volta
  - b. Anem al parc
  - c. Fem algun esport (futbol, bàsquet...)

- d. Juguem a vídeojocs
- e. Juguem a altres tipus de jocs (jugar a fet i amagar, a pica-paret, saltar a corda, jocs de taula, baldufes...)
- f. Anem a casa d'algú
- g. Mirem la televisió
- h. Estem a les xarxes socials (Tiktok, Instagram...)
- i. Parlem per WhatsApp
- j. Anem al cinema, al teatre...
- k. Altres: \_\_\_\_\_

### 3.2.2. Qüestionari per a l'alumnat de l'ESO:

#### *Dades demogràfiques*

---

1. Edat:
2. Gènere (*escull una de les respostes següents*):
  - a. Masculí
  - b. Femení
  - c. No binari
3. Centre educatiu: \_

#### *Territori: característiques dels trajectes*

---

4. Quant de temps trigues aproximadament en arribar a l'institut des de casa? (*escull una de les respostes següents*)
  - a. 5 minuts o menys
  - b. 6-10 minuts
  - c. 11-15 minuts
  - d. 16-25 minuts
  - e. 26-35 minuts
  - f. Més de 35 minuts
5. Amb qui vas a l'institut? (*Pots seleccionar més d'una resposta*):
  - a. Amb ningú, hi vaig sol/a
  - b. Mare
  - c. Pare
  - d. Germà/Germana
  - e. Amic/ Amiga
  - f. Avi/Àvia
  - g. Altres: \_\_\_\_\_
6. Com acostumes a anar a l'institut? (*escull una de les respostes següents*)
  - a. Caminant
  - b. Amb cotxe o moto amb el meu pare/mare/familiar
  - c. En transport públic (bus, metro, tren...)
  - d. Amb bicicleta/patinet
  - e. Altres: \_\_\_\_\_
7. A la sortida de l'institut, què fas? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
  - a. Torno a casa
  - b. Estic amb el meus amics o les meves amigues a prop de l'institut
  - c. Faig altres activitats (extraescolars, acadèmia)
  - d. Altres: \_\_\_\_\_
8. Quan tornes a casa, amb qui ho fas? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)

- a. Amb ningú, torno sol/a
- b. Mare
- c. Pare
- d. Germà/Germana
- e. Avi/Àvia
- f. Amic/ Amiga
- g. Altres: \_\_\_\_\_

### ***Temps lectiu: aprenentatge i desenvolupament***

---

#### ***Procés d'anar-se'n a dormir***

9. A quina hora te'n vas a dormir normalment els dies que tens classe? *(escull una de les respostes següents)*
- a. Abans de les 9:00
  - b. Entre les 9:00 i les 10:00
  - c. Entre les 10:00 i les 11:00
  - d. Entre les 11:00 i les 12:00
  - e. Entre les 12:00 i la 1:00
  - f. Després de la 1:00

#### ***Procés de llevar-se***

10. De manera habitual, a quina hora et lleves al matí els dies que tens classe? *(escull una de les respostes següents)*
- a. Abans de les 7:00 del matí
  - b. Entre les 7:00 i les 8:00 del matí
  - c. Després de les 8:00 del matí
11. Quines de les següents coses fas al matí abans d'anar a l'institut? *(Pots seleccionar més d'una resposta)*
- a. Esmorzar
  - b. Mirar televisió o YouTube
  - c. Mirar xarxes socials: Tiktok, Instagram...
  - d. Jugar a algun videojoc
  - e. Altres: \_\_\_\_\_
12. On esmorzes? *(escull una de les respostes següents)*
- a. A casa
  - b. A l'institut
  - c. En el trajecte de casa a l'institut
  - d. No esmorzo

#### ***Concentració i atenció a l'aula***

---

13. De l'1 al 5, com de concentrat/da estàs habitualment a classe? *(Posa una X en el número)*

Gens concentrat                      1      2      3      4      5                      Molt concentrat



14. De l'1 al 5, com de cansat/da estàs habitualment a classe? (*Posa una X en el número*)

Gens cansat      1      2      3      4      5      Molt cansat

### Organització de les assignatures

---

15. Creus que la teva opinió compta a l'hora de decidir l'ordre de les assignatures durant el dia?

- a. Sí
- b. No

### Pati: durada i horari

---

16. Com consideres que és el temps de pati al teu institut? (*Posa una X en el número*)

Tenim molt poc      1      2      3      4      5      Tenim moltíssim  
temps de pati      temps de pati

17. Canviaries l'horari de pati?

- a. Sí
- b. No

18. Si el volguessis canviar, a quina hora preferiries tenir el pati?

- a. Més d'hora
- b. Més tard

### Horari i càrrega lectiva

---

19. Creus que durant les hores d'institut tens massa feina a fer? (*Posa una X en el número*)

No tinc feina a      1      2      3      4      5      Tinc moltíssima  
fer      feina a fer

