

SMILE FROM THE HEART / LE SOUVIRE DU CŒUR  
 LÄCHELN VON HERZEN / SORRISO DO CORAÇÃO  
 SONRÍE DE CORAZÓN / SORRISO DAL CUORE

1. INTRODUCCIÓN: SONRÍE DE CORAZÓN.
2. BIBLIA: CORAZÓN / DE CORAZÓN. AT Y NT.
3. IGLESIA. ENCÍCLICA, EXHORTACIÓN.
4. EN LOS DOCUMENTOS Y PROYECTOS MARISTAS.
5. IDEAS FUERZA - POR MESES.
6. CARTEL



## ➔ I. Introducción

*“El secreto, querida Alicia, es rodearse de personas que te hagan sonreír el corazón .  
 Es entonces y sólo entonces que estarás en el País de las maravillas”.*

Durante el curso 2022-2023, el lema educativo propuesto por la Región Marista de Europa nos invita a caminar juntos, sonriendo de corazón. Con franqueza y sencillez, acogida fraterna y autenticidad. A mirar a los demás, al mundo, a Dios, con alegría y desde lo más profundo de nosotros.

Desde el ámbito educativo, queremos dar al lema «Sonríe de corazón» un enfoque que nos acerque de forma integral a cada cual, abarcando todas las dimensiones y ámbitos de la persona; considerando desde la parte aparentemente más externa (sonrisa, buen ambiente, buen humor, optimismo, relaciones sanas, fiesta y celebración...) hasta la más interna (acogida, cariño sincero, poner el corazón, poner el alma, desde dentro, con autenticidad, con transparencia, tal como somos, desde nuestra diversidad...).



### SONRÍE (DE CORAZÓN).

No hay ningún otro gesto como la sonrisa, universal y entendida en cualquier idioma, que transmita tanta confianza y positividad. Socialmente la sonrisa es un medio efectivo y poderoso: ayuda en la vida profesional, en las relaciones sociales, refleja una actitud positiva y refuerza la confianza ante los demás y con nosotros mismos.

Además, al reír liberamos endorfinas que nos hacen sentirnos más felices y menos estresados. Encima es gratis y resulta una acción placentera.

La risa aporta beneficios para la salud, activa el sistema respiratorio, el neurológico y el cardiovascular:

- **Activa el organismo.** Reír es una acción espontánea que, al interrumpir el ritmo de la inhalación y exhalación, activa el sistema respiratorio y favorece la oxigenación de las células, lo que también activa el sistema neurológico.
- **Mejora el sistema cardiovascular.** Sonreír es una acción que libera endorfinas, lo que favorece la vasodilatación. Al reír, la parte interna de los vasos sanguíneos (el endotelio), tiende a relajarse y se facilita la circulación de la sangre.
- También se libera **óxido nítrico**, un potente vasodilatador que mejora la circulación.
- **Es un buen antídoto contra el estrés.** Las endorfinas y la serotonina que liberamos al reír nos hacen sentirnos más felices y menos estresados, resultándonos vitales para nuestro buen estado de ánimo. No hay mejor método para relajarse que una buena carcajada.
- **Otros beneficios** de la sonrisa para la salud: mejora la digestión; activa la musculatura; mejora la piel; ayuda al sistema inmunológico, así como a incrementar el colesterol 'bueno'.

El acto de sonreír es connatural al ser humano, e involuntario en muchos casos. Nos sirve a lo largo de la vida como defensa y apoyo a la supervivencia, como contacto universal, como un reflejo, un cardiovascular; esto hace que actúe como vasodilatador y al mismo tiempo libere cortisol y serotonina produciendo efectos analgésicos y calmantes.

Sonreír, incluso en situaciones de estrés o en las que quizás uno no se sienta bien, produce un efecto biológico que impulsa a ver las cosas desde un punto de vista positivo y productivo hacia uno mismo. Por lo tanto, si para tener una buena salud del corazón hay que mantener buenos hábitos, el buen humor es fundamental. En el encuentro con los otros, además, es como la grasa que ayuda al movimiento de los engranajes, hace de tarjeta de presentación, distiende, provoca cercanía y un ambiente propicio al diálogo.

### (SONRÍE) DE CORAZÓN

Como veremos en las siguientes motivaciones, al decir 'de corazón', no nos estamos refiriendo al órgano en sí, por muy importante que sea, sino que hablamos de lo que también supone un lenguaje universal al señalarlo. '**De corazón**', entendido como:

- Con cariño y confianza.
- De forma cariñosa, bondadosa.
- Pensando en ello, centrados en ello.
- Con sentimientos, emociones.
- Con apasionamiento
- Sinceramente, con autenticidad.
- Desde dentro, desde lo más profundo.
- Con honestidad y franqueza.
- Desde lo que somos y lo que vivimos.



## 2. Biblia: Corazón / de Corazón

La mayoría de las veces que encontramos el término “**corazón**” en la Biblia, no se refiere al órgano biológico. Cuando la Biblia habla del corazón, se está refiriendo al interior de la persona (1 Pedro 3,3-4). **El corazón es quién es realmente la persona** (Proverbios 23,7a).

**Es en el corazón donde:**

- **Se piensa, se medita y reflexiona:** “Entonces Abraham se postró sobre su rostro y se rió, y dijo en su corazón: ¿A un hombre de cien años le nacerá un hijo? ¿Y Sara, que tiene noventa años, concebirá?” (Gn. 17,17); “no traméis en vuestro corazón el mal uno contra otro, ni améis el juramento falso; porque todas estas cosas son las que odio” (Zac. 8,17). “Pero María guardaba todas estas cosas, meditándolas en su corazón” (Lc. 2,19).
- **Se asientan las emociones:** “Y su corazón se entusiasmó en los caminos del Señor, y además quitó de Judá los lugares altos y las Aseras” (2 Cr. 17,6); “he aquí, mis siervos darán gritos de júbilo con corazón alegre, mas vosotros clamaréis con corazón triste, y con espíritu quebrantado gemiréis” (Is. 65,4); “No se turbe vuestro corazón; creed en Dios, creed también en mí” (Jn. 14,1); “Es justo que yo sienta esto acerca de todos vosotros, porque os llevo en el corazón, pues tanto en mis prisiones como en la defensa y confirmación del evangelio, todos vosotros sois participantes conmigo de la gracia. Porque Dios me es testigo de cuánto os añoro a todos con el entrañable amor de Cristo Jesús” (Flp. 1,7-8) “¿No ardía nuestro corazón cuando nos explicaba las Escrituras por el camino?” .
- **Se encuentra motivación para nuestras actividades:** “Entonces llamó Moisés a Bezaleel y a Aholiab y a toda persona hábil en quien el Señor había puesto sabiduría, y a todo aquel cuyo corazón le impulsaba a venir a la obra para hacerla” (Ex. 36,2); “Disponed ahora vuestro corazón y vuestra alma para buscar al Señor vuestro Dios (...)” (1 Cr. 22,19).

**Dios cambia el corazón** (Ez. 36,26) y nos invita a que ese **cambio - conversión** parta de nosotros mismos, **pasar de un corazón “de piedra”, a un corazón “de carne”**.

**Dios mira, nos mira, en lo que somos auténticamente, y allí se dirige al hablarnos** (1 Samuel 16,7)

### EN EL ANTIGUO TESTAMENTO

- **Génesis 21:6.** "Sara dijo: «Dios me ha hecho reír, y todos los que se enteren se reirán también.»"
- **1 Samuel 16, 7.** "Pero Dios dijo a Samuel: «No mires su apariencia ni su gran estatura, porque lo he descartado. Pues la mirada de Dios no es la del hombre; el hombre mira las apariencias, pero Dios mira el corazón.»"
- **Ezequiel 36, 26.** "Os daré un corazón nuevo y os infundiré un espíritu nuevo. Quitaré de vuestra carne ese corazón de piedra y os daré un corazón de carne."
- **Salmos 19, 9.** "Las ordenanzas del Señor son rectas y para el corazón son alegría. Los mandamientos del Señor son claros y son luz para los ojos."
- **Salmos 126, 2.** "Nuestra boca se llenaba de risa y nuestra lengua de gritos de alegría. Entonces entre los paganos se decía: “¡Qué grandes cosas no ha hecho el Señor por ellos!”"
- **Proverbios 4, 20-23 .** "¡Hijo mío, pon atención a mis palabras, oye bien mis discursos! Tenlas presentes en el espíritu, guárdalas en lo más profundo de tu corazón. Porque son vida para el que las acoge, son un remedio para el cuerpo. Primero que nada, vigila tu corazón, por que en él está la fuente de la vida."
- **Proverbios 12, 25.** "Una pena profunda debilita las energías, una buena noticia devuelve la alegría."
- **Proverbios 17,22.** "El buen humor hace bien al organismo; si el espíritu está triste los nervios se deprimen."
- **Job 8:21.** "Tu boca aún se llenará de risa, se verá en tus labios la alegría."
- **Eclesiastés 3, 12.** "Vi entonces que su verdadero bien es la alegría y hacer el bien durante su vida."

## EN EL NUEVO TESTAMENTO

- **Lucas 2, 10.** "Pero el ángel les dijo: No tengan miedo, pues yo vengo a comunicarles una buena noticia, que será motivo de mucha alegría para todo el pueblo."
- **Juan 15, 10-11.** "Si cumplen mis mandamientos, permanecerán en mi amor, como yo he cumplido los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor. Les he dicho todas estas cosas para que mi alegría esté en ustedes y su alegría sea completa."
- **Hechos 20, 35.** "Con este ejemplo les he enseñado claramente que deben trabajar duro para ayudar a los débiles. Recuerden las palabras del Señor Jesús: «Hay mayor felicidad en dar que en recibir»"
- **Romanos 12, 14-17.** "Bendigan a quienes los persigan: bendigan y no maldigan. Alégrese con los que están alegres, lloren con los que lloran. Vivan en armonía unos con otros. No busquen grandezas y vayan a lo humilde; no se tengan por sabios. No devuelvan a nadie mal por mal, y que todos puedan apreciar sus buenas disposiciones."
- **2 Corintios 9,7.** "Cada uno dé según lo que decidió personalmente, y no de mala gana o a la fuerza, pues Dios ama al que da con corazón alegre."
- **1 Pedro 3, 3-4.** "No se preocupen tanto por lucir peinados rebuscados, collares de oro y vestidos lujosos, todas cosas exteriores, sino que más bien irradie de lo íntimo del corazón la belleza que no se pierde, es decir, un espíritu suave y tranquilo. Eso sí que es muy precioso ante Dios."



### 3. iglesia: enciclica fratelli tutti.-

24. (...) se crean nuevas barreras para la autopreservación, de manera que deja de existir el mundo y únicamente existe «mi» mundo, hasta el punto de que muchos dejan de ser considerados seres humanos con una dignidad inalienable y pasan a ser solo «ellos». Reaparece **«la tentación de hacer una cultura de muros, de levantar muros, muros en el corazón, muros en la tierra para evitar este encuentro con otras culturas, con otras personas. Y cualquiera que levante un muro, quien construya un muro, terminará siendo un esclavo dentro de los muros que ha construido, sin horizontes.** Porque le falta esta alteridad»
55. Invito a la esperanza, que «nos habla de una realidad que está enraizada en lo profundo del ser humano, independientemente de las circunstancias concretas y los condicionamientos históricos en que vive. **Nos habla de una sed, de una aspiración, de un anhelo de plenitud, de vida lograda, de un querer tocar lo grande, lo que llena el corazón y eleva el espíritu hacia cosas grandes, como la verdad, la bondad y la belleza, la justicia y el amor.** [...] La esperanza es audaz, sabe mirar más allá de la comodidad personal, de las pequeñas seguridades y compensaciones que estrechan el horizonte, para abrirse a grandes ideales que hacen la vida más bella y digna». Caminemos en esperanza.
61. Hay una motivación para ampliar el corazón de manera que no excluya al extranjero, que puede encontrarse ya en los textos más antiguos de la Biblia. Se debe al constante recuerdo del pueblo judío de haber vivido como forastero en Egipto:  
 «No maltratarás ni oprimirás al migrante que reside en tu territorio, porque ustedes fueron migrantes en el país de Egipto» (Éx 22,20).  
 «No oprimas al migrante: ustedes saben lo que es ser migrante, porque fueron migrantes en el país de Egipto» (Éx 23,9).  
 «Si un migrante viene a residir entre ustedes, en su tierra, no lo opriman. El migrante residente será para ustedes como el compatriota; lo amarás como a ti mismo, porque ustedes fueron migrantes en el país de Egipto» (Lev 19,33-34).  
 «Si cosechas tu viña, no vuelvas a por más uvas. Serán para el migrante, el huérfano y la viuda. Recuerda que fuiste esclavo en el país de Egipto» (Dt 24,21-22).  
 En el Nuevo Testamento resuena con fuerza el llamado al amor fraterno:  
 «Toda la Ley alcanza su plenitud en un solo precepto: Amarás a tu prójimo como a ti mismo» (Gál 5,14).  
 «Quien ama a su hermano permanece en la luz y no tropieza. Pero quien aborrece a su hermano está y camina en las tinieblas» (1 Jn 2,10-11).  
 «Nosotros sabemos que hemos pasado de la muerte a la vida, porque amamos a los hermanos. Quien no ama permanece en la muerte» (1 Jn 3,14).  
 «Quien no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios, a quien no ve» (1 Jn 4,20).
84. (...) «Fui forastero y me recibieron» (Mt 25,35). Jesús podía decir esas palabras porque **tenía un corazón abierto que hacía suyos los dramas de los demás.** San Pablo exhortaba: **«Alégrese con los que están alegres y lloren con los que lloran»** (Rom 12,15). Cuando el corazón asume esa actitud, es capaz de identificarse con el otro sin importarle dónde ha nacido o de dónde viene. Al entrar en esta dinámica, en definitiva experimenta que los demás son «su propia carne» (Is 58,7).
89. (...) el amor que es auténtico, que ayuda a crecer, y las formas más nobles de la amistad, residen **en corazones que se dejan completar. La pareja y el amigo son para abrir el corazón en círculos, para volvernos capaces de salir de nosotros mismos hasta acoger a todos.** (...)
134. Por otra parte, **cuando se acoge de corazón a la persona diferente, se le permite seguir siendo ella misma, al tiempo que se le da la posibilidad de un nuevo desarrollo.** (...)
194. (...) «¿Qué es la ternura? Es el amor que se hace cercano y concreto. Es un movimiento que procede del corazón y llega a los ojos, a los oídos, a las manos. [...] La ternura es el camino que han recorrido los hombres

y las mujeres más valientes y fuertes». En medio de la actividad política, «**los más pequeños**, los más débiles, los más pobres deben enternecernos: tienen “derecho” de llenarnos el alma y el corazón. Sí, ellos son nuestros hermanos y como tales tenemos que amarlos y tratarlos».

