

rinbow



UN NOU CONCEPTE D'AGENDA
PER A L'EDUCACIÓ PRIMÀRIA D'AVUI



coachingagenda



EL NOSTRE
PROPÒSIT:

**Complement útil
i pràctic** per a les
escoles i els
mestres. Més
recursos recollits
en una mateixa
eina.

Desenvolupar
**l'hàbit de
treballar la
dimensió
personal** a partir
d'una eina
"quotidiana".

Afavorir que els
nens i les nenes
avancin en el seu
**autoconeixement
autonomia i
iniciativa
personal.**

QUÈ ÉS LA RINBOW?



QUÈ INCLOU LA RINBOW?

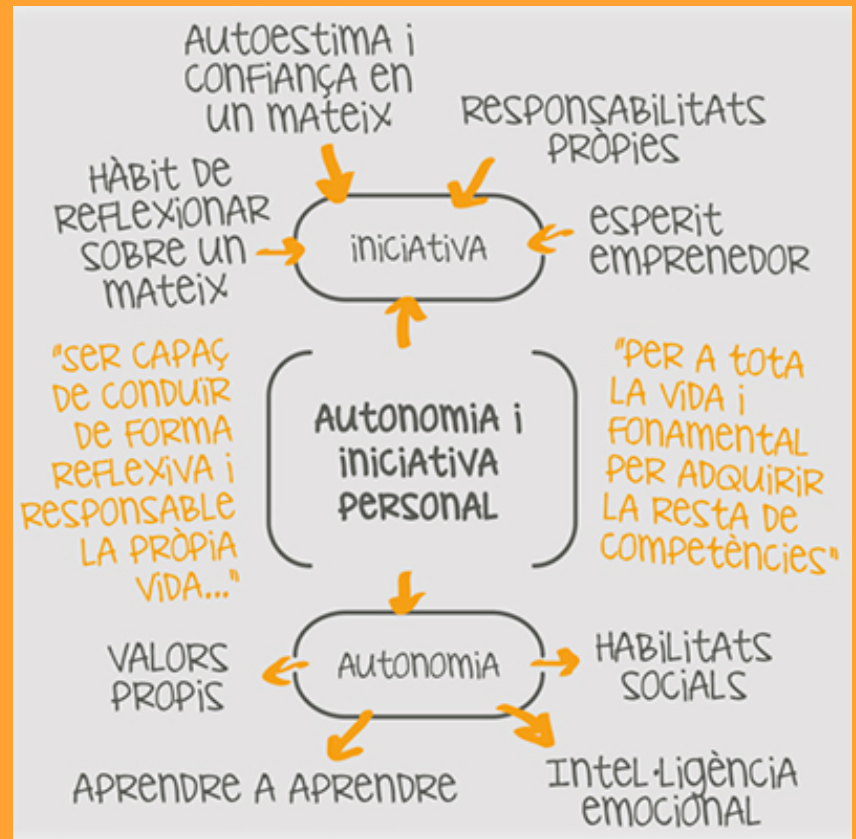
 EINA ORGANITZATIVA	 EINA PER A LA DIMENSIÓ PERSONAL
✓ Dades personals. ✓ Horari escolar. ✓ Informació professorat/material. ✓ Organització de tasques de dilluns a divendres. ✓ Organització del cap de setmana. ✓ Seguiment d'exàmens i treballs. ✓ Biblioteca per als llibres de lectura. ✓ Valoració del treball personal. ✓ Comunicats família-escola. ✓ Dades d'amics. ✓ Pàgines per a notes.	➤ Un espai per a reflectir setmanalment els propòsits, l'actitud positiva, les emocions i els valors. ➤ Cada mes l'agenda inclou una activitat específica de coaching educatiu per reflexionar sobre els propòsits, la motivació, les emocions, els valors... ➤ També facilita el seguiment de tasques i dels llibres de lectura amb autovaloració personal.

MARC CURRICULAR actual

Les competències bàsiques que s'hauran d'adquirir en finalitzar l'educació obligatòria són les següents (Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació primària, Annex I):



1. Competència comunicativa lingüística i audiovisual
2. Competència matemàtica
3. Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic
4. Competència artística i cultural.
5. Competència digital.
6. Competència social i ciutadana.
7. Competència d'aprendre a aprendre.
8. Competència d'autonomia, iniciativa personal i emprenedoria.



DETTALLS DE LA PLANA SETMANAL

novembre

! Aquesta setmana em proposo:

Reflectim petits propòsits

28 dilluns

Avui em sento 😊 😐 😞 😡

Tenim presents les emocions

29 dimarts

Avui em sento 😊 😐 😞 😡

Seguiment de les tasques

30 dimecres

Avui em sento 😊 😐 😞 😡

+

Aquesta setmana m'ha agradat:

Pensem en positiu

novembre

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30

1 dijous DESEMBRE

Avui em sento 😊 😐 😞 😡

2 divendres DESEMBRE

Avui em sento 😊 😐 😞 😡

3 dissabte DESEMBRE

4 diumenge DESEMBRE

matí

tarda

matí

tarda

Grafisme

Fortalesa o valor

Frase



EMPATIA

TRACTA ELS ALTRES
COM T'AGRADA QUE
ET TRACTIN A TU.