20. Creus que et posen massa deures, activitats, i/o treballs per fer a casa? (*Posa una X en el número*)

No em posen      1      2      3      4      5      Em posen  
deures per fer a      moltíssims deures  
casa      per fer a casa

21. Quina frase s'apropa més al que penses? (*escull una de les respostes següents*)

- a. Tinc temps a casa per fer el que vulgui
- b. Per culpa dels deures de vegades no puc fer altres coses que m'agradaria fer
- c. Tinc força deures, però puc igualment fer alguna de les coses que m'agraden

### Temps educatiu no lectiu

---

#### En temps de migdia

22. On menges habitualment al migdia? (*Pots seleccionar-ne més d'una si hi ha dies que dines en un lloc i dies que dines en un altre*)

- a. A casa
- b. Al menjador/cantina de l'institut
- c. A casa d'un familiar

d. Altres: \_\_\_\_\_

***Si sempre, o de tant en tant, menges al menjador/cantina de l'institut***

23. Marca el que més t'agrada de quedar-te a dinar al menjador/cantina (*escull una de les respostes següents*)

- a. El tipus de menjar
- b. Poder menjar amb els/les companys/es de classe o amb amics/gues
- c. L'estona de pati que tenim després
- d. M'agrada tot
- e. Altres \_\_\_\_\_

24. Marca el que menys t'agrada de quedar-te a dinar al menjador/cantina (*escull una de les respostes següents*)

- a. El tipus de menjar
- b. Poder menjar amb els/les companys/es de classe o amb amics/gues
- c. L'estona de pati que tenim després
- d. No m'agrada res
- e. Altres \_\_\_\_\_

***Si sempre, o de tant en tant, menges fora de l'institut o d'una escola propera***

25. Com vas al lloc de dinar? quan no dines a l'institut/cantina, *selecciona una* :

- a. Caminant
- b. Amb bicicleta/patinet
- c. Amb cotxe o moto amb el meu pare/mare/familiar
- d. En transport públic (bus, metro, tren...)
- e. D'altres maneres: \_\_\_\_\_

26. Amb qui menges al migdia durant la setmana? (Pots seleccionar més d'una resposta)

- a. Ningú
- b. Mare
- c. Pare
- d. Germà/Germana
- e. Avis
- f. Altres familiars
- g. Amics/ Amigues

27. A quina hora menges normalment? quan no dines a l'institut/cantina, *selecciona una*:

- a. Abans de la 1:00
- b. Entre la 1:00 i les 2:00
- c. Entre les 2:00 i les 3:00
- d. Després de les 3:00

28. Quin tipus de menjar acostumes a tenir per dinar? quan no dines a l'institut/cantina, *selecciona una*:

- a. No dino
- b. Menjar ràpid (per exemple, un entrepà o una pizza)
- c. Plats cuinats a casa (per exemple, peix amb verdures)

29. Marca el que més t'agrada de l'hora de dinar quan no dines a l'institut/cantina, *selecciona una*:
- a. Mirar la televisió/vídeos
  - b. El trajecte
  - c. Dinar en companyia
  - d. Descansar a casa
  - e. El tipus de menjar
  - f. M'agrada tot
  - g. Altres \_\_\_\_\_
30. Marca el que menys t'agrada de l'hora de dinar quan no dines a l'institut/cantina, *selecciona una*:
- a. El trajecte
  - b. Haver de tornar després a l'institut
  - c. El tipus de menjar
  - d. No m'agrada res
  - e. Altres \_\_\_\_\_

### **Extraescolars**

---

#### **Característiques**

31. Fas alguna extraescolar?
- a. Sí
  - b. No
32. **Només si fas extraescolars:** Quines extraescolars fas? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
- a. Futbol
  - b. Música (instruments, cant...)
  - c. Arts marcial (Judo, Karate, Taekwondo...)
  - d. Robòtica/programació
  - e. Dibuix, pintura...
  - f. Teatre, dansa...
  - g. Altres esports
  - h. Llengües (anglès, francès...)
  - i. Classes de reforç
  - j. Altres: \_\_\_\_\_
33. **Només si fas extraescolars:** A on fas les extraescolars? *Selecciona una*:
- a. A l'institut
  - b. Fora de l'institut
  - c. Algunes extraescolars a l'institut i d'altres fora de l'institut
34. **Només si fas extraescolars:** Quants dies a la setmana fas extraescolars? *Selecciona una*:
- a. 1 dia
  - b. 2 dies
  - c. 3 dies
  - d. 4 dies
  - e. 5 dies