- 243.** Es cierto que «*no es tarea fácil superar el amargo legado de injusticias, hostilidad y desconfianza que dejó el conflicto. Esto solo se puede conseguir venciendo el mal con el bien (cf. Rom 12,21) y mediante el cultivo de las virtudes que favorecen la reconciliación, la solidaridad y la paz*». De ese modo, «**quien cultiva la bondad en su interior recibe a cambio una conciencia tranquila, una alegría profunda aun en medio de las dificultades y de las incomprendimientos. Incluso ante las ofensas recibidas, la bondad no es debilidad, sino auténtica fuerza, capaz de renunciar a la venganza**». (...)
- 277.** La Iglesia valora la acción de Dios en las demás religiones, y «*no rechaza nada de lo que en estas religiones hay de santo y verdadero. Considera con sincero respeto los modos de obrar y de vivir, los preceptos y doctrinas que [...] no pocas veces reflejan un destello de aquella Verdad que ilumina a todos los hombres*». Pero **los cristianos no podemos esconder que «si la música del Evangelio deja de vibrar en nuestras entrañas, habremos perdido la alegría que brota de la compasión, la ternura que nace de la confianza, la capacidad de reconciliación que encuentra su fuente en sabernos siempre perdonados-enviados. Si la música del Evangelio deja de sonar en nuestras casas, en nuestras plazas, en los trabajos, en la política y en la economía, habremos apagado la melodía que nos desafiaba a luchar por la dignidad de todo hombre y mujer**». Otros beben de otras fuentes. Para nosotros, ese manantial de dignidad humana y de fraternidad está en el Evangelio de Jesucristo. (...)

## IGLESIA: EXHORTACIÓN APOSTÓLICA EVANGELII GAUDIUM.-

- 1.** La alegría del Evangelio llena el corazón y la vida entera de los que se encuentran con Jesús. (...)
- 5.** El Evangelio, donde deslumbra gloriosa la Cruz de Cristo, **invita insistentemente a la alegría**. Bastan algunos ejemplos: «Alégrate» es el saludo del ángel a María (Lc 1,28). La visita de María a Isabel hace que Juan salte de alegría en el seno de su madre (cf. Lc 1,41). En su canto María proclama: «*Mi espíritu se estremece de alegría en Dios, mi salvador*» (Lc 1,47). Cuando Jesús comienza su ministerio, Juan exclama: «*Ésta es mi alegría, que ha llegado a su plenitud*» (Jn 3,29). Jesús mismo «*se llenó de alegría en el Espíritu Santo*» (Lc 10,21). Su mensaje es fuente de gozo: «*Os he dicho estas cosas para que mi alegría esté en vosotros, y vuestra alegría sea plena*» (Jn 15,11). Nuestra alegría cristiana bebe de la fuente de su corazón rebosante. Él promete a los discípulos: «*Estaréis tristes, pero vuestra tristeza se convertirá en alegría*» (Jn 16,20). E insiste: «*Volveré a veros y se alegrará vuestro corazón, y nadie os podrá quitar vuestra alegría*» (Jn 16,22). Después ellos, al verlo resucitado, «*se alegraron*» (Jn 20,20). El libro de los Hechos de los Apóstoles cuenta que en la primera comunidad «*tomaban el alimento con alegría*» (2,46). Por donde los discípulos pasaban, había «*una gran alegría*» (8,8), y ellos, en medio de la persecución, «*se llenaban de gozo*» (13,52). Un eunuco, apenas bautizado, «*siguió gozoso su camino*» (8,39), y el carcelero «*se alegró con toda su familia por haber creído en Dios*» (16,34). ¿Por qué no entrar también nosotros en ese **río de alegría**?
- 140.** Este ámbito materno-elesial en el que se desarrolla el diálogo del Señor con su pueblo debe **favorecerse y cultivarse mediante la cercanía cordial del predicador, la calidez de su tono de voz, la mansedumbre del estilo de sus frases, la alegría de sus gestos**. (...)
- 161.** (...) Es evidente que cuando los autores del Nuevo Testamento quieren reducir a una última síntesis, a lo más esencial, el mensaje moral cristiano, nos presentan **la exigencia ineludible del amor al prójimo**: «**Quien ama al prójimo ya ha cumplido la ley [...] De modo que amar es cumplir la ley entera** » (Rm 13,8.10). Así san Pablo, para quien el precepto del amor no sólo resume la ley sino que constituye su corazón y razón de ser: «**Toda la ley alcanza su plenitud en este solo precepto: Amarás a tu prójimo como a ti mismo**» (Ga 5,14). Y presenta a sus comunidades la vida cristiana como un camino de crecimiento en el amor: «**Que el Señor os haga progresar y sobreabundar en el amor de unos con otros, y en el amor para con**

**todos»** (1 Ts 3,12). También Santiago exhorta a los cristianos a cumplir «*la ley real según la Escritura: Amarás a tu prójimo como a ti mismo*» (2,8), para no fallar en ningún precepto.

171. (...) Lo primero, en la comunicación con el otro, es **la capacidad del corazón que hace posible la proximidad, sin la cual no existe un verdadero encuentro** espiritual. La escucha nos ayuda a encontrar el gesto y la palabra oportuna que nos desinstala de la tranquila condición de espectadores. Sólo a partir de esta escucha respetuosa y compasiva se pueden encontrar los caminos de un genuino crecimiento, despertar el deseo del ideal cristiano, las ansias de responder plenamente al amor de Dios y el anhelo de desarrollar lo mejor que Dios ha sembrado en la propia vida. (...)
244. (...) Tenemos que recordar siempre que somos peregrinos, y peregrinamos juntos. Para eso, hay que **confiar el corazón al compañero de camino sin recelos, sin desconfianzas, y mirar ante todo lo que buscamos: la paz en el rostro del único Dios.** (...)
274. (...) Más allá de toda apariencia, **cada uno es inmensamente sagrado y merece nuestro cariño y nuestra entrega. Por ello, si logro ayudar a una sola persona a vivir mejor, eso ya justifica la entrega de mi vida.** Es lindo ser pueblo fiel de Dios. ¡Y alcanzamos plenitud cuando rompemos las paredes y el corazón se nos llena de rostros y de nombres!



## 4. en LOS documentos y PROYECTOS maristas

Hay distintos documentos maristas actuales que, en su contenido, aportan matices e inspiración para este lema anual. Los recogemos a continuación:

### EVANGELIZADORES ENTRE LOS JÓVENES. -

43. (...) Estamos llamados a ir al encuentro de los jóvenes desde el secreto del recogimiento, por lo que de sagrado tiene el encuentro; desde la contemplación, porque se trata de mirarlos no sólo con nuestros ojos, sino con nuestra mente y **sobre todo con el corazón**; (...)
84. Jesús convoca a los jóvenes a construir y vivir un estilo de vida en el amor, a orar desde la vida, a **anunciar con sus vidas alegres e intensas que el amor auténtico es posible, y a reconocer en ese camino la presencia del Dios de la Vida**. Nos invita a perdonar y ser perdonados. Su misma voz se sigue sintiendo hoy para animar a tantos jóvenes caídos, desanimados por las dificultades de la vida que les toca enfrentar
97. María, igual que Marcelino Champagnat y los primeros hermanos, inspira el modelo de Iglesia que ofrecemos a los jóvenes, reflejo de la de los primeros cristianos. Una 'iglesia mariana' que tiene un **corazón de madre, que a nadie deja abandonado. Una madre que cree en la bondad que hay en el fondo de cada persona y está siempre dispuesta a perdonar** (...)
139. Como el P. Champagnat, ponemos toda nuestra confianza en el Señor: "*Si el Señor no construye la casa*", pero al mismo tiempo ponemos lo mejor de nosotros mismos y de los recursos de que disponemos, al servicio de la misión. **Confianza no significa improvisación ni dejadez, sino poner los medios para que el Espíritu del Señor pueda abrirse camino y llegue a tocar el corazón de los jóvenes que nos son confiados.**
156. (...) La especial sensibilidad de los jóvenes para las situaciones de pobreza y desigualdad social nos abre un camino espiritual de formación de la conciencia. Les **presentamos no un Dios lejano, sino un Dios que es real en su modo juvenil de ser, alegre, dinámico, creativo y audaz.**
162. La participación de los jóvenes en el proceso de organización de la PJM debe ayudarles a crecer en humildad y motivarles para adoptar la sencillez como un valor para sus vidas, **animándolos a ser auténticos, abiertos y sinceros en todas las situaciones.** (...)
171. (...) En este camino **encontramos al otro y lo acogemos con el corazón del Resucitado. Este dinamismo se manifiesta en la presencia**, típica de una acción pastoral marista junto a la juventud.
176. (...) De la convivencia con el otro nace la preocupación por su vida y el deseo de su promoción humana. La PJM es una verdadera "**experiencia de cercanía**", donde el corazón pueda arder y desear el encuentro profundo con Jesús y con los compañeros de camino.
177. Los discípulos se sientan con Jesús para celebrar y compartir el pan; **la comunidad se une en fiesta para celebrar la vida y la alegría de estar juntos.** En este espacio, tanto el evangelizador como el evangelizado parten juntos el pan. En ese instante, los ojos del cuerpo no ven al Señor. Pero **los ojos del corazón lo perciben y reconocen. Cristo ya no está "fuera", sino en el "corazón", que ahora notan arder; por eso, se sientan en la misma mesa, comparten el pan y reconocen la presencia de Jesús en medio de ellos.** (...)
188. **Tanto los jóvenes como sus educadores albergamos sueños en el corazón**, que inspiran nuestro camino y nuestro compromiso. Seguidores de Champagnat, nos resulta inspirador su sueño de formar "buenos cristianos y buenos ciudadanos". (...)

190. Todos nosotros **somos criaturas con grandes esperanzas y proyectos en nuestros corazones**. Todos tenemos nuestra propia historia, donde **abrimos nuestras manos, nuestros corazones y orientamos nuestras miras hacia un futuro incierto. Nuestro principal deseo, para nosotros y para la gente que nos rodea, es llevar una vida feliz y crear un mundo nuevo**. Pero en las diferentes etapas de la vida y en diferentes situaciones, sentimos también diferentes esperanzas y deseos. Cuando miramos a los distintos lugares donde pudiéramos estar, nuestro anhelo es que la Iglesia, la sociedad, la Familia Marista y la familia de los jóvenes vivan un futuro mejor.
199. Los jóvenes desean confiar más en sí mismos, ser personas independientes y responsables. Descubren los talentos que Dios les ha dado y deciden vivir las virtudes maristas, como el trabajo, la modestia y la sencillez, que descubren en los ejemplos de los otros. Con esas actitudes, se enfrentan a las corrientes de pensamiento egoísta y al consumismo. **Se comunican unos a otros la alegría de vivir**. Desean desarrollar su sentido de autoestima, y luchan para encontrar su papel en el mundo y en la familia marista, sirviendo a los demás. Muchos acaban encontrando su vocación como “líderes en servicio”.
223. Es necesario que todos, hermanos, laicas y laicos, educadores y gestores, conozcan la PJM y se comprometan con esa iniciativa, **construida por muchas manos, y que toca al corazón de los niños y jóvenes. Es fundamental que todos asuman ese proyecto como una obra de amor, que nace de un corazón sensible al evangelio y al sueño de Champagnat**.
233. El lema del XXI Capítulo general nos recuerda que **María, al visitar a su prima Isabel (Lc 1, 39-45), nos da ejemplo de amor y amistad juvenil**. Como ella, estamos llamados a reconocer en el otro, sobre todo en los jóvenes, un lugar teológico. Ellos nos revelan el rostro de Dios a través de sus sueños y utopías, de sus dificultades y logros. Como discípulos y misioneros, caminando con ellos, queremos ir de prisa al encuentro de los jóvenes que más sufren las consecuencias de la injusticia, de la pobreza y de la falta de ideales capaces de abrir horizontes en sus vidas. **Reconocemos que cada corazón de adolescente y de joven en nuestro mundo marista es para nosotros “una nueva tierra”**.

## AGUA DE LA ROCA

*Del corazón del creyente brotarán ríos de agua viva*

21. En Belén encontramos la inocencia, sencillez, dulzura e incluso debilidad de un Dios que es capaz de **conmover los corazones más duros...** No hay espacio para el temor ante un Dios que se ha hecho niño. Descubrimos a un Dios que ha plantado su tienda en medio de nosotros, y al que llamamos “hermano”.
25. La relación de Marcelino con María estaba profundamente marcada por una afectiva y total confianza en Ella, a quien veía como “Buena Madre” \*, porque suya era la obra que había emprendido. Él nos dejó escrito: *Sin María no somos nada y con María lo tenemos todo, porque María tiene siempre a su adorable Hijo en sus brazos o en su corazón*. Esta convicción lo acompañó a lo largo de toda su vida. Jesús y María eran el tesoro donde Marcelino había aprendido a poner su corazón. Esta íntima relación ayudó a modelar la dimensión mariana de nuestra espiritualidad. (...)
28. (...) Hoy seguimos convencidos de que seguir a Jesús al estilo de María es una forma privilegiada de llevar a plenitud nuestro itinerario cristiano. **Con un corazón lleno de compasión compartimos esta experiencia y esta convicción con los niños y jóvenes ayudándoles a experimentar el rostro materno de la Iglesia**.
35. Los jóvenes se sienten intuitivamente atraídos por esta espiritualidad sencilla. **Las imágenes de Dios que les ofrecemos, y el lenguaje, experiencias y símbolos que utilizamos, son accesibles y tocan el corazón**. (...)
40. Este amor por el trabajo manual revela **una actitud más amplia en el corazón del marista, que abarca los valores de practicidad, frugalidad, servicio, laboriosidad y abnegación. En suma, un estilo de vida sencillo**. (...)

