

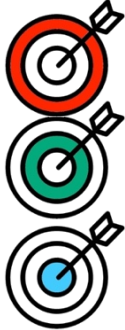


Ámbito	SEMANA VOCACIONAL
Recurso	tutoría INFANTIL: RISA
Horas	45-50'
Ejes PATV	Testimonios y Proyecto de Vida
Guion de Desarrollo	<p>Bloque 01: Entrando en faena</p> <p>1.1. Motivación</p> <p>1.2. Situando el tema</p> <p>Bloque 02: Abriendo nuestra mente</p> <p>2.1. Introducción-motivación</p> <p>2.2. Abriendo nuestra mente</p> <p>Bloque 03: Tomando la vida en mis manos</p> <p>3.1. Introducción-motivación</p> <p>3.2. Tomando la vida en mis manos</p> <p>Bloque 04: oración-celebración</p>
Materiales para fotocopiar	<ul style="list-style-type: none"> • Doc 1: emoticono risa
Otros materiales (siguiendo el guion)	



Situándonos ante la propuesta

En la sesión ofrecemos tres bloques de trabajo y dentro de cada uno diferentes alternativas para que se puedan elegir las que resulten más convenientes:



El primer bloque **“ENTRANDO EN FAENA”** irá destinado a crear el ambiente necesario en el aula para situarnos en nuestro trabajo. Se explica, que se propone en cada sesión y cuáles son los objetivos que se persiguen en cada sesión

El segundo, **“ABRIENDO NUESTRA MENTE”** sería el centro de la sesión en sí: la oración, dinámica o cuento que se proponga en cada caso.

El tercero, **“TOMANDO LA VIDA EN MIS MANOS”** es la conclusión/reflexión que se propone para realizar al finalizar cada sesión.

DESARROLLO

Bloque 1: ENTRANDO EN FAENA

1.1. MOTIVACIÓN

Presentaremos el cartel del lema de la semana vocacional y el nuestro específico de MARISTA. Les explicaremos que poco a poco iremos descubriendo lo que esconde la palabra marista, porque está llena de sorpresas.

1.2. SITUANDO EL TEMA: SOMOS MARISTAS Y NOS REÍMOS

1.2.1 ¿PORQUÉ ES IMPORTANTE REIR?

A nivel fisiológico, la risa ayuda a los niños a regular su aparato digestivo e intestinal. Por esta razón puede ser más frecuente que los niños que se ríen más, tienen menos complicaciones o malestares estomacales e intestinales (estreñimiento, diarrea, etc) claro que esto dependerá también de otros factores como alimentación, estado de salud general del bebé, momento día, etc.

Por otra parte, los músculos del rostro y del abdomen se relajan al sonreír, por lo que se considera a la risa un inhibidor de las tensiones.

Además, la risa fortalece el corazón y mejora el sistema inmunológico.

Tampoco debemos dejar de lado que, al reírnos, la risa libera una sustancia llamada endorfinas, que producen bienestar y placer.





Desde el punto de vista cognitivo, la risa aumenta la creatividad, la memoria y el aprendizaje en general, puesto que el cerebro se encuentra más oxigenado e irrigado.

Desde el punto de vista emocional y social, la risa ayuda a liberar tensiones y es una forma de comunicar las alegrías y felicidad del niño. En pocas palabras la risa funciona como una terapia antiestrés.

Trabajamos esta sesión porque la risa nos une, hace grupo y nos permite ser felices. "Dios no quiere gente triste"

Y ADEMÁS... ES DIVERTIDO 😊

Bloque 2: ABRIENDO NUESTRA MENTE



2.1 MOTIVACIÓN

VAMOS A HACER UNA SESIÓN CON VARIOS JUEGOS Y DINÁMICAS DE RISOTERAPIA (obviamente no hay que hacerlos todos, los que más nos gusten o pensemos que motivaran a los niños)

- Muecas en círculos

Nos colocamos en círculo, y el que inicia el juego le pasa al de su derecha la mueca más estrafalaria que se le ocurra, y éste al de al lado, así sucesivamente hasta llegar al primero. Uno por uno vamos realizando la ronda de gestos ridículos y os puedo asegurar que las carcajadas están aseguradas, y como ya se sabe, la risa es contagiosa, y nos produce una gran de felicidad.