35. **Només si fas extraescolars:** Quan les fas? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
- Al migdia
  - A la tarda
  - Al vespre
  - Al matí (dissabte)
36. **Només si fas extraescolars:** De l'1 al 5, valora fins a quin punt t'agrada fer extraescolars.
- |               |   |   |   |   |   |                    |
|---------------|---|---|---|---|---|--------------------|
| No m'agrada   |   |   |   |   |   | M'agrada moltíssim |
| gens fer      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | fer extraescolars  |
| extraescolars |   |   |   |   |   |                    |
37. **Només si fas extraescolars:** Per què fas les extraescolars? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
- Perquè m'agrada l'activitat que faig
  - Perquè així puc estar amb els meus amics /amigues
  - Perquè m'hi obliguen els pares
  - Altres raons: \_\_\_\_\_

### ***Socialització i amistat***

---

#### ***Temps amb amics d'institut o de fora***

38. Quedes amb amics i/o amigues?
- Sí
  - No
39. **Només si quedes amb amics i/o amigues:** Habitualment, Quan els veus? *Selecciona una:*
- Cada dia
  - Dos o tres cops a la setmana
  - Només els caps de setmana
  - Altres \_\_\_\_\_
40. **Només si quedes amb amics i/o amigues:** Quan quedeu normalment? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
- Al matí
  - Al migdia
  - A la tarda
  - Al vespre
  - A la nit
41. **Només si quedes amb amics i/o amigues:** Què acostumeu a fer quan quedeu? (*Pots seleccionar més d'una resposta*)
- Fem una volta
  - Anem al parc
  - Fem algun esport (futbol, bàsquet...)
  - Juguem a videojocs
  - Juguem a altre tipus de joc (jocs de taula, billar, bitlles...)

- f. Anem a casa d'algú
- g. Mirem la televisió
- h. Estem a les xarxes socials (Tiktok, Instagram,...)
- i. Parlem per WhatsApp
- j. Anem al cinema, al teatre...
- k. Altres: \_\_\_\_\_

### 3.3. Guions grups focals

#### 3.3.1. Grup 1 de primària

Durada estimada: 60 min

Set de materials per totes les activitats:

Material y recursos	Activitats
Projector	<b>Totes</b>
2 gravadores	<b>Totes</b>
Post it y 3 o 4 cartolines	0.2 Presentació, funcionament i acords 3. De tornada a casa: mapping
Imatges que representin diverses emocions que puguin identificar-se fàcilment: alegria, tristesa, ràbia, por, avorriment, fàstic. etc.	1.1 Com és el vostre matí
Imatge d'un/a nen/a cansat, desconcentrat.	2.1 Concentració i atenció a l'aula
Set amb les matèries de primària Cartolina amb etiquetes "Matí" "Tarda" 2 horaris amb diferent durada i hora del pati	2.2 Organització de l'horari

#### o. Introducció

o.1 Presentació	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer el nom de tots els i les participants i trencar el gel
Descripció	Ronda de presentació en l'ordre en què es troben els/les participants al voltant de la taula. Se sol·licita que a més del seu nom, expliquin l'última pel·lícula o sèrie que han vist. <i>"Ara ens presentarem, i per conèixer-vos una miqueta, direm quina és l'última pel·lícula o sèrie que has vist"</i> La persona moderadora pot començar, i continua en l'ordre en què estan asseguts.

o.2 Presentació de l'estudi i funcionament i acords per el grup de discussió	
Durada	10 min
Materials	Post-it y Cartolina
Objectiu	o. Explicar breument l'objectiu principal de l'estudi i per què es fan els grups de discussió.

	<p>1. Explicar i socialitzar els acords de convivència per a la realització del grup de discussió, generant una dinàmica que permeti que l'alumnat s'apropriï d'aquests acords.</p>
Descripció	<p>Part 1: Presentació de l'estudi</p> <p><i>Aquesta activitat l'estem realitzant per conèixer i entendre com vosaltres i l'alumnat de Catalunya en general, viu el dia a dia, com són els seus horaris i la seva jornada, per poder aportar a futur en possibles millores o canvis a l'organització de les escoles i instituts.</i></p> <p>Part 2: Acords de grup</p> <p><i>Abans de començar amb les preguntes que tenim preparades, cal que proposem alguns acords per poder treballar en aquest grup.</i></p> <p>[Es reparteixen els post its o es posen a taula ]</p> <p><i>Per a ells, cadascú escriurà en aquests post-it una o diverses normes que us semblin importants perquè puguem conversar tranquil·lament. Jo començo per una: ens hem d'escoltar.</i></p> <p>[La persona moderadora enganxa els post it a la cartolina. A més, afegeix els seus propis post it que no poden faltar: no utilitzar telèfon mòbil, tractar-se amb respecte, escoltar-se amb atenció, no interrompre's, no cridar]</p> <p>[Per acabar aquesta part, la persona moderadora llegeix tots els post it]</p>