75. Como María, que *guardaba y meditaba las cosas en su corazón*, mantenemos una atención continua a los signos de los tiempos, a las llamadas de la Iglesia y a las necesidades de la juventud. De esta manera entendemos el sentido sacramental de los acontecimientos, personas y cosas, que se convierten en lugar de comunión con Dios. (...)
81. En la oración personal, hecha con apertura y gozo, **ponemos nuestro corazón en sintonía con el corazón de Dios**. Ponemos nuestro ser (mente, cuerpo, anhelos) ante el Señor y dejamos que Él transforme e integre todas las facetas de nuestra vida.
90. Día tras día, nos sentimos llamados a comprometernos con el mundo, a contemplar ese mundo con los ojos y el corazón de Dios. (...)
97. Es una espiritualidad que **celebra el misterio de la Trinidad que habita en nosotros y en los corazones de todos. Nos capacita para “sentir con” nuestros hermanos y hermanas, compartir sus vidas y unirnos a ellos en amistad. Esta espiritualidad nos ayuda a reconocer la belleza y bondad en los otros, y a abrir un espacio para acogerlos en nuestras vidas**. Poco a poco, un grupo de personas individuales puede llegar a constituir una comunidad con un solo corazón y un mismo espíritu.
112. El sentido del humor es un don maravilloso que nos ayuda a sobrellevarnos a nosotros mismos y a los compañeros, y a afrontar los altibajos de la vida en común con espíritu alegre. *Se supone que nuestro modo de vida hace a la gente feliz. No me refiero a manifestaciones de hilaridad sino a ese profundo sentimiento de gozo experimentado por las personas en cuyas vidas hay sentido y objetivo, y que tienen compañeros maravillosos para compartirlo.*
114. María inspiró en los primeros maristas una nueva visión de ser Iglesia que era el reflejo de la de los primeros cristianos. **Esta Iglesia mariana tiene un corazón de madre, que a nadie deja abandonado. Una madre cree en la bondad que hay en el fondo de cada persona y está siempre dispuesta a perdonar.** (...)
119. Las palabras hermano y hermana expresan de manera muy rica el estilo marista de relacionarnos. **Un hermano o una hermana es alguien cercano, sencillo, auténtico, atento y respetuoso**. Ser hermano o hermana constituye una forma de relación que afirma a los otros e inspira en ellos confianza y esperanza.  
**NO HAYA ENTRE VOSOTROS SINO UN MISMO CORAZÓN Y UN MISMO ESPÍRITU**
127. Los gritos del mundo, especialmente los de los pobres, tocan el corazón de Dios y también el nuestro. La hondura de la compasión de Dios nos reta a ser hombres y mujeres con un corazón sin fronteras ya que Dios, en su infinito amor, continúa apasionado por el hombre y por el mundo de hoy con sus dramas y esperanzas.
144. En el seguimiento de Jesús y el desempeño de nuestra misión nos sentimos inspirados por la visión apasionada y práctica de Marcelino. **Con el corazón inclinado hacia los niños y jóvenes pobres, los apóstoles maristas buscan respuestas concretas a su dolorosa realidad.**

### **EN TORNO A LA MISMA MESA.-**

69. El espíritu de familia es una forma de ser que nos sana como personas y nos transforma. Nos hace confiar en el otro, aceptar los propios límites y sacar a la luz lo mejor que Dios nos ha dado. **Cuando no hay nada que aparentar, sólo queda disfrutar del encuentro con el otro.**
70. De este espíritu, nacen los detalles con los demás, que nos caracterizan. **Como Marcelino, cultivamos entre nosotros las pequeñas virtudes: perdonar las ofensas diarias, comprender las razones del otro y ponerse en su lugar, estar alegres, prever las necesidades de los demás y ser solícitos en el servicio con sencillez, ser pacientes y afables, saber dejar paso a los otros cuando les toca actuar...** De esta manera se nutre nuestra vida diaria y va ganando en profundidad.

81. La mesa de La Valla se ensancha y acoge a todas las personas de nuestro entorno. **Queremos ser instrumentos de paz en nuestras profesiones, en la vida cotidiana, en nuestro mismo corazón.** El esfuerzo de cada día nos puede llevar, a veces, a distanciarnos y enfrentarnos a otras personas; pero deseamos vivir las dificultades, desde Dios, con paz y serenidad, **tratando de unir en lugar de dividir.**
101. **Espiritualidad es querer vivir desde la raíz, no sólo en la superficie.** El ser humano abierto a la espiritualidad descubre que cada instante es un tiempo de oportunidad. Es capaz de mantener la esperanza en la alegría y el dolor, apuesta por vivir a fondo cada instante de esta existencia maravillosa y difícil. Esto no se confunde con una religiosidad ritualista, sino que conduce a un cambio real de vida.
127. **El carisma marista, don del Espíritu, que *sopla donde quiere*, toca hoy el corazón de hombres y mujeres de otras religiones o convicciones. Nosotros, laicos y hermanos maristas, acogemos a estas personas que encuentran en el carisma de Champagnat un camino para vivir más profundamente su propia experiencia religiosa y su compromiso con la humanidad.**



5. Ideas fuerza, por meses



**Septiembre: con nuestra mejor sonrisa**

Inicio de Curso – Photocall de inicio (para sonreír) // Bienvenida: 3,2,1... Sonríe // Sonreíd  
 Sonreír a lo nuevo, los compañeros, los educadores...  
 Empezamos con nuestra mejor sonrisa  
 Sonrisa que acoge Estar a gusto, buen ambiente, optimismo...

**Octubre: contagia tu sonrisa**

Diversidad: Contagiar y contagiarte de lo que te puede aportar cada uno con su diversidad (capacidades, creencias, realidad personal...)  
 Convivencia escolar, ambiente de centro, inicio de actividades, dinámicas de participación (Levántate, opina y participa)  
 (30/10 Bugobe)

**Noviembre: pintemos sonrisas**

¿A quién vas a darle hoy una alegría?  
 ¿A quién vas a darle hoy tu sonrisa?  
 Trabajar los derechos de la infancia desde una clave positiva (no en plan, pobrecitos).  
 Pintar sonrisas a todos. Los niños somos responsables de que otros niños tengan sus derechos (corresponsables de ese bienestar).  
 20/11 Derechos de la infancia  
 28/11 Inicio de Adviento

**Diciembre: Sonreír a la Vida**

Sonreír ante la llegada de Jesús.  
 Acogida a Jesús, a la Vida, que es para todos.  
 Jesús te sonríe, te contagia su Buena Noticia.  
 Contemplar la Vida que trae Jesús desde el corazón.  
 3/12 Adviento

### **Enero: Sonríe de Corazón**

El encuentro con el otro, ser auténtico, encontrarnos de verdad, desde lo que somos.  
 Sonríe con los ojos, encuentra la mirada. Encuentra la mirada del otro.  
 Mirarnos desde el corazón (mirando más allá de la superficie).  
 30/1 día escolar de la no violencia. Tu sonrisa de paz.

### **Febrero: Y tú, ¿por qué sonríes?**

Sonreír desde dentro (ver desde dentro porque sonreír, desde el interior).  
 Párate un momento, detente, toma conciencia, mira tu sonrisa, ¿cuál es la causa de tu alegría?  
 Ser conscientes como expresamos nuestras emociones (la sonrisa como ejemplo).  
 De lo que le sobra al corazón hablan los gestos...  
 22/2 miércoles de ceniza (centrarlo en el gesto de ceniza en clave de autenticidad).

### **Marzo: Un corazón nuevo**

Corazón de piedra / Corazón de carne, ¿Qué necesitas cambiar? (En clave evangelio).  
 Limosna Compartir, Oración Que surge de ti al mirar la vida, al tomar conciencia del Dios que te habita.  
 Ayuno ¿Qué te sobra? ¿Qué te distrae de lo importante? ¿Qué supone una carga? ¿Qué necesitas entrenar?  
 Salir hacia el otro ¿Qué quieres hacer con tu vida? ¿Cómo quieres que lata tu corazón? ¿A quién te sientes llamado?  
 Cuaresma.

### **Abril: Permaneced alegres**

Contemplar la Vida (resurrección) de Jesús desde el corazón. 2-9/4 Semana Santa. Vida. Emaús. Volver a Galilea.  
 Esperanza, confianza.  
 Permanecer, estar plenamente.

### **Mayo: ¿Qué guardas en tu corazón?**

En el corazón de María. Mes de María. Como María guardaba todo en su corazón (cómo hacía las cosas).  
 ¿Qué es lo que hace sonreír a María? Marcelino y el corazón de María.  
 Marcelino y el corazón de María. La primavera, el renacer.  
 Empezar a releer el curso. Buscadores de sonrisas.  
 Mujeres que guardan cosas en su corazón a la manera de María.  
 La sonrisa es símbolo de ternura (como la maternidad de María) y benevolencia.

### **Junio: Mirad como sonríen**

Sonrisa de gratitud. Envío. Nuestro testimonio es la sonrisa de corazón.  
 Champagnat. Final de curso.  
 Cerramos el curso poniendo atención a lo que hemos vivido, con agradecimiento y autocrítica. Ponemos atención a las expectativas sobre el futuro y en lo que esperamos de nosotros mismos como personas y como Maristas de Champagnat.

6. EL CARTEL DEL LEMA 2022 - 2023

Tipo de letra principal: *CharmingSixties.ttf*

Logos corporativos.

**DESCRIPCIÓN**



**Disposición – representación:**

pretende mostrar la imagen de un pupitre, o mesa de trabajo, vista desde la perspectiva de quién está sentado, o de pie, muy cerca, figura que no aparece (es la persona que mira el cartel). Hay distintos elementos sobre este plano, varios de ellos no se ven completos y/o se encuentran en distintas capas, a distinta altura visual.

**Lema anual:** aparece en vertical, a la izquierda, leído de abajo a arriba.

**Elementos de contexto:** una hoja de papel en blanco, salvo un *mandala* con forma de corazón; una goma de borrar que incluye el logo Maristas y el curso escolar 2022-2023; un sacapuntas; un rollo de cable; un lapicero con lápices de colores; una *tablet*, con el símbolo de WiFi conectado, siendo el punto central un corazón; una regla transparente, que incluye la palabra Marist (oficial de Region of Europe), leída de arriba a abajo.

**Elementos centrales, además**

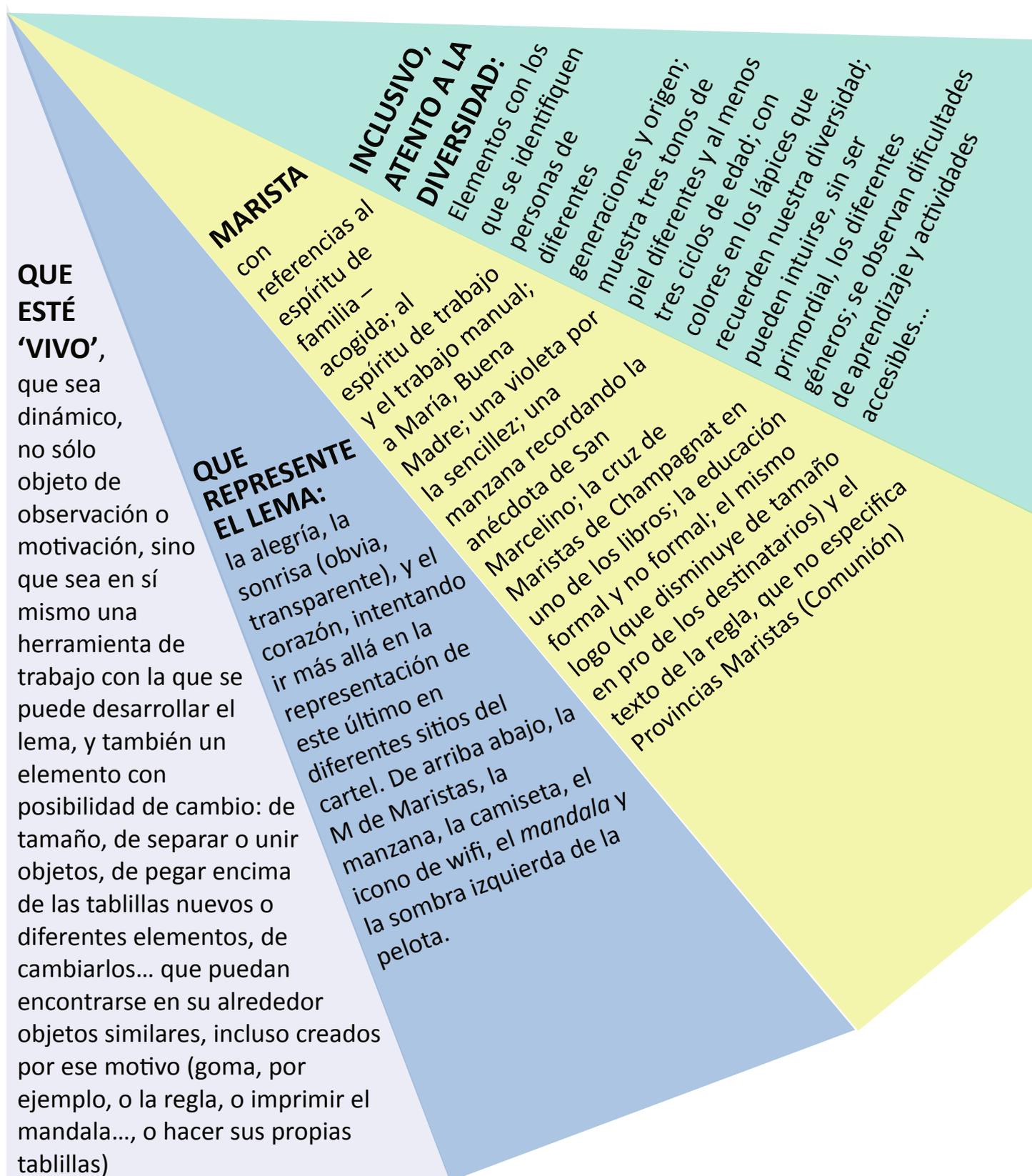
**del lema:** cuatro tablillas horizontales, propias de los juegos de niños para el aprendizaje de partes del cuerpo, oficios, roles,

género... una para la cabeza, otra para brazos – tronco, para la cintura y para los pies. No corresponden unas con otras, pero forman una figura equilibrada.

**SIGNIFICATIVIDAD – ASPECTOS A RESALTAR**

El lema vuelve a expresarse en segunda persona del singular, una invitación personal a cada persona que lo ve. La perspectiva desde la que se observa el diseño intenta expresarlo también, es ‘tu’ mesa, ‘tu’ pupitre, o la de un compañero o compañera, pero que puedo observar yo. Y como tú, como yo, todos podemos sentirnos llamados a esa invitación.

Con los distintos elementos que aparecen se pretende que sea un cartel:



### 7. canción

#### SONRÍE DE CORAZÓN

Hay mil motivos para ser felices,  
viviendo con ilusión,  
llenando el corazón con esos nombres  
que pone en tu vida Dios.

Sintiendo el abrazo del hermano,  
su compañía y amor,  
sabiendo que si juntos trabajamos  
siempre saldrá lo mejor

*Sonríe...  
nadie puede quedarse,  
Sonríe...  
sin cantar su canción.  
Sonríe...  
nadie fuera ni lejos,  
Sonríe de corazón*

*Sonríe...  
una ventana se abre.  
Sonríe...  
donde no había razón  
Sonríe...  
Nadie fuera ni lejos.  
Sonríe de corazón.*

En el hogar del corazón sincero  
una sonrisa de amor.  
Que tengas siempre aquel lugar de encuentro  
sin prisas y sin temor.

Que la alegría sea para todos  
el mundo invita a vivir  
a caminar contigo y con lo bueno  
que quede por compartir.

*Sonríe...*

Tu sonrisa abre la puerta  
a una mesa compartida,  
el trabajo y la esperanza  
hacen luz la oscuridad.

*Sonríe...*

#### SONRÍE DE CORAZÓN INFANTIL

Que siempre haya un motivo en la vida,  
que tu mirada siga encendida,  
que todo aquello que hace Dios  
mantenga alegre tu corazón.