- Panza de almohada

Para hacer en grupo. Todos se acuestan de lado en el suelo, recostando su cabeza en el abdomen de un compañero. Se forma una rueda para que todos queden iguales. Uno comienza a reír a carcajadas. Se va transmitiendo la risa por contagio y por sentir cómo se mueven los estómagos al reír.

- Risa bailable

Para hacer en grupo. Se baila en pareja una música alegre elegida por el guía, mientras ríen y ríen. Van cambiando de pareja sin dejar de reír.

- Toque toque

Para hacer en grupo. Caminar por el aula sin rumbo fijo y sin tropezar, pero tocando los hombros de alguien, mientras ríe a carcajadas. Debe cambiar de persona tocada constantemente, pero nunca quedarse sin tocar el hombro de nadie.

- Punta de pie

Para hacer tanto en grupo como solo. Se ponen de puntillas y levantan los brazos al mismo tiempo riendo fuerte con la sílaba "JA". Se mantienen así unos segundos y sueltan ambos brazos de golpe, pisando ya normalmente. Repiten lo mismo con todas "JE", "JI", "JO" y "JU".

- Cosquillas

Para hacer en grupo. La risa causada por cosquillas, es la forma de risa más primitiva. Las zonas más cosquillosas, axilas, flancos, cuello, cuando reciben cosquillas, envían a través de las terminaciones nerviosas de la piel, impulsos eléctricos al sistema nervioso central, lo que desata una reacción en la región cerebral.



Por tal motivo, muy pocas personas pueden resistir a esta técnica infalible para reír. Se hace en grupo, quizás en rueda, o en dos filas una frente a la otra.

Bloque 3: TOMANDO LA VIDA EN MIS MANOS



3.1. MOTIVACIÓN

Hablamos sobre lo que ha pasado antes, cuánto nos hemos reído, qué nos ha hecho más gracia...

3.2. TOMANDO LA VIDA EN MIS MANOS

Pintamos el emoticono de la risa, lo recortamos y o bien le ponemos una cinta o cuerda y se lo cuelga cada niño a modo de collar o bien podemos ponerle por detrás un palo de los de polo o similar y se lo regala cada niño a su compañero de la derecha, en este caso podemos decirles que “lo mejor de la risa es compartirla”.

Y además, la sonrisa es “la línea curva que todo lo endereza”. Una sonrisa a tiempo arregla muchas cosas y es una gran muestra de cariño y empatía.

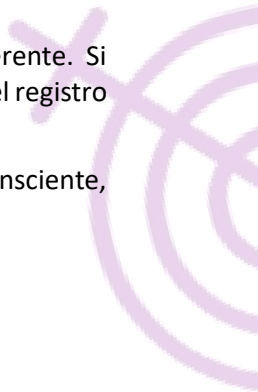


Bloque 4: Oración-celebración (15-30 minutos)

En este último bloque, seleccionamos algunos de los recursos de oraciones que ya tenemos a nuestra disposición. Según el itinerario que hayamos elegido en esta convivencia/tutoría, enganchará mejor una que otra, pero las que aquí ofrecemos están relacionadas con lo desarrollado.

Algunas indicaciones:

1. Lo primero será ver si conviene mejor hacer la oración al inicio o al final de esta sesión. Si se realizara en dos días distintos pueden escogerse dos recursos diferentes y plantear su mejor ubicación.
2. Resulta conveniente hacer notar a los chavales que estamos en un momento diferente. Si podemos utilizar el oratorio o la capilla del colegio, pues genial. Si no, cambiar un poco el registro para que los chavales entren a lo queremos proponerles.
3. Siempre es bueno empezar con un momento tranquilo de relajación, de respiración consciente, de poner una postura cómoda, de pararnos y hacer ambiente externo e interno.
4. Comenzamos reunidos ante Aquél que nos convoca: En el nombre del Padre...



Recursos (tomados de las oraciones de la semana vocacional para primaria):

CATEGORÍA	ORACIÓN
EVANGELIO	2. Hágase en mí según tu Palabra 4. Tesoro escondido
CUENTOS, RELATOS	3. El árbol ruiseñor 5. El pingüino
CANCIONES	2. El mayor tesoro del mundo
MARISTA	1. Champagnat, nuestro modelo 4. Marcelino, esfuerzo y voluntad
ORACIONES	7. La vida es... 10. Jesús