## 1. Els matins

1.1 Com és el vostre matí	
Durada	10 min
Materials	Imatges que representin diverses emocions que puguin identificar-se fàcilment: alegria, tristesa, ràbia, por, avorriment, fàstic...)
Objectiu	Conèixer com se sent l'alumnat al matí, indagant en els principals problemes i aspectes positius.
Descripció	<p>Es reparteix un set d'imatges per qualificar el matí.</p> <p><i>Aquí teniu unes imatges. Primer cadascú pot triar 1 o 2 que reflecteixin com són els vostres matins, abans d'anar a l'escola.</i></p> <p>Es pregunta als participants les raons d'aquesta elecció, indagant a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Problemes</li> <li>● Aspectes positius</li> </ul>

1.2 Com t'agradaria que fos el matí a casa abans d'anar a l'escola?	
Durada	5 min
Objectiu	Reconèixer possibles propostes o canvis que l'alumnat faria a la quotidianitat durant els matins.
Descripció	La persona moderadora sintetitza els principals problemes o dificultats comentats de l'apartat anterior. Pregunta què creuen ells i elles que es podria canviar per solucionar o millorar aquestes dificultats.

## 2. A l'escola

2.1 Concentració i atenció a l'aula	
Durada	10 min
Materials	Imatge d'un/a nen/a cansat, desconcentrat
Objectiu	Conèixer en quines situacions a l'escola es desconcentra l'alumne, com se sent en aquest estat i quines són les seves reaccions.
Descripció	<p>S'ensenya les fotografies d'un/a nen/a cansat/da, desconcentrat/da. Es presenta: <i>Mireu. Aquesta és la classe del Juan i l'Ana. No sé què estaran fent a classe, però ells se senten així com mostra la foto.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Us sentiu de vegades així a classe?</i></li> <li>● <i>Com us sentiu? Descriu sensacions del teu cos, com us afecta en els treballs/activitats.</i></li> <li>● <i>Quan?</i></li> <li>● <i>I què feu quan esteu en aquest estat de cansament, manca de concentració?</i></li> <li>● <i>I què fa el/la professor/a?</i></li> <li>● <i>En quin tipus d'activitats a classe us sentiu més concentrats i motivats? Per què?</i></li> </ul>

2.2 Organització de l'horari	
Durada	15 min
Materials	Set amb les matèries Cartolina amb etiquetes "Matí" "Tarda" 2 horaris amb diferent durada i hora de del pati
Objectiu	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Indagar en la percepció de l'alumnat sobre l'organització de les matèries en l'horari, especificant quines prefereixen al matí i quines a la tarda.</li> <li><b>2.</b> Reconèixer les preferències de l'alumnat quant a la durada i l'horari del pati.</li> </ol>
Descripció	<p>2.2. Assignatures matí i tarda</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Es lliura un set amb les diferents assignatures, preguntant que les ubiquin al matí o a la tarda.</li> <li>● Es comparen i indaguen les raons d'ubicació.</li> </ul> <p>2.3 Pati</p> <p>S'expliquen dues opcions d'horaris de pati (A y B), i es pregunta qui prefereix l'opció A i qui la B. S'indaga per què.</p> <p>S'aprofundeix què fan al pati i amb qui comparteixen.</p>



### 3. De tornada a casa

3. De tornada a casa: <i>Mapping</i>	
Durada	5 min
Materials	<i>Post its</i> Cartolina
Objectiu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conèixer totes les activitats que fa l'alumnat en tornar a casa.</li> <li>2. Conèixer quines activitats fa l'alumnat amb amics/gues i amb la família.</li> <li>3. Indagar en quin tipus d'activitats els agradaria fer, o si en volen fer-ne més, i quins canviarien.</li> </ol>
Descripció	<p>Es tornen a repartir <i>post its</i>.</p> <p>Se sol·licita a l'alumnat que a cada <i>post-it</i> posi una activitat que realitza després de l'escola o de les extraescolars i amb qui. S'enganxen totes a la cartolina.</p> <p>La persona moderadora va llegint les activitats, aprofundint en les percepcions: si els agrada o no, els motius i què canviarien d'aquestes activitats i si hi ha alguna activitat que els agradaria fer, o fer-ne més.</p>

#### 3.3.2. Grup 2 de primària

Durada estimada: 60 min

Set de materials per totes les activitats:

Material y recursos	Activitats
Projector	Totes
2 gravadores	Totes
<i>Post-it</i> y 3 o 4 cartolines	0.2 Presentació, funcionament i acords
Imatges que representin diverses emocions que puguin identificar-se fàcilment: alegria, tristesa, ràbia, por, avorriment, fàstic...)	3.2 I com són les nits, abans d'anar-vos a dormir?
Imatge d'una nena recent arribada a Catalunya	1.1 Com és el vostre Migdia?

