



TUTORÍA DE CUARESMA 2020 PON TU CORAZÓN EN OBRAS

1. Previo:

1. Se recomienda hacer la tutoría antes del primer domingo (1 de marzo) para que sirva de motivación y para presentar el tiempo que vamos a comenzar a vivir y cómo prepararnos para él.
2. Se presenta la tutoría en clave de interioridad por lo que recomendamos que se prevea con anterioridad los diferentes momentos, el espacio y la ubicación de la sesión.
3. En la tutoría se trabajará con el cartel motivacional (corazón de piedra). Las paradas se trabajarán los lunes en la oración y se quitarán trozos de corazón de piedra. A lo largo de la cuaresma se mostrará poco a poco el corazón que hay escondido.
4. Es recomendable tener el corazón (cartel) para la tutoría.

2. Objetivos:

- Motivar el tiempo litúrgico del Cuaresma y su sentido en relación con la Semana Santa.
- Concretar la vivencia personal cristiana en el compromiso de la Cuaresma.
- Desarrollar la idea principal del cartel/dibujo de cada propuesta mediante las experiencias del alumnado en Cuaresma.

3. Contenidos:

- Dimensión Corporal: Trabajo la quietud en mi cuerpo.
- Dimensión Psicológica: Me planteo opciones de cambio en mi vida.
- Dimensión Social: comparto mi opinión.
- Dimensión Espiritual: Descubro cómo Dios está conmigo en mis gestos de amor.

4. Material:

- Doc. 01: Cuento "Un espejo en el corazón"
- Cartel del "Camino a la cruz"
- Folios o retales de colores
- Música

5. Desarrollo

SILENCIO IN (5 minutos)

A tener en cuenta: (Es el momento inicial en el que el educador sitúa al grupo-clase en el espacio y presenta la sesión. Se pretende armonizar al alumnado con el silencio de forma que todas las sesiones se identifiquen con un momento de escucha interior y exterior. También puede ser ideal presentar una palabra y/o un símbolo que nos ayudará a aproximarnos a lo que vamos a trabajar.)

Es el momento en el que el educador sitúa al grupo-clase en el espacio y presenta la sesión. Se pretende armonizar al alumnado con el silencio. Puede ser ideal presentar EL CARTEL como símbolo que nos ayudará a aproximarnos a lo que vamos a trabajar.

Podemos poner un vídeo de fondo o música tranquila para invitar a los alumnos a sentarse en asamblea en un ambiente de silencio o música de relajación que tenga el profesor.

SECRETO IN (5 minutos)

A tener en cuenta: (En este segundo momento de la sesión se realiza una introducción explicativa en la que el educador descubre un «secreto» al grupo en forma de búsqueda personal y grupal.)

Para el profesor: Con el corazón como referencia, que se irá despojando de lo malo poco a poco, trataremos de descubrir qué actitudes buenas son las que están escondidas en el corazón, poder moverlo por el camino viendo las paradas que nos ofrece la cuaresma e ir cambiando el corazón de piedra por el de verdad.

La Cuaresma es un tiempo en el que nos pararemos para revisar nuestro corazón, despojarnos de lo superficial y descubrir lo esencial de nuestra fe.

El secreto: el secreto está en el cambio, despojarnos de lo malo.

Símbolo: corazón de piedra

Gesto: Podemos poner el vídeo de los latidos del corazón y cada alumno poner su mano en su corazón. Que intenten notar como late su corazón.

Vídeos de latidos del corazón

https://www.youtube.com/watch?v=K24qj_cjhJg&frags=pl%2Cwn

<https://www.youtube.com/watch?v=SwO2dKvPzDU&frags=pl%2Cwn>

EXPERIMENTOS IN (20 minutos)

A tener en cuenta: (Serán las acciones que realizar. Es la parte central de la sesión. Será el momento de mayor duración e intensidad, el más importante y sobre el que descansa el aprendizaje.)

a) Escuchamos o vemos el cuento.

Cuento: así es mi corazón. ¿Cómo es tu corazón?

<https://www.youtube.com/watch?v=u8eARhKMORw>

Para la clase, en asamblea: Cada persona tiene que pensar en alguna actitud negativa que hace que su corazón sea un poco de piedra y que desean cambiar en su día a día. Cada semana haremos una parada y en la oración de la mañana daremos gracias por nuestras propias causas de cambio.

b) Entregamos a los alumnos un corazón en blanco y ellos lo tienen que colorear o rellenar de cosas felices, de todo lo que puede hacer para vivir felices

Posibilidades:

- Llenarlos de caritas sonrientes
- colorearlos
- llenarlos de gomets
- poner nombres de personas que les hacen felices
- ...

Poso IN (10 minutos)

A tener en cuenta: (Parte final de la sesión, con la que se pretende encontrar un momento de quietud y silencio que deje resonar internamente lo vivido)

Mostramos a los alumnos el cartel que nos va acompañar en esta Cuaresma. Un corazón de piedra, sin sentimientos, un poco feo.

Dialogamos con los alumnos:

- ¿Qué le pasa al corazón?
- ¿Por qué está así? ¿Qué ha podido hacer para estar así?
- ¿Le podemos ayudar? ¿Cómo?
- En ocasiones, hay personas a nuestro alrededor que tienen los corazones así, como el que vemos, y también nos puede pasar a nosotros cuando realizamos algo mal.
- A veces se nos olvida que nosotros tenemos un corazón muy bueno.

Charla IN (10 minutos)

A tener en cuenta: (Para favorecer la interiorización de lo experimentado, se puede acompañar de un momento para comentar en grupos o asamblea esos descubrimientos que hemos realizado.)

En asamblea, dejamos que algunos alumnos comenten la respuesta de las preguntas.

Comparten las cosas buenas que tiene su corazón y su compromiso de querer sacar todo lo bueno.

Eco IN (5 minutos)

A tener en cuenta: (Se trata de una fase post-sesión. Con las sesiones de Interioridad vamos buscando que tengan calado las experiencias IN en nuestros alumnos y que les ayude a profundizar en su vida, lógicamente siempre adaptado a su nivel. Para ello volvemos a rescatar la palabra, gesto, símbolo o producto de la sesión.)

Les invitamos a realizar varias respiraciones profundas y lentas, tomando aire por la nariz y soltándolo por la boca. Luego respiramos como necesite nuestro cuerpo. Les pedimos que cierren los ojos un minuto con música tranquila de fondo.

Pensamos qué les ha gustado más, dónde se han sentido más o menos felices o a gusto.

Y dejamos que retengan en sus cabecitas la imagen de ese corazón bueno.