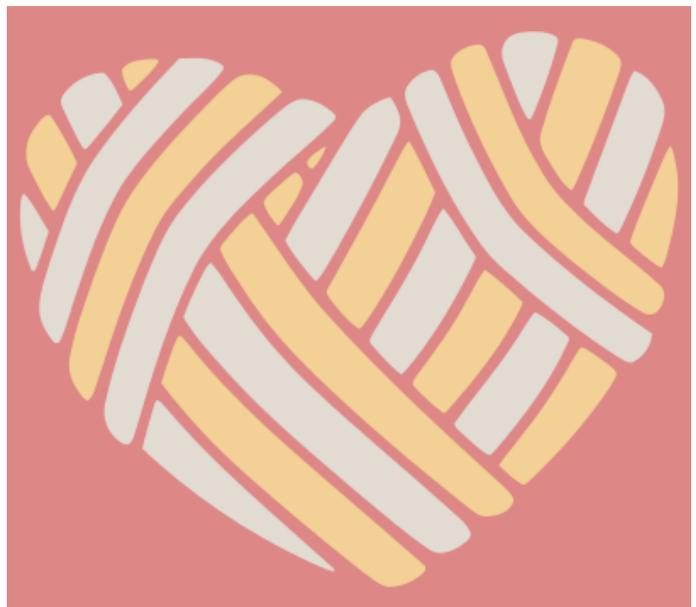
Abraza cuanto puedas a todos,  
trabaja siempre codo con codo,  
y no te olvides del humor  
que hace que el mundo sea mejor.

**Sonríe, sonríe de corazón.  
Sonríe, sonríe de corazón.  
Que nadie quede fuera de esta canción  
que tu sonrisa sea la solución.  
Por eso, tú sonríe, sonríe de corazón.**

En esta casa todos cabemos,  
si a compartirlo todo aprendemos,  
no tengas prisa ni temor  
y pinta siempre tu sonrisa de amor.

Vayamos a la fiesta en la mesa,  
Pues Dios ha cumplido su promesa.  
María y Marcelino están  
como siempre invitando a pasar.

**Sonríe, sonríe de corazón.  
Sonríe, sonríe de corazón.  
Que nadie quede fuera de esta canción  
que tu sonrisa sea la solución.  
Por eso, tú sonríe, sonríe de corazón.**



# 8. REJILLA GENERAL

Curso 2022 – 2023 Sonríe de corazón

| Lema mensual | Septiembre 22              | Octubre 22  | Noviembre 22   | Diciembre 22                     | Enero 23   | Febrero 23   | Marzo 23                            | Abril 23                                  | Mayo 23   | Junio 23  |
|--------------|----------------------------|---|--|----------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---|---|
| 1ª Semana    | Con nuestra mejor sonrisa  | Contagia tu sonrisa<br>3/10<br>Con un mismo corazón | Pintemos sonrisas                                      | Sonreír a la Vida                | Sonríe de Corazón  | Y tú, ¿por qué sonríes?  | Un corazón nuevo                    | Permaneced alegres<br><b>Semana Santa</b> | ¿Qué guardas en tu corazón?<br>1/5<br>En el corazón | Mirad como sonríen  |
| 2ª Semana    |                            | 10/10<br>Sonrisas Diferentes                        | 7/11<br>¿A quién vas a dar una alegría?                | 5/12<br>Esperar con una sonrisa  | 9/1<br>Nos encontramos con una mirada                                | 6/2<br>Mira tu sonrisa   | 6/3<br>Ayunar con una sonrisa       | 10/4<br>Confía                            | 8/5<br>Sonrisa llena de ternura                     | 5/6<br>La sonrisa de Champagnat<br>(San Marcelino Champagnat) |
| 3ª Semana    | 12/9<br>3,2,1... Sonríe    | 17/10<br>Sonríe y participa                         | 14/11<br>Soy responsable de tu sonrisa                 | 12/12<br>Creciendo en tu corazón | 16/1<br>Nos encontramos de corazón                                   | 13/2<br>Sonreír desde dentro                                   | 13/3<br>Compartir desde el corazón  | 17/4<br>La Vida en casa                   | 15/5<br>Marcelino y el corazón de María             | 12/6<br>Gracias de corazón                                    |
| 4ª Semana    | 19/9<br>Sonreír a lo nuevo | 24/10<br>Contagiar y contagiarte                    | 21/11<br>Sonrisas para todos (Derechos de la infancia) | 19/12<br>Jesús te sonríe         | 23/1<br>Nos encontramos con autenticidad                             | 20/2<br>Gestos desde dentro (22 Miércoles de ceniza, Cuaresma) | 20/3<br>Con el latido del mundo     | 24/4<br>Plenamente alegres                | 22/5<br>Mujeres de corazón                          | 19/6<br>Sonrisa interminable                                  |
| 5ª Semana    | 26/9<br>Sonrisa que acoge  | 30/10<br>La alegría de Bugobe                       | 28/11<br>La sonrisa de un niño                         | <b>Navidad</b>                   | 30/1<br>Tu sonrisa de paz (Jornada escolar de la Paz y no Violencia) | 27/2<br>Orar desde el corazón                                  | 27/3<br>¿Con quién late tu corazón? |   | 29/5<br>Buscadores de sonrisas                      |   |

## ▶ 9. SEPTIEMBRE: CON NUESTRA MEJOR SONRISA



### **Motivación del mes**

Hoy empieza un nuevo curso, un curso cargado de ilusiones, retos, objetivos y, principalmente, de sonrisas. Nos reencontramos con los compañeros y los maestros: ¡teníamos muchas ganas de abrazarnos! Quedan bastantes meses por delante para dar lo mejor de cada uno y esforzarnos por conseguir todo lo que queremos.

**UN BUEN CURSO EMPIEZA SIEMPRE CON UNA GRAN SONRISA.**

### **Semana 3 – 12 a 16 de septiembre – 3,2,1... Sonríe**

Ya hemos vuelto a empezar y estamos muy contentos de comenzar un nuevo curso y reencontrarnos. Todo eso nos hace sonreír y prepararnos para todos los retos que nos esperan. ¿Estás preparado?

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Empezaremos la actividad poniendo una canción muy divertida titulada Tornem a l'escola, con la que podemos levantarnos y bailar. Puesto que estamos tan contentos, tomaremos una fotografía de cada uno de nosotros en la que mostraremos nuestra mejor sonrisa.

Los educadores pueden modificarlas como mejor les parezca utilizando un photocall, emojis sonrientes, marcos de fotos, etc.

A continuación imprimiremos las fotos de cada alumno y las colgaremos en el pasillo de la escuela.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a regalar un sonrisa a todos.

#### ▶ RECURSOS

Canciones.

Tornem a l'escola (en catalán):

<https://www.ccma.cat/tv3/super3/rat-rank/homenatge-a-europe-tornem-a-lescola/video/5929286/>

Back to school (en inglés):

<https://www.youtube.com/watch?v=fopoYZSV3-Q>

### **Semana 4 – 19 a 23 de septiembre – Sonríe a la novedad**

Hace poco que hemos empezado la escuela. Quizá sea el primer año que estamos aquí o quizá nos han cambiado de grupo y vamos con compañeros y compañeras nuevos. Sea como sea, nos espera un camino lleno de ilusiones y aprendizajes juntos. Los cambios representan oportunidades nuevas que van cargadas de sonrisas.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Veremos el video del cuento Mamá va al cole. A continuación propondremos unas preguntas con el fin de reflexionar todo el grupo. Las preguntas planteadas pueden ser como estas:

¿Cómo te sentiste el primer día de curso?

¿Recuerdas qué hiciste el primer día que empezaste la escuela, cuando eras pequeño?

¿Cómo te sientes en la escuela, ahora?

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:



## ▶ 10. OCTUBRE: CONTAGIA TU SONRISA



### Motivación del mes

Ya hace un mes que caminamos juntos. Hemos conocido a nuevos amigos, tenemos nuevos maestros, hemos visto aulas nuevas... Lo más importante, sin embargo, es que este camino que hemos empezado a recorrer lo hacemos con una gran sonrisa porque aprendemos, nos divertimos y estamos rodeados de personas a las que amamos y nos contagian su alegría. Así es mucho más fácil superar cualquier reto.

### Semana 1 – 3 a 7 de octubre – Con un mismo corazón

A todos nos gusta que nos ayuden cuando tenemos algún problema. También nos gusta echar una mano a los demás. Debemos aprender a pensar y ponernos en el lugar de los demás y ofrecer nuestra ayuda siempre que podamos. Somos un equipo y eso nos hace compartir lo que somos desde el corazón.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Empezaremos la actividad planteando una pregunta: ¿Qué haríais si vierais a alguien por la calle que lleva una bolsa, se le ha roto y se le ha caído todo por el suelo?

Abriremos un debate y cada niño dará su opinión sobre qué haría en esa situación. A continuación proyectaremos el cortometraje Trabajo en equipo. Después, en grupo, reflexionaremos sobre él.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a ofrecer nuestra ayuda a quien la necesite.

#### ▶ RECURSOS

Cortometraje.

Trabajo en equipo:

<https://www.youtube.com/watch?v=k4zh8qKNG0M> (en español)

<https://www.youtube.com/watch?v=GU-UJMmRq44> (en inglés)

### Semana 2 – 10 a 14 de octubre – Sonrisas diferentes

Todos somos iguales y todos somos distintos. Seguramente la gente de nuestro alrededor es distinta a nosotros: puede tener el pelo distinto, llevar gafas, quizá le gustan los mismos juegos que a nosotros o quizá no... Todos somos diferentes, pero no por eso debemos apartar a nadie de nuestro lado. Aprender de los demás nos hace ser mejores siempre.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Veremos el cuento Por cuatro esquinitas de nada y, a continuación, preguntaremos qué sucede. Daremos pie a los niños para que expliquen lo que han entendido del cuento e introduciremos la idea de que todos somos iguales y somos distintos a la vez.

Nos pondremos en círculo y observaremos cuáles son las diferencias que tenemos con el resto de los compañeros y compañeras. Unos tienen el pelo marrón, otros lo tienen negro, etc.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a indicar una similitud y una diferencia que tengamos con algún compañero.

► **RECURSOS**

Cuento.

Por cuatro esquinitas de nada (en castellano):

[https://www.youtube.com/watch?v=DBjka\\_zQBdQ](https://www.youtube.com/watch?v=DBjka_zQBdQ)

Quatre petites cantonades de no res (en catalán):

<https://www.youtube.com/watch?v=pOGbsYs5888>

Four little corners (en inglés):

<https://www.youtube.com/watch?v=LHgdj3piX3Q>

**Semana 3 – 17 a 21 de octubre – Sonríe y participa**

A todos nos gusta sonreír y pasárnoslo bien. Nos hace felices participar en actividades divertidas con nuestros amigos y amigas. Por eso debemos disfrutar al máximo de cada momento y dejarnos llevar por la música.

► **ACTIVIDAD SEMANAL**

La música y bailar nos hace sonreír. Por eso pondremos la canción I like to move it. Los niños se levantarán libremente por el aula para cantar y bailar.

► **COMPROMISO SEMANAL:**

Esta semana nos comprometemos a sonreír cuando hacemos actividades divertidas con nuestros compañeros y compañeras.

► **RECURSOS**

Canción.

I like to move it:

<https://www.youtube.com/watch?v=X-eyVEu-LEo>

**Semana 4 – 24 a 28 de octubre – Contagiar y contagiarte**

¿Qué importancia tiene reír y sonreír en nuestro día a día? ¿Cuántas veces al día podemos sonreír? ¿Sabrías contar las veces que ríes a diario? Los niños pueden llegar a reír aproximadamente trescientas veces en un día.

► **ACTIVIDAD SEMANAL**

Empezaremos la actividad presentando las siguientes preguntas al alumnado:

¿A quién le gusta reír?

¿Hay alguien a quien no le guste reír?

¿Cuántas veces puedes reír en un día?

¿Alguna vez os han contagiado la risa?

Si no sonríes, ¿quiere decir que estás triste?

Después escucharemos la canción titulada Canción de la risa, que, quizá, nos haga reír. A partir de la audición empezaremos una dinámica que consiste en que un voluntario salga delante de la clase y haga muecas para que el resto de los niños y niñas acaben contagiándose la risa. Puede salir cualquier niño que quiera intentar hacer reír a sus compañeros.

Acabaremos la dinámica haciendo una reflexión con las siguientes preguntas:

¿Qué quieres contagiar?

¿Quieres contagiar tristeza o alegría? ¿Por qué?

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a hacer reír a nuestros compañeros y compañeras.

### ► RECURSOS

Canción.

Canción de la risa (en español):

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

Cançó de riure (en catalán):

<https://www.youtube.com/watch?v=h2KC-mJPzJs>

## Semana 5 – 31 de octubre a 4 de noviembre – La alegría de Bugobe

En todo el mundo encontramos muchas escuelas, pero no todas son iguales. Los hermanos Maristas ayudan a las escuelas y a la gente que más lo necesita, se trasladan a lugares del mundo en los que quizá están en guerra para ayudar a los demás. ¡Hay gente muy valiente!

### ► ACTIVIDAD SEMANAL

Mostraremos la imagen de dos niños: uno lleva una caja y el otro hace el gesto de ayudarlo.

Pediremos a los alumnos qué ven en la imagen y les preguntaremos: ¿Es importante ayudar?

Nos pondremos en círculo e iremos pasando un objeto que tengamos en el aula, por ejemplo, una pelota pequeña. El niño que tenga la pelota deberá pensar quién le ayuda cuando tiene algún problema o le pasa algo y dirá su nombre en voz alta. Repetiremos el procedimiento sucesivamente con todos los componentes del círculo.

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a ayudar a los demás siempre.

### ► RECURSOS

Imagen de los dos niños.



## ➔ II. noviembre: Pintemos sonrisas



### Motivación del mes

Empieza el mes de noviembre, el mes de los derechos de la infancia. Unos derechos que nos hacen sonreír y nos ayudan a ser más felices. Pintemos sonrisas en las caras de las personas a las que más queremos y que más lo necesitan. Hagámonos responsables de sus sonrisas.

### **Semana 2 – 7 a 11 de noviembre – ¿A quién le darás una alegría?**

Compartir es amar, y si lo que se comparte es alegría, la felicidad se multiplica. Seamos conscientes de las pequeñas cosas que nos rodean y nos hacen sonreír y demos una alegría a las personas que tenemos más cerca.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Trabajaremos a partir del video de una canción (hay tres para escoger) que habla de la felicidad en el día a día, de buscar la alegría en las pequeñas cosas y de compartirla con los demás. Después de ver el video, hablaremos de la importancia de compartir nuestra alegría con las personas que tenemos alrededor. Para acabar la dinámica, dibujaremos individualmente un smile en un papel y se lo daremos a la persona a la que queremos dar una alegría. Además, podemos darle una muestra de nuestro cariño: un beso, un abrazo, etc.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a llevarnos un smile a nuestra casa y darle una alegría a alguien de nuestra familia.

#### ▶ RECURSOS

Canciones.

Bendita vida (en español): <https://www.youtube.com/watch?v=HRv9wCchcyo>

De Txarango y Les Dones Sàvies.