#### o. Introducció

o.1 Presentació	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer el nom de tots els i les participants i trencar el gel
Descripció	<p>Ronda de presentació en l'ordre en què es troben els/les participants al voltant de la taula.</p> <p>Se sol·licita que a més del seu nom, expliquin l'última pel·lícula o sèrie que han vist.</p> <p>"Ara ens presentarem, i per conèixer-vos una miqueta, direm quina és l'última pel·lícula o sèrie que has vist"</p> <p>La persona moderadora pot començar, i continua en l'ordre en què estan asseguts.</p>

o.2 Presentació de l'estudi i funcionament i acords per el grup de discussió	
Durada	10 min
Materials	<i>Post-it</i> y Cartolina
Objectiu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explicar breument l'objectiu principal de l'estudi i per què es fan els grups de discussió</li> <li>2. Explicar i socialitzar els acords de convivència per a la realització del grup de discussió, generant una dinàmica que permeti que l'alumnat s'apropii d'aquests acords.</li> </ol>
Descripció	<p>Part 1: Presentació de l'estudi</p> <p><i>Aquesta activitat l'estem realitzant per conèixer i entendre com vosaltres i l'alumnat de Catalunya en general, viu el dia a dia, com són els seus horaris i la seva jornada, per poder aportar a futur en possibles millores o canvis a l'organització de les escoles i instituts.</i></p> <p>Part 2: Acords de grup</p> <p><i>Abans de començar amb les preguntes que tenim preparades, cal que proposem alguns acords per poder treballar en aquest grup.</i></p> <p>[Es reparteixen els <i>post its</i> o es posen a taula ]</p> <p><i>Per a ells, cadascú escriurà en aquests post-it una o diverses normes que us semblin importants perquè puguem conversar tranquil·lament. Jo començo per una: ens hem d'escoltar.</i></p> <p>[La persona moderadora enganxa els <i>post it</i> a la cartolina. A més, afegeix els seus propis <i>post it</i> que no poden faltar: no utilitzar telèfon mòbil, tractar-se amb respecte, escoltar-se amb atenció, no interrompre's, no cridar]</p> <p>[Per acabar aquesta part, la persona moderadora llegeix tots els <i>post it</i>]</p>

## 1. Migdia

1.1 Com és el vostre Migdia?	
Durada	10 min
Materials	Imatge d'una nena nouvinguda.
Objectiu	Conèixer les activitats, preferències i percepcions del temps de migdia a l'escola i a casa durant els dies de setmana.
Descripció	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Es pregunta primer qui menja al menjador de l'escola i qui no.</li> <li>2. Es projecta la imatge d'una noia.</li> <li>3. Se presenta a l'Anmol/alternativa i es sol·licita a cadascú que li expliqui a l'Anmol/alternativa com és el migdia en un dia d'escola.</li> </ol> <p><i>Ella és Anmol que ve de Turquia. La seva família li ha donat l'opció de quedar-se a l'escola a dinar, o anar a casa, i necessita que li expliqui com són cadascuna de les opcions. Li agradaria saber què feu, com us sentiu, què mengeu, etc. Algú vol explicar-li amb tots els detalls que se li acudeix?</i></p>

	4. Si en parlar del migdia apareix el tema de socialització/activitats amb amics/amigues, aprofundir: què feu amb els vostres/es amigues/es en aquest horari?
--	---

1.2 Com us agradaria que fos aquest moment del dia? (El migdia)	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer les expectatives i les propostes de l'alumnat sobre el temps de migdia
Descripció	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Què canviaries del migdia? I de l'estona de dinar al menjador de l'escola?</i></li> <li>• <i>Com us agradaria que fos?</i></li> </ul>

## 2. Extraescolars

Extraescolars: perquè sí o perquè no	
Durada	10 min
Objectiu	Indagar si els participants fan extraescolars o no i els motius pels quals en fan o no en fan de forma dialogada.
Descripció	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar si els agrada o no fer extraescolars (a aquells que en facin) i si els agradaria fer alguna extraescolar (a aquells que no en facin). Per què.</li> <li>• Preguntar si algú voldria fer alguna extraescolar que actualment no fa</li> </ul> <p>Sinó fan extraescolars, o no hi ha prou informació de les raons associades, es realitza la següent activitat:</p> <p>S'hi exposen tres situacions: d'un/a alumne/a que fa extraescolars a l'escola (l'Anna fa basquetbol a l'escola) i d'algú que no (Joan), i una que fa fora de l'escola (la Maria fa basquetbol fora de l'escola).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Per què fa extraescolars l'Anna, i per què creieu que en Joan no?</i></li> <li>• <i>Per què l'Anna fa basquetbol a l'escola? I per què la Maria fa basquetbol fora?</i></li> </ul>

## 3. Anar-se'n a dormir

3.1 Què feu a la nit?	
Durada	10 min
Materials	Imatge d'una nena nouvinguda
Objectiu	Conèixer quines activitats fa l'alumnat a la nit
Descripció	<i>Expliqueu a l'Anmol (amiga de Turquia presentada a l'activitat 1.1) o alternativa què es fa a les nits a casa vostra, i en totes les activitats què feu vosaltres abans d'anar a dormir.</i>

3.2 I com són les nits, abans d'anar-vos a dormir?	
Durada	5 min
Materials	Opció 2: Imatges que representin diverses emocions que puguin identificar-se fàcilment: alegria, tristesa, ràbia, por, avorriment, fàstic...)