...

39



TALENT

Tots naixem amb un talent, que és el nostre regal.



PACIÈNCIA

La paciència és lenta, però dona bons fruits.



EXCEL·LÈNCIA

Facis el que facis, fes-ho bé.



AUTENTICITAT

No som perfectes, som únics.



CURIOSITAT

El més important és no deixar de fer-se preguntes.



CREATIVITAT

El més important és no deixar de fer-se preguntes.



RESILIÈNCIA

Mai, mai, mai no et rendeixes.



SUPERACIÓ

Caure està permès, aixecar-se és obligatori!



HÀBITS

És més important el que fas cada dia, que el que fas de tant en tant.



LES EMOCIONS ESTAN PRESENTS EN EL DIA A DIA...

ELS PETITS PROPÒSITS ENS AJUDEN A MILLORAR DIA A DIA...

gener



Aquesta setmana em proposo:

Avui em sento...



16

dilluns



Avui em sento...



DESTACAR ASPECTES POSITIUS....
CALENDARI DEL MES I SETMANA EN CURS...



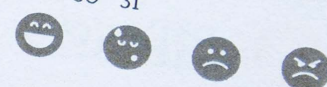
Aquesta setmana m'ha agradat:

19

dijous

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Avui em sento...



gener

								1
2	3	4	5	6	7	8		
9	10	11	12	13	14	15		
16	17	18	19	20	21	22		
23	24	25	26	27	28	29		
30	31							

20

divendres

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Avui em sento...





Activitats específiques orientades a l'autoconeixement (una cada mes)



Els meus estels

- Per a plantejar petits objectius.

La meva motilla

- Per a reflexionar sobre les emocions.

Perseguint somnis

- Per a pensar en desitjos.

Nous estels

- Per a plantejar nous petits objectius.

Una recepta de bons costums

- Per adquirir hàbits positius.

Què et fa crec-crec?

- Per reflexionar sobre el que creiem de nosaltres.

M'envio missatges

- Per a fomentar l'auto motivació.

Em posaré les ales de...

- Per a tenir presents els valors.

Com ha anat?

- Per a fer una valoració global del curs.

EXEMPLE: LA MEVA MOTXILLA



2. la meva motxilla

Les coses que et passen a classe, a casa, al pati... et fan sentir emocions que podràs reconèixer:

😊 ALEGRIA

😞 TRISTESA

😬 EMPIPAMENT

😊 AMABILITAT

😞 POR

😬 FÀSTIC

😮 SORPRESA

😊 GRATITUD

😞 VERGONYA

😊 AMOR

😊 TRANQUIL·LITAT

😞 ANGOIXA

Aquí tens dues motxilles. A dins has d'escriure o dibuixar les emocions que sents més sovint. Has de decidir en quina les posaràs. Tingues en compte que una motxilla pesa molt i no et deixa avançar i l'altra et dóna energia!



UF, COM PESAI!

Perquè pesi menys pots:

- Respirar profund.
- Explicar com et sents.
- Pensar en una cosa que t'agradi.



VISCA, EM DÒNA FORÇA!

Per omplir-la més pots:

- Somriure més.
- Buscar sempre solucions.
- Ajudar els altres.

novembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



Aquest mes...

Blank area for drawing or writing.

DIBUIX • IDEES • PROPÒSIT

EXEMPLE: PERSEGUINT SOMNIS



3. Perseguint somnis

Tens algun somni
que t'agradaria aconseguir?

Hi ha algun obstacle
o dificultat entre
tu i el teu somni?

En què t'esforçaràs
per aconseguir
el teu somni?

Per què creus que estàs
en el bon camí per aconseguir
el teu somni?

desembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
				1	2	3 4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



Aquest mes.



Tot el que necessites per al teu curs escolar

Tasques
diàries

Dades
personals de
l'alumne

Quadres
d'horaris de
classes i
extraescolars

Dades
del
professorat

Material
específic
matèries

Calendari
escolar anual

Seguiment
qualificacions
exàmens i
tasques

Seguiment
del treball
personal

Comunicats
família-escola

Biblioteca

Dades amics

Pàgines per
notes

CALENDARI ESCOLAR I DADES DE L'ALUMNE



Calendari escolar



setembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



desembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



març

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



juny

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



octubre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2		
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



gener

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



abril

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2		
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



juliol

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2		
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



novembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



febrer

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				



maig

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



agost

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

- Vacances de Nadal
- Vacances de Setmana Santa
- Vacances d'estiu

les meves dades

Nom i cognoms:

Adreça:

Població: C.P.