Dona-li a la vida (en catalán): [https://www.youtube.com/watch?v=n5cAIYM\\_O3o](https://www.youtube.com/watch?v=n5cAIYM_O3o)

De Manu Guix y Pau Donés.

Don't Worry Be Happy (en inglés): <https://www.youtube.com/watch?v=uWXUWepSak4>

De Bobby McFerrin, versión Playing for Change.

### **Semana 3 – 14 a 18 de noviembre –**

### **Soy el responsable o la responsable de tu sonrisa**

Demos la vuelta a los momentos de tristeza. ¿Te has preguntado alguna vez cómo influyes en la sonrisa de los demás? Hagámonos responsables de la felicidad de las personas de nuestro alrededor y ayudémosles a fabricar sonrisas. ¡Cuidémonos!

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Para empezar la dinámica explicaremos el cuento La fábrica de sonrisas. A continuación, podemos reflexionar sobre el cuento con preguntas como las siguientes:

¿Por qué crees que Lea estaba triste?

- ¿Dónde quería ir a buscar la fábrica de sonrisas?
- ¿Dónde estaban realmente la fábrica de sonrisas y el país de la alegría?
- ¿Quién tenía que poner en marcha esa fábrica?
- ¿Por qué crees que no fue fácil?
- ¿Cómo crees que pudo hacerlo?
- ¿En qué ocasiones te has sentido triste? ¿Cómo conseguiste sonreír?

Una vez acabada la reflexión, podemos imaginarnos cómo sería nuestra fábrica de sonrisas. Cada niño puede dibujar la suya o podemos construir una común para todo el grupo clase.

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a regalar una sonrisa a la persona que creemos que lo necesita.

### ► RECURSOS

Cuento.

#### La fábrica de sonrisas

*“ Cuenta una antigua leyenda que existe un país de la alegría, y en el país de la alegría se encuentra la famosa y fantástica fábrica de sonrisas. Parece ser que en esa fábrica trabajan cientos de duendes y de hadas construyendo sonrisas para todas las personas, construyen sonrisas tímidas, también grandes carcajadas, sonrisas de complicidad, otras de ensueño, de todos los tipos y colores que os podáis imaginar. Cada día miles de sonrisas salen de la fábrica de sonrisas y llegan al corazón de las personas.*

*Lea era una niña que había escuchado miles de veces esa leyenda, su abuela solía contársela para ir a dormir. Y esa era la historia preferida de Lea. A Lea le encantaba esa historia porque le gustaba creer que había una fábrica de sonrisas, que todos en casa, en el cole y en la calle estaban sonrientes porque las hadas y los duendes de la fábrica de sonrisas podían crear cada día miles y miles de sonrisas.*

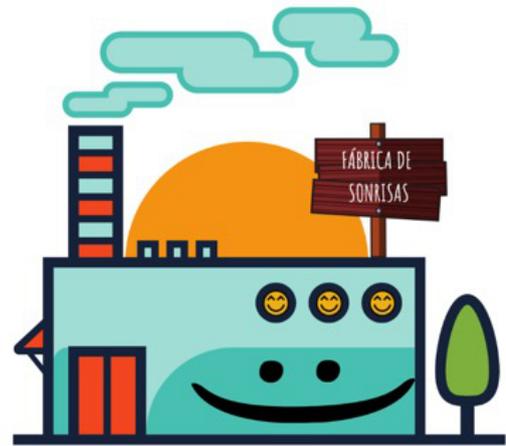
*Cuando Lea creció, ocurrió que perdió su sonrisa. Lea estaba muy triste, muchas cosas le preocupaban y muchas cosas le habían puesto triste. Los médicos dijeron que Lea tenía la enfermedad de la tristeza, apenas quería salir de casa, no tenía ganas de nada y todo le parecía muy muy triste. Lea estaba realmente enferma. Una noche Lea estaba muy triste, tanto que no podía dormir, y buscó algo para leer.*

*Encontró aquel viejo cuento que su abuela le leía por las noches cuando era pequeña, el cuento sobre la fábrica de sonrisas, situada en el país de la alegría. Mientras leía el cuento, Lea pensaba que tal vez la fábrica ya no funcionaba bien, que a lo mejor la habían cerrado, o que tal vez a ella no le llegaban las sonrisas. Tenía que encontrar el país de la alegría, tenía que encontrar la fábrica de sonrisas para recuperar sus sonrisas y curar su tristeza. Lea pensó en todo eso, y hasta se le ocurrió un plan, cuando se quedó dormida.*

*Entonces apareció un pequeño duende, un duende de la fábrica de sonrisas, del país de la alegría, y le explicó lo siguiente:*

*- Lea, buscas la fábrica de sonrisas para hacerla funcionar. Si quieres encontrarla tienes que viajar a tu interior. Cada persona tiene en su interior su propio país de la alegría, y en ese país dentro de cada uno está también la fábrica de sonrisas. Solo tú puedes hacer funcionar tu fábrica, solo tú puedes devolvernos a nosotros nuestra labor, para que podamos volver a construir sonrisas y devolver la alegría.*

*Cuando Lea se despertó, recordaba el sueño perfectamente. Entonces se dio cuenta de que no podía buscar la alegría fuera, de que la alegría estaba en su interior y de que solo ella podía hacer funcionar su fábrica de sonrisas. No fue fácil, pero poco a poco consiguió hacerla funcionar y la fábrica volvió a construir muchas sonrisas.”*



**Semana 4 – 21 a 25 de noviembre –  
Sonrisas para todos (Derechos de los Niños)**

Llega la semana de los Derechos de los Niños. Aunque todos somos diferentes (físicamente, con lo que más nos gusta hacer, con nuestra cultura, etc.), tenemos los mismos derechos y las mismas necesidades de amor. Hay que recordarlos y ser conscientes de cuáles son.

▶ **ACTIVIDAD SEMANAL**

Para hacer esta dinámica utilizaremos una canción que hable de los Derechos de los Niños (hay dos disponibles). Mientras escuchamos la canción, la pararemos cada vez que se mencione uno de los derechos. Hablaremos de cada uno utilizando las imágenes que se muestran en el video y reflexionaremos sobre si nosotros tenemos ese derecho y si todos los niños lo tienen.

Como complemento de la actividad, puede trabajarse más profundamente cada uno de los derechos con juegos interactivos, cuentos, canciones y trabalenguas que encontraréis en la siguiente página web:

<https://www.rayuela.org/derechos/igualdad/sabias-que/>

▶ **COMPROMISO SEMANAL:**

Esta semana nos comprometemos a fijarnos en aquellas situaciones de injusticia que vemos a la hora de jugar en el patio y a comentarlas en la clase.

▶ **RECURSOS**

Canciones.

Los Derechos de los Niños y las Niñas (en castellano):

<https://www.youtube.com/watch?v=hxRv7BFJtso>

En el canal de Youtube Despertando las Neuronas.

Cançó dels Drets dels Infants (en catalán):

<https://www.youtube.com/watch?v=q589gKS-Tio>

En el canal Pastoral Maristas Cataluña.

**Semana 5 – 28 de noviembre a 2 de diciembre – La sonrisa de un niño**

En nuestro día a día hay muchas situaciones que nos hacen sonreír (jugar con nuestros amigos y amigas, estar con la familia, celebrar un cumpleaños, etc.). También hay otras situaciones que nos provocan sentimientos distintos (tener una pelea, no ser el primero de la fila, etc.). ¿Somos capaces de identificar estas situaciones y de compartirlas con el resto de la clase?

▶ **ACTIVIDAD SEMANAL**

Nos pondremos en círculo y haremos una actividad de reflexión a partir de la siguiente pregunta: ¿Qué cosas te hacen sonreír y cuáles no?

Después de un turno abierto de palabra, cada niño deberá escoger una cosa o situación que le haga sonreír y una que no. Cada niño deberá plasmar ambas cosas o situaciones en un papel, ya sea en forma de dibujo o escribiendo una palabra, en función del momento en que se encuentre cada alumno.

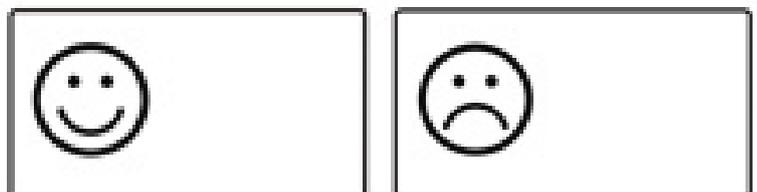
Cuando todos hayan plasmado sus ideas, colgaremos los papeles en un lugar visible del aula para recordar qué cosas nos hacen sonreír a nosotros y a nuestros compañeros y compañeras y potenciarlas en el aula, a la vez que evitamos hacer aquello que nos quita la sonrisa de la cara.

▶ **COMPROMISO SEMANAL:**

Esta semana nos comprometemos a hacer en clase aquello que hace sonreír a nuestros compañeros y compañeras y evitar todo aquello que no nos gusta.

▶ **RECURSOS**

Tarjetas para escribir o dibujar qué nos hace sonreír y qué no.



## ▶ 12. diciembre: SONRÍE A LA VIDA



### Motivación del mes

Empezamos el Adviento, un tiempo de esperanza y de espera. Para prepararnos necesitamos parar, estar atentos, escuchar y observar a nuestro alrededor. Nos preparamos para vivir la Navidad, época que nos invita a sonreír en familia, a sonreír a quien nos rodea y, sobre todo, a sonreír a la vida.

### Semana 2 – 5 a 9 de diciembre – Esperar con una sonrisa

¡Ya se acerca la Navidad y empezamos los preparativos para celebrarlo como es debido! Empezamos a vivir el Adviento, que son las cuatro semanas antes de Navidad. Durante estos días, esperamos con ilusión la llegada de Jesús, como hizo María. Ella esperó con la mayor de las alegrías su nacimiento. Y tú, ¿esperas a Jesús con una sonrisa?

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL • PROPUESTA 1:

##### **Dinámica: El árbol de los deseos**

Para iniciar este tiempo de espera, propondremos una actividad en la que los niños deberán pensar qué deseos tienen para esta Navidad.

En primer lugar, les preguntaremos a los niños lo siguiente: ¿Qué deseas estas Navidades? ¿Qué esperas? La idea es guiar la conversación con el fin de que salgan deseos no materiales. Anotaremos las respuestas que vayan dando en pósits, uno por respuesta. Con esos pósits crearemos un árbol de Navidad de deseos.

#### ▶ RECURSOS

Canciones.

- *En Navidad* (en español):  
<https://www.youtube.com/watch?v=A6ukE9v2nUY>  
De Rosana.
- *Quan somrius* (en catalán):  
<https://www.youtube.com/watch?v=KTPGNQcc03I>
- *Santa is coming for us* (en inglés):  
<https://www.youtube.com/watch?v=V3EYjVPRCIU>  
De Sia.



#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL • PROPUESTA 2:

Para empezar, explicaremos el cuento *La farola de Navidad*. A continuación se hará un diálogo y una reflexión sobre el relato. La reflexión debe llevar a entender que el regalo más especial que podemos recibir es estar todos juntos, reunirnos con la familia y que no falte nadie. Y el regalo más especial que podemos dar es el amor incondicional a nuestra familia.

Para acabar la dinámica, podemos construir un farolillo de manera individual o en grupo:

► RECURSOS

Cuento.

**La farola de Navidad**

*Era invierno y la nieve cubría las calles de la ciudad. El frío era muy intenso. La mayoría de la gente estaba realizando las últimas compras para preparar la cena de Navidad. Entre tanta gente, una niña pequeña se perdió. Sus padres estaban tan distraídos comprando cosas y más cosas, que no se dieron cuenta de que se había perdido su hija.*

*La niña empezó a andar sola por la calle. Había tanta gente caminando por las aceras, que casi la pisaban. Todos iban con prisas, pendientes solo de lo que tenían que comprar. Iban cargados de bolsas y paquetes. Nadie se fijaba en ella. Nadie se dio cuenta de que aquella niña tan pequeñita iba sola.*

*Ella se iba deteniendo de escaparate en escaparate. Le atraían todas esas luces y todos aquellos regalos. Cuando los padres se dieron cuenta de que su hija no estaba, empezaron a buscarla desesperados. Dejaron en el suelo todo lo que habían comprado y recorrieron las calles preguntando por ella. Pero nadie sabía nada. Avisaron a la policía y se pusieron a buscarla por toda la ciudad.*

*Se iba haciendo tarde. Las calles empezaron a vaciarse de gente. Las tiendas cerraron. Todos estaban en su casa preparando la cena de Navidad. Hacía ya mucho frío. Llegó la medianoche y la niña todavía no había aparecido. Sus padres estaban angustiados. Si no la encontraban pronto, se moriría de frío.*

*La niña, cansada de tanto andar, se había sentado junto a una farola. Y se quedó acurrucada, temblando de frío. Algunas personas pasaron junto a ella, pero iban tan cargadas de paquetes y regalos que no la vieron. Otras iban con tanta prisa a celebrar la Navidad que no se fijaron en ella.*

*Pero entonces ocurrió algo inesperado. La farola empezó a producir más luz de lo normal. El calor que provocaba tanta luz calentó a la niña. Cada vez brillaba con más fuerza, y cada vez producía más y más calor. La niña, abrigada por este calor, se durmió.*

*Unos barrenderos que estaban junto a una hoguera, al ver aquella luz deslumbrante a lo lejos, se acercaron. Vieron a la niña, la cogieron en brazos, la envolvieron con uno de sus abrigos y la llevaron a la policía.*

*Cuando los padres recuperaron a su hija sana y salva dieron gracias a Dios. Y esa noche no necesitaron nada de lo que habían comprado para celebrar una Navidad feliz, porque tenían lo principal: estaban todos juntos, más unidos que nunca.*



► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana el compromiso es cerrar los ojos y desear con todas las fuerzas que llegue el nacimiento de Jesús.



### Semana 3 – 12 a 16 de diciembre – Creciendo en tu corazón

¿Las sientes? Sí, sí... esas cosquillas dentro de ti. ¡Es la magia de la Navidad! ¡La ilusión de encontrarte y reunirte con la familia! La Navidad es un tiempo para vivirlo con quien más quieres y para recibir a Jesús con el corazón totalmente abierto. Ahora, nuestros corazones se están preparando y si estamos atentos y vivimos con alegría el Adviento, ¡viviremos una Navidad llena de sentido y de amor!

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Veremos el cortometraje Un puercoespín en Navidad y comentaremos qué mensaje contiene. Podemos hacer preguntas que ayuden a los niños a comprender el significado del video, como pueden ser las siguientes:

¿Qué le pasa al puercoespín al principio del video?

¿Qué le regalan al erizo?

¿Qué cambio vemos gracias al regalo que le hacen?

¿Qué regalo te han hecho alguna vez que te ha hecho sentir querido?

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a ser como los amigos del erizo, atentos con los demás.

#### ▶ RECURSOS

Video.