Objectiu	Conèixer com se sent l'alumnat a la nit indagant en els principals problemes i aspectes positius.
Descripció	Es reparteix un set d'imatges per qualificar la nit. <i>Aquí teniu unes imatges. Primer cadascú pot triar 1 o dos que reflecteixin com són les vostres nits, abans de dormir.</i> Es pregunta als participants les raons d'aquesta elecció, indagant a: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemes</li> <li>• Aspectes positius</li> </ul>

3.3 Com seria la nit perfecta abans d'anar-vos a dormir, en un dia de setmana on l'endemà hi ha escola?	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer les expectatives, propostes o canvis que l'alumnat faria a la seva rutina de la nit, abans de dormir.
Descripció	La persona moderadora sintetitza els principals problemes o dificultats comentats de l'apartat anterior. Pregunta què creuen ells i elles que es podria canviar per solucionar o millorar aquestes dificultats.

### 3.3.3. Grup 1 de secundària

Durada estimada: 60 min

Set de materials per totes les activitats:

Material y recursos	Activitats
Projector	Totes
2 gravadores	Totes
<i>Post it</i> y 3 o 4 cartolines	0.2 Presentació 5. De tornada a casa: mapping
Imatges del joc de taula: Dixit	1.1 Com és el vostre matí
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imatge per d'un/a jove cansat, desconcentrat</li> <li>- Imatge d'una jove pakistanesa /alternativa en cas que participi una jove pakistanesa dins del grup de discussió</li> </ul>	2.1 Concentració i atenció a l'aula
Set amb les matèries de secundària Cartolina amb etiquetes "Matí" "Tarda" 2 horaris amb diferent durada i hora de l'esbarjo	2.2 Organització de l'horari

#### o. Introducció

o.1 Presentació	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer el nom de tots els i les participants i trencar el gel
Descripció	<p>Ronda de presentació en l'ordre en què es troben els/les participants al voltant de la taula. Se sol·licita que a més del seu nom, expliquin l'última pel·lícula o sèrie que han vist.</p> <p><i>"Ara ens presentarem, i per conèixer-vos una miqueta, direm quina és l'última pel·lícula o sèrie que has vist".</i></p> <p>La persona moderadora pot començar, i continua en l'ordre en què estan asseguts.</p>
o.2 Presentació de l'estudi i funcionament i acords per el grup de discussió	
Durada	10 min
Materials	<i>Post-ity</i> Cartolina
Objectiu	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Explicar breument l'objectiu principal de l'estudi i per què es fan els grups de discussió.</li> <li>3. Explicar i socialitzar els acords de convivència per a la realització del grup de discussió, generant una dinàmica que permeti que l'alumnat s'aproprii d'aquests acords.</li> </ol>
Descripció	<p>Part 1: Presentació de l'estudi</p> <p><i>Aquesta activitat l'estem realitzant per conèixer i entendre com vosaltres i l'alumnat de Catalunya en general, viu el dia a dia, com són els seus horaris i la seva jornada, per poder aportar a futur en possibles millores o canvis a l'organització de les escoles i instituts.</i></p> <p>Part 2: Acords de grup</p> <p><i>Abans de començar amb les preguntes que tenim preparades, cal que proposem alguns acords per poder treballar en aquest grup.</i></p> <p>[Es reparteixen els <i>post its</i> o es posen a taula]</p> <p><i>Per a ells, cadascú escriurà en aquests <i>post-it</i> una o diverses normes que us semblin importants perquè puguem conversar tranquil·lament. Jo començo per una: ens hem d'escoltar.</i></p> <p>[La persona moderadora enganxa els <i>post it</i> a la cartolina. A més, afegeix els seus propis <i>post it</i> que no poden faltar: no utilitzar telèfon mòbil, tractar-se amb respecte, escoltar-se amb atenció, no interrompre's, no cridar]</p> <p>[Per acabar aquesta part, la persona moderadora llegeix tots els <i>post it</i>]</p>

### 1. Els matins i el trajecte a l'institut

1.1 Com és el vostre matí a l'institut?	
Durada	10 min
Materials	Imatges del joc de taula: Dixit
Objectiu	Conèixer com se sent l'alumnat al matí, indagant en els principals problemes i aspectes positius.

Descripció	<p>Es reparteix un set d'imatges per qualificar el matí.</p> <p><i>Aquí teniu unes imatges. Primer cadascú pot triar 1 o 2 que reflecteixin com són els vostres matins, abans d'anar a institut.</i></p> <p>Es pregunta als participants les raons d'aquesta elecció, indagant a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Problemes</li> <li>● Aspectes positius</li> </ul>
------------	--

1.2 Com t'agradaria que fos el matí a casa abans d'anar a l'institut?	
Durada	5 min
Objectiu	Reconèixer possibles propostes o canvis que l'alumnat faria a la quotidianitat durant els matins.
Descripció	La persona moderadora sintetitza els principals problemes o dificultats comentats de l'apartat anterior. Pregunta què creuen ells i elles que es podria canviar per solucionar o millorar aquestes dificultats.

