



TUTORÍA DE CUARESMA

Monigote

1. Previo:

1. Se recomienda hacer la tutoría antes del primer domingo de cuaresma (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 (el monigote lleno de situaciones negativas y al principio del camino), en el resto de partes y paradas se trabajarán los lunes en la oración y se trabajará la parte del muñeco correspondiente con las actitudes que se vaya a trabajar.
4. Es recomendable tener el monigote (cartel) hecho para la tutoría.
5. El tiempo puesto en cada parte es orientativo.

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 Jesús está conmigo en mis actitudes de cambio.

4. Material:

- Doc. 01. Cuento "El monigote de papel"
- Cartel del "Camino a la cruz" (no hay documento)
- Doc. 02. Monigotes individuales para cada alumno.
- Música (opcional por el profesor)

1. Desarrollo

SILENCIO IN (10 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.)

Invitamos a los alumnos a que se sienten en sus mesas y cierren los ojos. A continuación, ponemos una bolita de papel delante de cada niño. (periódico o folio)

Realizaremos un ejercicio de control de respiración con la bolita de papel.

Vamos indicando los pasos a los alumnos:

- Abrir los ojos y encontraréis una pelota de papel delante de vosotros.
- Llenar nuestros pulmones para ir soltando poco a poco el aire por la boca hasta que podamos mover la bolita de papel.
- El objetivo es controlar nuestro impulso en el momento de soltar el aire por la boca. Tenemos que hacerlo poco a poco para que la pelota no se pierda.
- Si se nos cae la pelota, empezamos de nuevo.

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 monigote como referencia, que se irá completando poco a poco, trataremos de descubrir qué podemos hacer nosotros, qué actitudes debemos cambiar, igual que el monigote lo podemos modificar de triste a alegre, poder moverlo por el camino viendo las paradas que nos ofrece la cuaresma y al final nos encontremos con la cruz con vistas a la resurrección.

Para la clase, en asamblea: Cada persona tiene que pensar en alguna actitud negativa 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.

El secreto: el secreto está en el cambio.

Símbolo: presentamos el itinerario por donde se va a mover el monigote y las paradas que vamos a ir haciendo, relacionándolas con el calendario y el cambio del monigote.

Gesto: podemos ponernos caras positivas en las agendas cada vez que se trabaje una parte del monigote y lo vayamos moviendo por la línea del tiempo.

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) **Juego:** aprender las emociones con los emoticonos.

El juego consiste en repartir tarjetas a cada alumno con un emoticono. Cada tarjeta tiene un emoticono diferente expresando una emoción. Los alumnos tienen que imitar el emoticono que le ha tocado y el resto de los compañeros tienen que averiguarlo.

- b) **Lectura del cuento “EL MONIGOTE DE PAPEL”**

Hacemos silencio, contemplamos nuestro monigote y en calma escuchamos la siguiente historia. (Doc. 1)

- c) **Dialogamos sobre la historia:**

¿Quién es el protagonista? ¿Qué le ocurre? ¿Qué otros personajes aparecen?

¿Os ha gustado el cuento?

¿Cómo podemos ayudarle nosotros?

¿Nos parecemos nosotros a este monigote cuando estamos enfadados, cuando nos insultamos, nos peleamos con los demás?

¿No será que nosotros a veces también estamos tristes y oscuros como este muñeco?

¿Qué podríamos hacer para cambiar?

Para ayudarle, ¿qué os parece si le damos un poco de nuestra alegría, que le dará color y luz?

Poso IN (15 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)

Manualidad: habrá varias fichas con un dibujo de un monigote. (Podrán recortarlo los alumnos mayores) o se les da recortado (para los más pequeños). Lo colorean y ponen su nombre. Lo pueden ir coloreando por partes a medida que el profesor va comentando las siguientes frases:

- “Queremos ponerle unas piernas y pies para que pueda andar e ir a donde le necesitan”.
- “Queremos ponerle unos brazos y manos para que pueda abrazar y acariciar a las personas que quiere”.
- “Le vamos a poner una cabeza con sus ojos bien abiertos para poder mirar con ternura. Unas orejas para escuchar a su alrededor y una boca bien grande para sonreír a todos”.
- “Por último un corazón bien grande donde quepa todo el mundo”.

Charla IN (5 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.)

Reflexión:

¿A qué ha quedado más bonito y más alegre que antes?

¿Qué ha cambiado en nuestro muñeco?

Dejamos un momento para que los alumnos hablen

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.

Comentamos 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 monigote que queremos ser para ofrecer de su amor a todos los que estén tristes o porque quieren verlos sonreír.