SESIÓN EXPRÉS · DIDACCINE

UNA CLASE DE 50 MINUTOS, LISTA PARA USAR

Red en 50 minutos

Después de ver la película · 5º-6º de Primaria y 1º-2º de ESO · Tutoría, Ciencias o Música



Objetivo: nombrar lo que sentimos y encontrar qué nos calma.

¿Qué es?	Termómetro	Kit anti-panda	Mei y Ming	Salida
0'	5'	15'	30'	45' 50'

5 MIN

¿Qué es el panda? 0'-5'

Lluvia de palabras en la pizarra: ¿qué representa el panda rojo? Todas valen si se explican: emociones, pubertad, rabia, identidad...

10 MIN

Mi termómetro del panda 5'-15'

Cada alumno rellena en silencio la plantilla de abajo: del 1 al 5, cuánto le «despierta el panda» cada situación. Es personal: no se entrega ni se comparte.

15 MIN

Nuestro kit anti-panda 15'-30'

En grupos, cartel con cinco ideas para calmarse cuando la emoción sube: respirar, salir un momento, hablar con alguien, música, dibujar... Como Mei, que piensa en sus amigas.

¿Qué hacen Miriam, Priya y Abby que ayuda tanto?

15 MIN

Mei y Ming hablan 30'-45'

Por parejas, escribid un diálogo corto en el que Mei y su madre dicen lo que necesitan. Regla: ninguna culpa a la otra. Dos parejas lo representan.

5 MIN

Billete de salida 45'-50'

Anónimo, a la caja:

Algo que me calma cuando me agobio es...

Necesitas

- La lámina proyectada
- La plantilla del termómetro
- Cartulinas y rotuladores
- Una caja para los billetes

Adapta al curso

- **5º-6º:** céntrate en emociones y amistad.
- **1º-2º ESO:** añade expectativas familiares y fenómeno fan.
- **Ciencias:** enlaza con los cambios de la pubertad.

Cuidado

La película habla de pubertad y de la regla: trátalo con naturalidad y según las pautas del centro. Nadie tiene que contar nada personal ni enseñar su termómetro.

Evalúas

- **CPSAA:** nombra emociones y estrategias
- **CCL:** escribe un diálogo respetuoso
- **CC:** coopera en el cartel

Si no la han visto

Pon el tráiler y presenta a los personajes con la lámina: el kit anti-panda funciona igual.

RECORTA · MI TERMÓMETRO DEL PANDA (SOLO PARA TI)

Un examen sorpresa ① ② ③ ④ ⑤

Que se rían de mí ① ② ③ ④ ⑤

Bailar delante de otros ① ② ③ ④ ⑤

Que me digan que no ① ② ③ ④ ⑤

Una buena noticia ① ② ③ ④ ⑤

Otra: _____ ① ② ③ ④ ⑤

¿Quieres más de una sesión?

Unidad completa, cuaderno del alumno y paradas para la app DidacCine Aula, gratis en **didacine.com/red**

DidacCine
Cine que enseña