## 2. A l'institut

2.1 Concentració i atenció a l'aula	
Durada	10 min
Materials	Imatge per projectar d'un/a jove cansat, desconcentrat
Objectiu	Conèixer en quines situacions a l'institut es desconcentra l'alumne, com se sent en aquest estat i quines són les seves reaccions.
Descripció	<p>S'ensenya les fotografies d'un/a jove cansat/da, desconcentrat/da. Es presenta:</p> <p><i>Mireu. Aquesta és la classe del Juan i l'Ana (joves). No sé què estaran fent a classe, però ells se senten així com mostra la foto.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Us sentiu de vegades així a classe?</i></li> <li>● <i>Com us sentiu? Descriu sensacions del teu cos, com us afecta en els treballs/activitats.</i></li> <li>● <i>Quan?</i></li> <li>● <i>I què feu quan esteu en aquest estat de cansament, manca de concentració?</i></li> <li>● <i>I què fa el/la professor/a?</i></li> <li>● <i>En quin tipus d'activitats a classe us sentiu més concentrats i motivats? Per què?</i></li> </ul>

2.2 Organització de l'horari	
Durada	15 min
Materials	Set amb les matèries Cartolina amb etiquetes "Matí" "Tarda"

	2 horaris amb diferent durada i hora de l'esbarjo
Objectiu	<p><b>4.</b> Indagar en la percepció de l'alumnat sobre l'organització de les matèries en l'horari, especificant quines prefereixen al matí i quines a la tarda.</p> <p><b>5.</b> Reconèixer les preferències de l'alumnat quant a la durada i l'horari de l'esbarjo.</p>
Descripció	<p>2.2. Assignatures matí i tarda</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es lliura un set amb les diferents assignatures, preguntant que les ubiquin al matí o a la tarda.</li> <li>• Es comparen i indaguen les raons d'ubicació.</li> </ul> <p>2.3 Esbarjo</p> <p>S'expliquen dues opcions d'horaris d'esbarjo (A y B), i es pregunta qui prefereix l'opció A i qui la B. S'indaga per què.</p> <p>S'aprofundeix què fan a l'esbarjo i amb qui comparteixen</p>

### 3. De tornada a casa

3. De tornada a casa: <i>Mapping</i>	
Durada	5 min
Materials	<p><i>Post its</i></p> <p>Cartolina</p>
Objectiu	<p><b>4.</b> Conèixer totes les activitats que fa l'alumnat en tornar a casa.</p> <p><b>5.</b> Conèixer quines activitats fa l'alumnat amb amics/gues i amb la família.</p> <p><b>6.</b> Indagar en quin tipus d'activitats els agradaria fer, o si en volen fer-ne més, i quins canviarien.</p>
Descripció	<p>Es tornen a repartir post its</p> <p>Se sol·licita a l'alumnat que a cada post-it posi una activitat que realitza després de l'institut o de les extraescolars i amb qui. S'enganxen totes a la cartolina.</p> <p>La persona moderadora va llegint les activitats, aprofundint en les percepcions: si els agrada o no, els motius i què canviarien d'aquestes activitats i si hi ha alguna activitat que els agradaria fer, o fer-ne més.</p>

#### 3.3.4. Grup 2 de secundària

Durada estimada: 60 min

Set de materials per totes les activitats:

Material y recursos	Activitats
Projector	Totes
2 gravadores	Totes
<i>Post-ity</i> 3 o 4 cartolines	0.2 Presentació

Imatges del joc de taula: Dixit	3.2 I com són les nits, abans d'anar-vos a dormir?
Imatge d'una jove pakistanesa/alternativa en cas que hi hagi una jove pakistanesa dins del grup de discussió.	1.1 Com és el vostre Migdia?

## o. Introducció

o.1 Presentació	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer el nom de tots els i les participants i trencar el gel
Descripció	<p>Ronda de presentació en l'ordre en què es troben els/les participants al voltant de la taula. Se sol·licita que a més del seu nom, expliquin l'última pel·lícula o sèrie que han vist.</p> <p><i>"Ara ens presentarem, i per conèixer-vos una miqueta, direm quina és l'última pel·lícula o sèrie que has vist"</i></p> <p>La persona moderadora pot començar, i continua en l'ordre en què estan asseguts.</p>