Un puercoespín en Navidad

<https://www.youtube.com/watch?v=zmXnl8ICK9A>

### Semana 4 – 19 a 23 de diciembre – Jesús te sonríe

La Navidad cada vez está más cerca y por eso estamos más alegres y contentos. Poco a poco, vamos notando como Jesús nos sonríe, nos ama y nos abraza. Jesús fue muy generoso con sus abrazos y sus sonrisas, acogió en sus brazos a niños y niñas, mujeres, enfermos, ladrones... ¡abrazó a todos!

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Esta dinámica consiste en regalar abrazos. Es importante que antes de empezar la dinámica estemos en un ambiente tranquilo y que expliquemos a los alumnos que un buen abrazo es aquel que nos hace sentir acogidos y a gusto. Por eso, normalmente los buenos abrazos duran más de seis segundos y nos cargan de energía.

Pondremos música de fondo y, mientras suena, los niños podrán circular por el aula libremente. Cuando se crucen con un compañero o compañera le regalarán un abrazo. Dejaremos la música durante unos minutos y, cuando acabe, volverán a su sitio en silencio.

A continuación se hará una reflexión en grupo. Pediremos a los niños que compartan qué han sentido, qué han experimentado, qué ha sido lo que más les ha gustado, etc.

Podemos finalizar la dinámica con la siguiente plegaria:

Prepara mi corazón, Jesús,  
para recibirte esta Navidad.  
Ayúdame a estar atento  
y a abrazar a quien más lo necesite.  
Quiero estar preparado para abrazarte con todo el corazón,  
un corazón generoso y lleno de amor para todos.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Como Jesús, esta semana nos comprometemos a prestar atención a quien necesite un abrazo y dárselo.

#### ▶ RECURSOS

Canciones.

Enciende las luces (en español): <https://www.youtube.com/watch?v=wOT3BL0Cn0t>

Jesús t'estima (en catalán): <https://www.youtube.com/watch?v=heWcOs8iO4k>

## ▶ I. ENERO: SONRÍE DE CORAZÓN



### Motivación del mes

Regresamos a la escuela después de las vacaciones de Navidad. Empieza un mes nuevo y un nuevo año lleno de sonrisas, cargado de buenos deseos y de querer ser mejores. Enero es el mes de la paz, de encontrarnos con las personas que tenemos cerca, de cuidarlas, de hacerles sentir bien. Intentamos que nuestra escuela sea un lugar agradable en el que pueda vivirse a gusto.

### **Semana 2 – 9 a 13 de enero – Nos encontramos con una mirada**

¿Alguna vez te has parado y has mirado a todas las personas que tienes a tu alrededor? Muchas veces nos cuesta mirarnos a los ojos, nos ponemos nerviosos y apartamos la mirada. Hagamos un ejercicio de atención y encontrémonos con la mirada de nuestros compañeros y compañeras. ¿Te atreves?

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Trabajaremos a partir de la dinámica El juego de las miradas. Para ello, nos sentaremos en círculo y, con una música tranquila de fondo, nos miraremos a los ojos. El maestro o la maestra hará preguntas como las siguientes:

¿Qué veis?

¿A quién veis?

¿Os gusta lo que estáis viendo?

Luego, empezaremos el juego. Cerraremos los ojos y bajaremos la cabeza. Cuando el maestro o la maestra diga «tres», todos los niños levantarán la cabeza, abrirán los ojos y se cruzarán la mirada con alguien. Podemos jugar con dos variantes:

**Gritar y eliminar:** cuando una pareja se encuentre con la mirada gritará «¡Aaaaah!» y estará eliminada. Acabará ganando la persona que no se haya cruzado la mirada con nadie.

**Sonrisa y abrazo:** cuando una pareja se encuentre con la mirada sonreirá, se levantará y se dará un abrazo. Se repetirá tantas veces como el maestro o la maestra crea conveniente.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a detenernos para mirar a los ojos a nuestros compañeros y compañeras.

#### ▶ RECURSOS

Música relajante.

15 Minute Piano Music For Sleeping And Deep Relaxation: <https://www.youtube.com/watch?v=W9-h4p-In74>

### **Semana 3 – 16 a 20 de enero – Nos encontramos de corazón**

A nuestro alrededor tenemos personas con las que nos gustaría pasar más tiempo, personas que están lejos, que ya no están o que ya casi no vemos. Esas personas son importantes para nosotros y, por eso, siempre están presentes en nuestro corazón.

### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Para empezar la dinámica explicaremos una historia a partir del video de la canción Perfect World, de Katie Melua. Es importante ir comentando qué ocurre en el video a medida que las imágenes van pasando para que los niños comprendan mejor el mensaje que se quiere transmitir.

Una vez visto el video, hablaremos de aquellas personas con las que a veces no podemos estar tanto como nos gustaría, pero con quienes siempre acabamos encontrándonos de corazón, porque las llevamos dentro de nosotros.

### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a cerrar los ojos y pensar en la persona con la que nos gustaría estar.

### ▶ RECURSOS

Video.

Perfect World

<https://www.youtube.com/watch?v=t3u8stDTwZY>

De Katie Melua.

#### **Texto para explicar la historia del video (ejemplo):**

*Había una vez un niño de azúcar al que le encantaba jugar. Le gustaba mucho patinar sobre hielo y sabía que su madre siempre estaría allí para ayudarle cuando se cayera. Un día, el niño de azúcar y su madre fueron a pasear por el bosque.*

*Allí vieron animales, árboles helados por el frío, etc.*

*Mientras paseaban, el niño de azúcar empezó a jugar con su conejito de peluche, con la mala suerte que cuando se acercó al río se le cayó.*

*Pero un oso muy amable lo sacó y se lo devolvió. A continuación le invitó a beber un té caliente con su madre.*

*El paseo por el bosque continuó hasta que aparecieron unos lobos que asustaron al niño y a su madre. Ambos se pusieron a correr para escapar de él y, bajando por un tobogán, se separaron por caminos distintos.*

*La madre empezó a gritar a su hijo y el niño de azúcar llamaba a su madre. ¿Y sabéis quién les ayudó a reencontrarse? Pues los lobos.*

## Semana 4 – 23 a 27 de enero – Nos encontramos con autenticidad

Todos somos diferentes: altos, bajitos, delgados, con gafas, con el pelo corto, largo, etc. Pero debemos amarnos tal y como somos, con nuestros defectos y nuestras virtudes. Solo así conseguiremos encontrarnos y amarnos con autenticidad.

### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Para empezar la dinámica veremos el cortometraje El regalo, que explica la historia de un niño cojo que recibe el regalo de un perrito al que le falta una pata. En un primer momento el niño no quiere al cachorro, no lo acepta ni quiere jugar con él. Pero el cachorro no para de intentarlo y acaba ganándose el corazón del niño. Es una historia que nos habla del amor propio y de que debemos amarnos tal y como somos.

Una vez visto, haremos una pequeña reflexión a partir de la historia. Algunas preguntas que pueden guiarla son las siguientes:

¿Vosotros habrías querido al cachorro desde el primer momento?

¿Por qué creéis que el niño no lo quería?

¿Qué es lo que más os gusta de vosotros? ¿Y lo que menos?

Para acabar, cantaremos todos juntos la canción Puedes, tú puedes.

### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a recordar todo lo que nos hace únicos y especiales.

### ▶ RECURSOS

Videos.

El regalo (en castellano): <https://www.youtube.com/watch?v=-iPuxBAKUYg>

*The present* (en inglés): <https://www.youtube.com/watch?v=WjqIU5FgsYc>

*Puedes, tú puedes* (en castellano): [https://www.youtube.com/watch?v=ZC\\_IAWGiBuE](https://www.youtube.com/watch?v=ZC_IAWGiBuE)  
Del canal CantaJuego.

*Tu* (en catalán): [https://www.youtube.com/watch?v=V1p89c4\\_kIU](https://www.youtube.com/watch?v=V1p89c4_kIU)  
De Dàmaris Gelabert.

*I Am Special* (en inglés): <https://www.youtube.com/watch?v=Gms-Yk7mzv4>  
De Sesame Street.

## Semana 5 – 30 de enero a 3 de febrero –

### Tu sonrisa de paz (Jornada escolar de la paz y la no violencia)

La paz es un gran deseo, pero no todos los países ni todas las personas gozan de ella. Por eso tenemos que conseguir que cada vez haya más paz a nuestro alrededor. Busquemos la paz en las pequeñas cosas, respetémonos, amémonos, seamos amigos y amigas, etc. Debemos conseguir la paz desde el corazón, siempre con una sonrisa hacia los demás, con una sonrisa de paz.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Para celebrar la Jornada escolar de la paz y la no violencia trabajaremos a partir de la canción Paz, Paz, Paz, de Juanes. Escucharemos la canción una vez y nos detendremos a reflexionar sobre la letra, que nos dice que la paz está en nuestras manos y que somos nosotros quienes debemos luchar por cambiar las situaciones que no nos gustan y conseguir un mundo mejor.

A partir de ahí, reflexionaremos sobre qué cosas podemos hacer en la escuela o en casa para poder vivir más en paz. Finalmente, crearemos una coreografía para el estribillo de la canción y lo bailaremos en clase.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a buscar situaciones en la escuela (en la clase, a la hora del patio, en el comedor, en los desplazamientos, etc.) que puedan cambiarse para conseguir que haya más paz.

#### ▶ RECURSOS

Canciones.

Paz, Paz, Paz:

[https://www.youtube.com/watch?v=OlfVZrYf\\_jc](https://www.youtube.com/watch?v=OlfVZrYf_jc)

De Juanes.

Texto de la canción:

Somos la nueva semilla del futuro, de la vida.  
Somos los niños que cantan por la paz y la esperanza.  
Somos la nueva semilla del futuro, de la vida.  
Somos los niños que cantan por la paz y la esperanza.

Dame la mano, vamos todos a soñar con la paz.

Dame la mano, vamos todos a soñar con la paz.

**¡Paz, paz, paz, paz, paz, paz, paz!**

**¡Paz, paz, paz, paz, paz, paz, paz!**



Peace Like A River:

<https://www.youtube.com/watch?v=d6085sLXCMs>

Esta opción, en inglés, permite hacer una coreografía, tal y como muestra el video.

## ➔ 2. FEBRERO: Y TÚ, ¿POR QUÉ SONRÍES?



### Motivación del mes

Este mes te proponemos un reto para ti. Durante el día a día, existen muchos momentos y personas que nos hacen sonreír y, a veces, no les damos suficiente importancia. Un abrazo de nuestra madre, una mueca de un amigo, un rato en el patio con los compañeros y compañeras, etc., ¡son motivos para estar alegres!

En la vida, tenemos muuuuchas razones para sonreír y para ser personas felices. Por eso, tu reto es descubrir qué te hace sonreír a ti. Observa, piensa, fíjate en tu alrededor... ¡Cuántos motivos tienes para sonreír!

### **Semana 2 – 6 a 10 de febrero – Mira tu sonrisa**

Para buscar sonrisas, a veces no hay que ir muy lejos. A menudo buscamos fuera lo que realmente está en nuestro interior. Por eso, esta semana te proponemos que mires tu sonrisa, que te ames y te valores. ¡Tú eres el protagonista de tu vida y por eso tienes que cuidarte y mimarte!

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

##### • Propuesta 1: Miro tu sonrisa

Dispondremos de un espejo lo suficientemente pequeño para que los alumnos puedan cogerlo sin problemas y lo iremos pasando. Cada niño deberá mirarse y decir qué ve. Algunos se fijarán en sus ojos, la nariz, las cosas que hay detrás, el pelo.

Después de mirarse, deberán dedicarse una sonrisa a ellos mismos y decirse también a ellos mismos una palabra o una frase bonita.

##### • Propuesta 2: Juego del espejo

Los niños deberán ponerse por parejas y jugar al juego del espejo. En este juego, uno de los dos debe hacer gestos con los brazos, las piernas, la cara, etc., y el otro debe imitarlo como si fuera un espejo.

Ambas propuestas pueden llevarse a cabo con música de fondo.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a que, cuando nos miremos en un espejo, nos acordemos de las cosas buenas y las virtudes que tenemos y nos queremos tal y como somos.

#### ▶ RECURSOS

Un espejo pequeño

Canción.

Fields of Gold: <https://www.youtube.com/watch?v=9UVjjcOUJLE> De Eva Cassidy.

### **Semana 3 – 13 a 17 de febrero – Sonríe desde dentro**

Hay personas y momentos que no solo nos dibujan una sonrisa en los labios, sino que también nos dibujan una sonrisa en el corazón. Las cosas que nos hacen estar muy contentos y alegres son cosas que nos alegran el corazón y nos hacen sentir vivos.

▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Propondremos a nuestros alumnos que, sin reír, expresen el sentimiento de la alegría. Para ello podrán utilizar todas las partes del cuerpo excepto la boca. Deberán ser creativos e imaginativos para pensar cómo pueden expresar que están alegres sin sonreír.

Acabaremos la dinámica con una reflexión grupal en la que preguntaremos a los niños por qué han escogido los gestos que han hecho, qué les ha resultado más complicado, qué gestos de los compañeros y compañeras les han gustado más...

▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a mostrar gestos de cariño a quien nos rodea.

▶ RECURSOS

Canciones.

Contents (en catalán): <https://www.youtube.com/watch?v=j4G-pew6n2U>

De Ambauka.

If you are happy (en inglés): <https://www.youtube.com/watch?v=l4WNrvVjiTw>

Del canal de Youtube Super Simple Song.

**Semana 4 – 20 a 24 de febrero – Gestos desde dentro**

¿Qué sientes cuando recibes un abrazo? ¿Y un beso? ¿Qué opinas sobre las caricias? ¡Qué gestos más bonitos podemos dar y recibir! A veces, no es necesario una sonrisa para saber que la otra persona está contenta o agradecida. Los gestos hablan sin utilizar palabras ni sonidos: quien habla es nuestro cuerpo y, por eso, podemos entendernos solo con un gesto o una mirada.

▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Veremos en clase el video titulado Guessing the feelings. En ese video salen los personajes de la película Inside Out expresando distintos tipos de sentimientos. Mientras vemos el video, preguntaremos a los alumnos qué sentimiento o emoción creen que expresa cada personaje.

Para finalizar, puede hacerse una reflexión grupal en la que cada niño pensará una situación en la que haya sentido alguno de los sentimientos del video (tristeza, alegría, enfado...). Los que se animen pueden compartir la experiencia con el resto de los compañeros y compañeras.

▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a observar algo que nos guste de nuestros amigos.

▶ RECURSOS

Video.

Guessing the feelings:

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

**Semana 5 – 27 de febrero a 3 de marzo – Reza desde el corazón**

Desde que nacemos, nuestro corazón no para de latir. A veces va más rápido y, otras, más lento, pero su ritmo es constante y nos da vida. Además, en el corazón podemos guardar todas las cosas que amamos y valoramos y que, por tanto, también nos dan vida.