Nom del pare: Tel.

Nom de la mare: Tel.

E-mail pare/mare/tutor/a:

la meua escola

Nom: Grup:

Telèfon: E-mail:

Nom tutor/a:

Una mica sobre mi

El meu color preferit és

.....

M'encanta jugar a

.....

El meu plat preferit és

.....

El millor pla per
diumenge és

.....

Una canço que
m'agrada molt és

.....

L'animal que
més m'agrada és

.....

HORARI

Professors/Material

PROFESSORS QUE TINDRÉ AQUEST CURS:

MATERIAL ESPECÍFIC QUE HE DE PORTAR:

Horari escolar

[illegible]

COMUNICATS FAMÍLIA <-> ESCOLA



Comunicats família <-> escola

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

Comunicats família <-> escola

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

Data Assumptes

De a

Motiu

Resposta

Signatura emissor Signatura destinatari

SEGUIMENT DEL TREBALL PERSONAL



Seguiment del treball personal

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

Seguiment del treball personal

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

☐ No ha presentat els treballs de _____

☐ No ha portat el següent material _____

☐ No ha estudiat _____

☐ El seu comportament _____

☐ Et felicitem per _____

Data _____

Signatura mestre/a _____

Signatura pare/mare/tutor/a _____

SEGUIMENT EXÀMENS I TREBALLS



Seguiment exàmens i treballs 1r trimestre

MATÈRIA/TREBALL	DATA	QUALIFICACIÓ	VALORACIÓ PERSONAL	PUC MILLORAR SI...
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	

1r trimestre Seguiment exàmens i treballs

MATÈRIA/TREBALL	DATA	QUALIFICACIÓ	VALORACIÓ PERSONAL	PUC MILLORAR SI...
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	
			😊 😐 😞	

BIBLIOTECA - LLIBRES DE LECTURA



Biblioteca

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

120

Biblioteca

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

Títol

Autor/a Gènere

Editorial Any d'edició

M'ha agradat ☐ ☐ ☐ ☐

121

DADES AMICS



Dades amics

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

138

Dades amics

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

Nom Telèfon
Adreça
E-mail

139



CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES DE L'AGENDA

Dimensions
15 cm x 21 cm

Paper ecològic
De 90 grams



Cobertes
exterior de
polipropilè
translúcid

Espiral de
plàstic
transparent
d'alta
resistència

Troquelat a
una cantonada
de les pàgines
interiors de
l'agenda

Portades
personalitzades
a tot color en
cartolina de
300 grs.



PERSONALITZACIÓ EXTERIOR

OPCIÓ 1

LLIURE amb el vostre propi disseny

OPCIÓ 2

Disseny RINBOW personalitzat per a la vostra escola. Consulteu opcions i colors.

PERSONALITZACIÓ INTERIOR

FULLS INTERIORS

Podeu incorporar fulls amb continguts específics de la vostra escola.



UNA EINA AMB MÉS VALOR AFEGIT

ACTIVITATS GRUPALS

que posem a disposició de les escoles que utilitzen la **RINBOW**, gratuïtament.



RECURSOS PER A L'AULA

intel·ligència emocional

Autoconeixement

Actitud positiva i motivació

HABILITATS SOCIALS



RECURSOS AUDIOVISUALS,
DINÀMIQUES DE GRUP, JOCS, ACTIVITATS...

- 6 activitats (una per curs) • Recursos TIC i metodologies actuals
- Activitats cooperatives • Contrasenya privada d'accés per a cada centre

QUI SOM?

- **CoachingAgenda** és una nova línia d'agendes que neix en l'àmbit de l'educació i que combinen la **dimensió personal** amb la **funció organitzativa** que té una agenda.
- Incorporen recursos del coaching en el seu disseny amb la funció de progressar en l'**autoconeixement** i avançar en l'**autonomia i la iniciativa personal**.
- Aportem molt valor afegit a una eina "quotidiana", per a convertir-la en un referent positiu de creixement personal. L'**hàbit d'auto observació i descoberta d'un mateix** és un aprenentatge en constant evolució i es necessiten recursos que ajudin a desenvolupar-lo.
- Les nostres agendas introdueixen i normalitzen conceptes com **les emocions, els valors, els propòsits, l'actitud positiva o la motivació**. Són aprenentatges per a tota la vida.
- Tenim 4 models d'agenda: **RINBOW** (6-11 anys), **BAMBOO** (12-17 anys), **HUSKY** (18-25 anys) i **ALIGAE** (adults). Totes tenen la mateixa filosofia i un disseny cuidat i de qualitat que conviden a utilitzar-la.

DADES DE CONTACTE



Alfonso Lamolla Lamenca [director comercial]
alfonsolamolla@coachingagenda.com • 606 586 704

info@coachingagenda.com
www.coachingagenda.com

Av. Alcalde Porqueres 51B
25005 LLEIDA