o.2 Presentació de l'estudi i funcionament i acords per el grup de discussió	
Durada	10 min
Materials	Post-it y Cartolina
Objectiu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explicar breument l'objectiu principal de l'estudi i per què es fan els grups de discussió</li> <li>2. Explicar i socialitzar els acords de convivència per a la realització del grup de discussió, generant una dinàmica que permeti que l'alumnat s'aproprii d'aquests acords.</li> </ol>
Descripció	<p>Part 1: Presentació de l'estudi</p> <p><i>Aquesta activitat l'estem realitzant per conèixer i entendre com vosaltres i l'alumnat de Catalunya en general, viu el dia a dia, com són els seus horaris i la seva jornada, per poder aportar a futur en possibles millores o canvis a l'organització de les escoles i instituts.</i></p> <p>Part 2: Acords de grup</p> <p><i>Abans de començar amb les preguntes que tenim preparades, cal que proposem alguns acords per poder treballar en aquest grup.</i></p> <p>[Es reparteixen els post its o es posen a taula ]</p> <p><i>Per a ells, cadascú escriurà en aquests post-it una o diverses normes que us semblin importants perquè puguem conversar tranquil·lament. Jo començo per una: ens hem d'escoltar.</i></p> <p>[La persona moderadora enganxa els post it a la cartolina. A més, afegeix els seus propis post it que no poden faltar: no utilitzar telèfon mòbil, tractar-se amb respecte, escoltar-se amb atenció, no interrompre's, no cridar]</p>



[Per acabar aquesta part, la persona moderadora llegeix tots els post it]
---

## 1. Migdia

1.1 Com és el vostre Migdia?	
Durada	10 min
Materials	Imatge per projectar d'una jove pakistanesa/alternativa
Objectiu	Conèixer les activitats, preferències i percepcions del temps de migdia a l'escola i a casa durant els dies de setmana.
Descripció	<p>Es pregunta primer qui menja al bar/cafeteria/menjador de l'institut i qui no.</p> <p>Es projecta la imatge d'una noia.</p> <p>Se presenta a l'Anmol o alternativa i es sol·licita a cadascú que li expliqui a l'Anmol/alternativa com és el migdia en un dia d'institut</p> <p><i>Ella és Anmol que ve de Pakistan/Alternativa. La seva família li ha donat l'opció de quedar-se a l'escola a dinar, o anar a casa, i necessita que li expliqueu com són cadascuna de les opcions. Li agradaria saber què feu, com us sentiu, què mengeu, etc. Algú vol explicar-li amb tots els detalls que se li acudeix?</i></p> <p>Si en parlar del migdia apareix el tema de socialització/activitats amb amics/amigues, aprofundir: què feu amb els vostres/es amigues/es en aquest horari?</p>

1.2 Com us agradaria que fos aquest moment del dia? (El migdia)	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer les expectatives i les propostes de l'alumnat sobre el temps de migdia
Descripció	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Què canviaries del migdia? I de l'estona de dinar al bar/cafeteria/menjador de l'institut?</i></li> <li>• <i>Com us agradaria que fos?</i></li> </ul>

## 2. Extraescolars

Extraescolars: perquè sí o perquè no	
Durada	10 min
Objectiu	Indagar si els participants fan extraescolars o no i els motius pels quals en fan o no en fan de forma dialogada.
Descripció	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar si els agrada o no fer extraescolars (a aquells que en facin) i si els agradaria fer alguna extraescolar (a aquells que no en facin). Per què.</li> <li>• Preguntar si algú voldria fer alguna extraescolar que actualment no fa.</li> </ul>

## 3. Anar-se'n a dormir

3.1 Què feu a la nit?	
Durada	10 min
Materials	Imatge per projectar d'una jove pakistanesa/alternativa
Objectiu	Conèixer quines activitats fa l'alumnat a la nit

Descripció	<i>Expliqueu a l'Anmol (amiga pakistanesa presentada a l'activitat 3.1)/alternativa què es fa a les nits a casa vostra, i en totes les activitats què feu vosaltres abans d'anar a dormir.</i>
------------	--

3.2 I com són les nits, abans d'anar-vos a dormir?	
Durada	5 min
Materials	Imatges del joc de taula: Dixit
Objectiu	Conèixer com se sent l'alumnat a la nit indagant en els principals problemes i aspectes positius.
Descripció	<p>Es reparteix un set d'imatges per qualificar la nit.</p> <p><i>Aquí teniu unes imatges. Primer cadascú pot triar 1 o dos que reflecteixin com són les vostres nits, abans de dormir.</i></p> <p>Es pregunta als participants les raons d'aquesta elecció, indagant a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Problemes</li> <li>● Aspectes positius</li> </ul>

3.3 Com seria la nit perfecta abans d'anar-vos a dormir, en un dia de setmana on l'endemà hi ha institut?	
Durada	5 min
Objectiu	Conèixer les expectatives, propostes o canvis que l'alumnat faria a la seva rutina de la nit, abans de dormir.
Descripció	La persona moderadora sintetitza els principals problemes o dificultats comentats de l'apartat anterior. Pregunta què creuen ells i elles que es podria canviar per solucionar o millorar aquestes dificultats.