Cuando tenemos un momento de silencio o un momento de plegaria, escuchamos nuestro corazón para saber cómo estamos y cómo nos sentimos. Esta semana escucha tu corazón con atención y ¡ya verás qué gran tesoro descubres!



### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

La actividad de esta semana consiste en ofrecer a los niños un espacio de calma, relajación y plegaria. En primer lugar, ambientaremos el aula de tal modo que los niños puedan encontrar un espacio en el que ponerse cómodos para relajarse cinco minutos. A continuación, pondremos la canción Bless the Lord y les invitaremos a cerrar los ojos durante un rato. Podemos motivar este momento planteándoles alguna situación como: ¿Cómo te sientes hoy?; Piensa en un momento que te haya gustado del día de hoy; Piensa en tu paisaje favorito, etc.

Después de estos minutos de relajación, podemos sentarnos en círculo y poner en común cómo lo ha vivido cada niño, si les ha gustado o no, si se han relajado, si han pensado en la situación que les han planteado.

### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a escuchar cómo nos sentimos en cada momento.

### ▶ RECURSOS

Canción.

*Bless The Lord* (en inglés):

<https://www.youtube.com/watch?v=t4Svh-9ohg4>

*Bendigo al señor* (en español):

<https://www.youtube.com/watch?v=GftCWZMf7D4>

*El Senyor* (en catalán):

<https://www.youtube.com/watch?v=nfqa4pRpMh4>

Plegaria:

Gracias, Jesús, por regalarme un nuevo día,  
por los amigos y la familia.  
Gracias por todas las cosas buenas que hay en mi vida.  
Gracias, Jesús, por escucharme y amarme.



## ▶ 3. MARZO: un corazón nuevo



### Motivación del mes

¡Ya ha llegado el mes de Cuaresma! Este mes es un tiempo para detenernos... ¡y estar atentos! Un tiempo para juntarse con los amigos y observar sus corazones, para esperar, para decidir si quiero estar tranquilo y feliz. Conseguiremos cuidar nuestro corazón y enfadarnos menos por las cosas que suceden y no nos gustan. Decidiremos estar alegres todos los días y descubrir qué pasa a nuestro alrededor. ¿Te atreves a ofrecer a los demás esa sonrisa con este nuevo corazón?

### Semana 2 – 6 a 10 de marzo – Ayunar con una sonrisa

¿Tienes ganas de dejar de estar triste, enfadado, rabioso? Esta semana crearemos una receta para olvidarnos del mal humor y llenarnos de felicidad. Piensa que, una vez hecha, puede ayudarte a ser una persona más sonriente.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Propondremos al alumnado cocinar juntos la receta de la alegría. Es importante que se lleve un ritmo ágil y dinámico.

Pondremos un recipiente en medio de la clase e iremos introduciendo en él varios ingredientes, que se pueden ir simbolizando con gestos a medida que vayan vertiéndose:

- Dos cucharadas de amor
- Un kilo de ternura
- Ocho latas de respeto
- Veinte paquetes de alegría
- Diez gramos de paciencia
- Muchos recuerdos
- Una taza de locura



A la receta le falta un último ingrediente, el más importante: una sonrisa ruidosa que cada uno verterá dentro del recipiente.

Una vez acabada la receta de la alegría, nos la beberemos y nos cogerá un ataque de risa contagioso a toda la clase.

Bailaremos la danza de la alegría moviéndonos en círculo al ritmo de la canción Alegría.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a tener el recipiente siempre a la vista y a recordar que, una vez hecha la receta, te ha transformado en una persona aún más sonriente. ¿Serás capaz de aceptar las cosas que no te gustan tanto con una actitud mejor? Situada en un lugar visible, recurriremos a ella cuando lo necesitemos.

#### ▶ RECURSOS

Video. Del Cirque du Soleil.

- Alegría: <https://www.youtube.com/watch?v=68483tVx0eA>

### Semana 3 – 13 a 17 de marzo – Compartir desde el corazón

Cuando compartes tu corazón, este se hace mayor. Tu corazón está más limpio cuando haces las cosas mejor cada día; cuando sabes pedir perdón y dar las gracias. Si quieres compartir tu corazón, ¡que esté grande y limpio! Esta semana vivirás la alegría de estar acompañado de otros corazones como el tuyo y también la felicidad que sientes al compartir un buen corazón con tus amigos.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Veremos el video titulado Fragmentos. Es la historia de una niña con heridas por la tristeza y el poco respeto recibido. A medida que recibe un corazón lleno de amor se va rehaciendo y, sin proponérselo, va curando a las personas con las que comparte ese amor.

Una vez visto el cortometraje, sanaremos nuestros corazones y heridas repitiéndonos diez veces estas cuatro palabras mágicas: «Lo siento, perdóname, te quiero, gracias». Será nuestra pequeña plegaria en este tiempo de Cuaresma.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a regalar alegría a alguien que no tenga. Puedes intentar acercarte a algún compañero o compañera que veas triste y animarlo.

#### ▶ RECURSOS

Video.

Fragmentos: [https://www.youtube.com/watch?v=V-rXgE\\_ZDLg](https://www.youtube.com/watch?v=V-rXgE_ZDLg)

### Semana 4 – 20 a 24 de marzo – Con el latido del mundo

El mundo late, está vivo. Las personas que vivimos en él respiramos a la vez y nos emocionamos muchas veces a lo largo del día. Esta semana tendremos la ocasión de compartir y sentirnos queridos haciendo todos juntos lo mismo: bailar.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Para empezar la dinámica, pondremos un video basado en la canción Celebration, de Kool and The Gang, en el que niños de todo el mundo laten al ritmo de la misma canción. Empezaremos viendo el video y acabaremos bailándolo, porque es imposible estarse quieto.

Cuando haya acabado el video, plantearemos al alumnado las siguientes preguntas: ¿Cómo te has sentido compartiendo el baile con todos estos niños del mundo? ¿Te ha gustado?

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL

Esta semana nos comprometemos a celebrar la vida: elige a alguien a quien quieras y dile una de las cuatro palabras que repetiste la semana anterior: Lo siento, perdóname, te quiero, gracias... a ver qué pasa.

#### ▶ RECURSOS

Video.

Celebration: <https://www.youtube.com/watch?v=8Lu41LulQos>

De Kool and The Gang and Playing for Change.

### Semana 5 – 27 al 31 de marzo – ¿Con quién late tu corazón?

¿Aún no has sentido magia después de compartir tu corazón con los demás? ¿Has tenido alguna sorpresa cuando has jugado con algún amigo o le has dado la mano? ¿Has pedido perdón, has dicho lo siento, has dado las gracias, has dicho cómo quieres a alguien? ¿Y no ha pasado nada? Descubramos más latidos...

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Empezaremos la actividad con el cuento Los buenos amigos, que habla de la amistad entre un conejito, un caballo, un cordero y un corzo. A continuación, comentaremos las actitudes de compartir que ha demostrado cada animalito. Podemos recurrir a preguntas como las siguientes para dirigir la reflexión: ¿El conejito tenía comida hoy? ¿Qué decide hacer? ¿Tú harías lo mismo?

► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a ofrecer algún juguete o a invitar a jugar con nosotros a algún compañero o compañera.

► RECURSOS

Video.

Los buenos amigos (en español): [https://www.youtube.com/watch?v=oR\\_IWuillqw](https://www.youtube.com/watch?v=oR_IWuillqw)

Els bons amics (en catalán): <https://www.youtube.com/watch?v=oFW0Hiz6y5M&t=183s>

Les bons amis (en francés): <https://www.youtube.com/watch?v=u8MpVaRuHtc>



## ▶ 4. abril: estad alegres



### Motivación del mes

¡Ya hemos vuelto de Semana Santa y, además, ha llegado la primavera! La naturaleza renace y te invitamos a sacar lo mejor de lo que llevas dentro. Tienes muchos motivos para estar alegre: piensa en ellos y contágate de alegría. Mantente alegre y ponlo al servicio de los demás: da confianza y recibirás alegrías. Solo tienes que empezar por ti. ¡El mundo necesita tu alegría!

### Semana 2 – 10 a 14 de abril – Confía

¿Sabes qué quiere decir confiar? ¿Confías en tus padres? ¿Confías en tu familia? ¿Tienes confianza en tus amigos? ¿Y en tu maestra? Confiar quiere decir saber que tienes a una persona que te cuida y cree en ti. Para practicar la confianza solo deberás soltarte, dejarte llevar. Si confías, debes estar seguro de que todo irá bien.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Pondremos en práctica El juego del ciego por parejas. Un niño guiará a su compañero o compañera, que no ve, por la clase. Deberán ir sin prisa y con cuidado cuando se muevan entre las mesas, muebles y colgadores. En la segunda ronda, quien haya hecho de ciego pasará a guiarle.

Opcionalmente puede hacerse el juego Me dejo ir. En este caso será el maestro o la maestra quien sujete por las axilas al niño cuando deje caerse de espaldas.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a confiar en un amigo o amiga pidiéndole un pequeño favor a lo largo del día (colgarte la bata, bajarte la mochila, abrocharte un botón de la bata, etc.).

#### ▶ RECURSOS

Pañuelos para tapar los ojos.

### Semana 3 – 17 a 21 de abril – La vida en casa

¿Has pensado en las personas que más te quieren en este mundo? Sí, tus padres. Desde casa te acompañan mientras creces, te explican cuentos y te preparan una comida deliciosa, pero también están contigo cuando te enfadas o no quieres creer. En la escuela también te quieren y no debes olvidar que formas parte de una gran familia, que es tu clase. En clase también podemos hacer que te sientas tan querido como en casa.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Esta actividad pretende trabajar el hecho de dar y saber recibir amor.

Nos pondremos en dos filas, una frente a la otra, para crear así un pasillo a través del cual pasará cada niño, cuando llegue el momento, por turnos. Cada vez que pase un compañero o compañera por el pasillo, el resto deberá regalarle alguna muestra de cariño: puede ser un apretón de manos, un beso, una caricia... incluso decirle alguna palabra positiva: guapo o guapa, amigo o amiga, te quiero, me gustas... Cada uno escogerá cómo puede hacer sentir a gusto a su compañero o compañera. Por el pasillo hay que caminar lentamente, para que el resto de la clase tenga tiempo de demostrar su cariño; además, así podrá recibir las múltiples muestras de cariño en pequeñas dosis.

Una vez realizada la actividad, quienes quieran podrán compartir con el resto de la clase las emociones vividas. Podemos utilizar las siguientes preguntas para dirigir la reflexión:

- ¿La actividad te ha hecho reír?
- ¿Te has sentido a gusto con ella?
- ¿Te ha gustado dar?
- ¿Y recibir?
- ¿Has sonreído en algún momento?

► **COMPROMISO SEMANAL:**

Esta semana nos comprometemos a dar alguna muestra de afecto a los amigos y amigas.

► **RECURSOS**

El propio cuerpo. No es necesaria música, ya que hay que estar muy atentos a lo que hacemos y a lo que nos dicen.

**Semana 4 – 24 al 28 de abril – Plenamente alegres**

Cada día vivimos muchos momentos de alegría en la escuela. Seguro que te gusta mucho jugar en el patio o con los juguetes de clase. A veces nos emocionamos y lo hacemos gritando o chillando; hay muchas maneras de demostrar la alegría. Una de estas formas, que gusta a la mayoría, es escuchando música y dejando que el cuerpo se mueva espontáneamente. Tenemos un cuerpo que nos acompaña en todo momento. Dejémosle expresar siempre que podamos.

► **ACTIVIDAD SEMANAL**

En primer lugar escucharemos la canción Happy, de Pharrell Williams, y nos contagiaremos de la buena vibración que transmite.

Tras escuchar la canción jugaremos a El rey de la pista. Formaremos un círculo y, quien quiera, saldrá en medio a proponer algún movimiento rítmico con el cuerpo, que los demás copiarán.

► **COMPROMISO SEMANAL:**

Esta semana nos comprometemos a dar un choque de manos con algún compañero o compañera.

► **RECURSOS**

Videos.

Happy:

[https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N\\_BXs](https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs)

De Pharrell Williams.

<https://www.youtube.com/watch?v=MOWDb2TBYDg>

Pharrell Williams feat Minions.



## ▶ 5. MAYO: ¿QUÉ QUIERES EN TU CORAZÓN?



### Motivación del mes

Mes de mayo, mes de María, mes de la madre, mes de amor, mes de ternura, bondad y comprensión. En este tiempo celebramos y tenemos en cuenta como María fue buscadora de sonrisas en su día a día, una madre que entregó todo su corazón y su amor a su hijo, una mujer revolucionaria que sirve como modelo y guía a seguir y nos da toda la ternura para seguir sonriendo.

### Semana 1 – 1 a 5 de mayo – Todo corazón

Es un mes especial para todos nosotros y, sobre todo, para todos los que somos Maristas (niños y educadores), un mes en el que recordamos la figura de una mujer que era todo corazón. Una mujer llamada María que mostró su sensibilidad, fuerza y cariño a los demás. Tal y como dice el lema de este año, mostraba todo su corazón con una sonrisa en la cara.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

El educador o educadora proyectará o colocará físicamente en un espacio central imágenes de personas de diferentes edades (niños, jóvenes y adultos) y orígenes (etnia, país de procedencia, etc.) que están sonriendo, una de las cuales será María.

Empezaremos una conversación entre los participantes sobre aquello que ven. Pueden hacerse preguntas como las siguientes para orientar la conversación:

¿Por qué crees que están sonriendo?

¿Qué hace que sonrían así?

¿Esta sonrisa es verdadera?

¿Es una sonrisa de corazón?

Cuando sonrías, ¿qué expresas con este gesto?

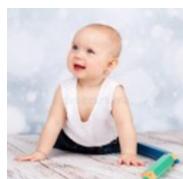
Es importante aprovechar el momento que ofrece la formación en círculo para hablar de la importancia de ser sinceros con nosotros mismos, de sonreír con lo que nos hace felices y poder abrir nuestro corazón a la alegría y a las personas de nuestro alrededor.

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

A lo largo de esta semana habrá muchos momentos y personas que nos harán reír en diferentes acontecimientos. Es un buen momento para darles las gracias de corazón por hacerte reír.

#### ▶ RECURSOS

Imágenes de diferentes personas con una sonrisa en la cara. Pueden ser digitales (para proyectar) o bien impresas (para colocar en el centro de un círculo).



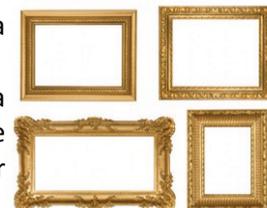
## Semana 2 – 8 a 12 de mayo – Sonrisas llenas de ternura

La semana anterior observamos y compartimos como diferentes personas de todo el mundo deciden sonreír de corazón allí donde van. Ahora, si nos trasladamos a nuestro entorno más cercano, ¿quiénes son las personas que te sonríen a ti? ¿Quiénes son las personas de tu día a día que te sonríen con ternura?

### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

A cada niño le proporcionaremos la mitad de una hoja en la que habrá marcos de fotos vacíos. En esos marcos dibujarán a las personas que les regalan una sonrisa tierna cada día y están a su lado cuando algo no sale bien.

Mientras dibujan puede ponerse música de fondo con la canción Busca lo más vital para animar el momento y el espacio. Finalmente, los alumnos podrán compartir con la clase sus dibujos y colgar los marcos de fotos por el aula para poder mirarlos en cualquier momento.



### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Al final de esta semana descolgaremos los marcos de fotos del aula y los llevaremos a casa para dejarlos colgados en nuestra habitación y así tenerlos presentes.

### ▶ RECURSOS

Hoja con marcos de fotos vacíos.

Canción.

Busca lo más vital (en español):

[https://www.youtube.com/watch?v=UCLr8smSy\\_Q](https://www.youtube.com/watch?v=UCLr8smSy_Q)

The Bare Necessities (en inglés):

<https://www.youtube.com/watch?v=5dhSdnDb3tk>

De la película El libro de la selva.

## Semana 3 – 15 a 19 de mayo – Marcelino y el corazón de María

Recordemos que este mes es tiempo de María, una mujer muy importante en la vida de los Maristas; en especial, un modelo a seguir para Marcelino Champagnat. Si nos fijamos en la imagen de Marcelino, siempre la tenía muy presente. ¿Qué conoces de esta historia? ¿Conoces a María? ¿Conoces a nuestra buena madre?

### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Leeremos la historia de cómo María fue una persona tan importante en la vida de Marcelino, que le ayudó y fue un referente para él. En esta historia, además, se explica por qué somos escuelas maristas y de dónde procede nuestro nombre.

Después de la explicación puede realizarse un turno de preguntas sobre la historia.

Por último, escucharemos la canción de la Buena Madre y la cantaremos todos juntos.

### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

A lo largo de la semana nos comprometemos a cantar todos juntos la canción de la Buena Madre cada día al entrar y la tendremos presente en nuestro día a día.

### ▶ RECURSOS

#### Imagen de María y Marcelino

#### Historia de María y Marcelino

*Hace mucho, mucho tiempo, en un pequeño pueblo de Francia, había un niño pequeño, como vosotros, que se llamaba Marcelino. ¿Sabéis quién es? ¿Lo conocéis? Quizás habéis visto alguna foto. Si no es así, no os preocupéis porque, con este cuento, os quiero explicar cómo era él y una cosa muy muy importante que le sucedió.*

**Marcelino era un niño muy movido, siempre le gustaba ayudar a su familia (para cuidar el ganado, ordenar la casa, limpiar, etc.). Todas aquellas pequeñas tareas**



en las que él podía participar las hacía. Era un niño muy alegre y muy amigo de todo el mundo; en la escuela, siempre podía jugar con sus compañeros y compartía todo lo que tenía. Realmente, era un chico muy sincero.

Fue creciendo y descubriendo cosas nuevas del mundo, ¡como vosotros! Y cuando creció, descubrió la figura de una mujer llamada María. ¿La conocéis? ¿Conocéis a alguien que se llame así? ¿Sabéis quién era María? Pues, mirad, esta figura femenina representó mucho para él. En ella, Marcelino descubrió a una mujer fuerte, valiente, madre, alegre, y que amaba muchísimo a todo el mundo. María era una mujer que simbolizaba ejemplo. Seguro que vosotros también tenéis alguna persona en vuestro entorno a quien escucháis y con quien os gusta estar. Contadme ejemplos.

Cuando Marcelino fue creciendo, cada vez tenía más presente la figura de María, puesto que cada año descubría una nueva virtud en ella y esto hacía que cada vez la quisiera más. De hecho, fijaos cómo le marcó en su vida diaria que la escuela donde estamos hoy, los Maristas, lleva su nombre. Sí, sí, sí... MARISTAS, ¡MARÍA!

#### Canción.

Buena Madre (en español): <https://www.youtube.com/watch?v=QolemJT-9NU>

Bona Mare (en catalán): <https://www.youtube.com/watch?v=rJDEayPliBw>

*Ambas versiones, de Kairoi.*

### Semana 4 – 22 a 26 de mayo – Mujeres de corazón

Hoy nos centramos en la mujer, en María como mujer, más allá de María como madre. De corazón sincero y tierno, fue una mujer joven, revolucionaria y valiente que marcó el inicio de un estilo de vida. Ahora conoceremos la historia de tres mujeres que, al igual que ella, salieron adelante haciendo frente a todas las adversidades.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Leeremos o veremos la historia de tres mujeres: Frida Kahlo, Rosa Parks y Marie Curie.

Después de la presentación, cerraremos la dinámica compartiendo en voz alta el nombre de la mujer que les ha marcado y el motivo por el que la tienen presente.

Compromiso semanal:

En muchas ocasiones no decimos las cosas bonitas que deberíamos decir más, por costumbre. Pues ahora es la oportunidad de hacerlo. Hoy, al salir de la escuela, podemos llamar o ir a ver a aquella mujer que nos ayuda a salir adelante y le damos las gracias por todo lo que hace por nosotros.

#### ▶ RECURSOS

Historia de tres mujeres que cambiaron el mundo: Frida Kahlo, Rosa Parks y Marie Curie.

#### Frida Kahlo: leemos historia

*Érase una vez, en una casa azul luminosa cerca de Ciudad de México, vivía una niña llamada Frida. De mayor sería una de las pintoras más famosas del siglo XX, aunque, de hecho, apenas creció.*

*A los seis años estuvo a punto de morir de poliomielitis. La enfermedad le dejó con una cojera permanente, pero no le impidió jugar, nadar y pelearse como cualquier otra criatura.*

*Cuando tenía dieciocho años sufrió un accidente terrible con un autobús. Volvió a estar a punto de morir y, nuevamente, se pasó muchos meses en cama. Su madre le fabricó un caballete especial para que pudiera pintar estirada, porque, por encima de todo, a Frida le gustaba pintar.*

*En cuanto pudo andar, fue a ver al artista más famoso de México, Diego Rivera.*

*—¿Lo que pinto es bueno? —le preguntó.*

*Sus cuadros eran impresionantes: atrevidos, luminosos y preciosos. Rivera se enamoró de sus cuadros y también se enamoró de Frida.*



Diego y Frida se casaron. Él era un hombre gordo que llevaba siempre un sombrero. Ella se veía pequeña a su lado. La gente les llamaba el elefante y la paloma. Frida pintó cientos de autorretratos bellísimos a lo largo de su vida, a menudo rodeada de los animales y pájaros que tenía. Su casa azul luminosa se ha conservado tal y como la dejó, llena de color, alegría y flores.

**Rosa Parks: leemos historia**



Termino de coser este pantalón y me voy a casa... —barruntaba mientras se ajustaba sobre la nariz sus gafas desgastadas. Estaba algo cansada y aún tenía que atravesar la ciudad en transporte público para llegar a su casa. En el trayecto de vuelta, a menudo tenía que **levantarse de su asiento en el viejo autobús para cedérselo a alguna persona blanca**, algo que le irritaba muchísimo. Por aquel entonces, los autobuses públicos estaban divididos: una zona para blancos, una zona para negros y una zona intermedia en la que podían sentarse las **personas negras**, pero solo si ninguna persona blanca requería el asiento.

—¡Me llevan los demonios! —solía decir—, ¡es que nadie se da cuenta de que todos debemos **ser tratados igual!**

Salió de trabajar. Era 1 de diciembre y se empezaba a notar **el frío invernal** por las calles de Montgomery, en el estado de Alabama, en

Estados Unidos. Allí el invierno solía ser muy corto y para nada helador, pero era suficiente para que el aire frío le entrara por debajo del abrigo marrón que siempre llevaba al trabajo y se le colara hasta los huesos.

Como cada día, subió al autobús y tomó asiento, esta vez en la zona de en medio. Iba mirando por la ventana, entretenida en sus pensamientos, cuando la voz del conductor la sobresaltó:

—Señora, **debe usted levantarse del asiento** al igual que esas otras tres personas negras. El autobús está lleno y han subido personas blancas.

Las otras tres personas cedieron sus sitios, pero **ella se negó**.

—¡Haré que la encierren en la cárcel! —amenazó el conductor.

—Muy bien —respondió—, haga lo que quiera.

Tuvo que pagar una multa y pasó la noche encerrada en la cárcel, **pero se sentía más libre que nunca**.

Después del incidente del autobús, se corrió la voz por los barrios: una vecina había tenido que pagar una multa y había dormido en la cárcel por no dejarle el asiento a una persona blanca; **una injusticia**, un despropósito, **esto tiene que cambiar**.

Hubo protestas y manifestaciones. Marchas de miles de personas andando kilómetros y kilómetros gritando al unísono:

«¡Mis pies están cansados pero mi alma **es libre!**»



**Marie Curie: vemos un video**

<https://www.youtube.com/watch?v=8xvD3-dvYIE>

**Semana 5 – 29 de mayo a 2 de junio – Buscadores de sonrisas**

A lo largo de todo este mes hemos conocido la figura de María, como su estilo de vida marcó a Marcelino y como su sonrisa y valentía dieron pie a muchas mujeres a levantarse y continuar el camino que ella inició. En este camino no todos los días son fáciles, pero ella, sin embargo, tuvo la suerte de contar siempre con personas que la ayudaron a seguir adelante, la animaron y estuvieron con ella.

► **ACTIVIDAD SEMANAL**

A todos nos pasa que hay días en los que necesitamos de las personas que tenemos al lado y, a veces, que alguien nos ofrezca una sonrisa. Ahora, a final de curso, que ya estamos cansados, aún queremos tener más presentes estas sonrisas.

Recordaremos las fotos que nos tomaron a principio de curso con aquella sonrisa; ahora es el momento de recuperarlas. Se pondrá una caja con todas las sonrisas de los compañeros y compañeras dentro. Ese será el momento de hacer regalos. Cuando veamos triste a algún compañero o compañera o cuando parezca que alguien necesita una sonrisa, en vez de decirle algo, cogeremos la foto con nuestra propia sonrisa y se la regalaremos para que la tenga presente.

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana propondremos que, cuando veamos a algún compañero o compañera que necesita una sonrisa, le regalemos la nuestra para que se la lleve y pueda regalársela a otra persona cuando vea que esta la necesita.

### ► RECURSOS

Caja para guardar las sonrisas de los niños.  
Las imágenes con las sonrisas que se tomaron al inicio del curso.  
Cámara de fotos.



## ➔ 6. Junio: MIRA CÓMO SONRIEN



### Motivación del mes

Empezamos el último mes de este curso escolar. Durante todo este tiempo hemos conocido a personas que nos han contagiado sonrisas, que viven la vida con una sonrisa y un corazón cargado de energía y alegría. Hemos tenido la oportunidad de conocer quiénes son esas personas que nos hacen sonreír y nosotros hemos regalado nuestras sonrisas. Ahora es el momento de darnos cuenta de todo lo que hemos hecho y de poder llevarlo más allá de la escuela.

### **Semana 1 – 5 a 9 de junio – La sonrisa de Champagnat**

En esta semana tan especial para los Maristas recordamos una frase de Marcelino Champagnat: «Que puedan decir de nosotros “Mirad cómo se quieren”». Os proponemos que, durante esta semana, tengamos presente esta frase, pero con una pequeña modificación: «¡Mirad cómo se quieren y mirad cómo sonríen!».

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Esta semana, la del 6 de junio, celebramos la fiesta de san Marcelino Champagnat. ¿Qué mejor forma de hacerlo que cantando y bailando, ya que se trata de una fiesta?

#### ▶ COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana propondremos recordar la canción de Marcelino y mostrarla a la familia para bailarla todos juntos.

#### ▶ RECURSOS

Videos.

Tú serás hoy Champagnat (en español)

[https://www.youtube.com/watch?v=DJiTTfeu\\_HU](https://www.youtube.com/watch?v=DJiTTfeu_HU)

Avui seràs Champagnat (en catalán) (con coreografía)

[https://www.youtube.com/watch?v=ArZ\\_nHQcBJI](https://www.youtube.com/watch?v=ArZ_nHQcBJI)

### **Semana 2 – 12 a 16 de junio – Gracias de corazón**

Hoy, entre toda la clase, nos daremos las gracias, las gracias de corazón. Sin grandes palabras ni charlas, solo cuidando y compartiendo lo que llevamos en nuestro interior.

#### ▶ ACTIVIDAD SEMANAL

Hemos compartido todos juntos un curso que empezamos con muchísima fuerza. Ahora necesitamos relajarnos y cuidarnos un poquito entre todos.

Primero formaremos un tren (unos niños detrás de los otros). A continuación, uniremos la parte inicial y la final del tren formando un círculo y nos sentaremos. En este círculo cada niño tendrá a un compañero o compañera entre sus piernas y le verá la espalda. Pondremos la canción Rompo un huevo, que nos guiará para saber cómo debemos tratar la espalda de la persona que tenemos delante.

Al finalizar, compartiremos con los demás las razones por las que queremos darle las gracias al compañero o compañera que nos ha masajead. Las gracias no deben ser solo por el masaje, sino por alguna cosa que haya compartido con él o ella durante el curso.

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Esta semana nos comprometemos a acercarnos a compañeros y compañeras que hemos visto y a darles las gracias.

### ► RECURSOS

Canciones.

Rompo un huevo: <https://www.youtube.com/watch?v=dMfnVxp0sg0>

*Del canal de Youtube Pica-Pica.*

Massatges: <https://www.youtube.com/watch?v=2RaUhbr7Jms>

*De Dàmaris Gelabert.*

## Semana 3 – 19 a 23 de junio – Sonrisa interminable

Aunque sea la última semana de curso, no quiere decir que nuestra sonrisa deba apagarse. Lo que deberíamos hacer es mantenerla y llevarla mucho más allá de la escuela. A lo largo de este verano, llevaremos la sonrisa que hemos trabajado durante todo el curso a las personas de nuestro alrededor, para que estas puedan verla y la lleven a otros lugares y a otras personas. De este modo, haremos que nuestra sonrisa sea interminable.

### ► ACTIVIDAD SEMANAL

Colgaremos en la pizarra una imagen con dos ojos y una nariz muy grandes (que pueden sacarse de la imagen inferior o bien pueden dibujarse).

En la imagen falta la sonrisa, que haremos entre todos. Cada niño dibujará una sonrisa en una hoja en blanco. Cortaremos un trozo de cada sonrisa y los juntaremos hasta obtener una sonrisa completa. De esta forma, tendremos una sonrisa muy larga formada por los dibujos de todos los niños.

Nos tomaremos una foto con la sonrisa interminable de la semana, la imprimiremos y nos la llevaremos a casa como recuerdo del curso escolar.

### ► COMPROMISO SEMANAL:

Durante esta semana nos comprometemos a llevar a casa la foto con nuestra sonrisa, colgarla en la habitación y recordar esa sonrisa.

### ► RECURSOS

Folios en blanco

Hoja impresa con dos ojos y una nariz.

