

INFANTIL

SESIÓN 1: SOY ALGUIEN ESPECIAL

Objetivo:

- Aprender a relajarse para estar cómodo y tranquilo con uno mismo y con los demás..
- Descubrir el silencio como paso previo al autoconocimiento

Materiales:

- Mascota
- Esterillas
- Música ambiental con sonidos de la naturaleza
- Folios
- Lápices de colores
- Tijeras

Ambientación: vamos a dedicar un rato a nuestra mascota, a la que queremos y cuidamos mucho. También nuestros compañeros y amiguitos nos quieren, cada día venimos al colegio para encontrarnos con ellos y vivir aventuras divertidas. Hoy aprenderemos la importancia de estar relajados y tranquilos para así darnos cuenta de lo importantes que somos para los demás. Para Jesús también somos importantes, Él es nuestro mejor amigo, está siempre a nuestro lado.

Dinámica activa:

Presentamos cada uno a nuestro muñeco, mascota o peluche y dialogamos lo importante que es para nosotros. El profesor guía el diálogo y cada alumno va presentando a su mascota, dice cómo se llama, en qué lugar de la casa lo tiene, cómo lo cuida, las cosas que le cuenta, etc. Acostumbramos a los alumnos a saber escuchar a los compañeros y que sepan respetar el turno de palabra.

Dinámica de quietud

Sentados en círculo sobre unas esterillas, enseñamos a los alumnos las técnicas principales para relajar el cuerpo y su importancia para sentirnos bien cada día. Practican con sus muñecos y después lo harán en parejas con un compañero. Es una forma de entrar en contacto con el propio cuerpo y con el del compañero. A través de un masaje o de una sesión de caricias, el alumno se adentra en el mundo de las emociones, desarrollando la capacidad de transmitir afecto, el respeto y cuidado tanto de su cuerpo como el del otro.

Los alumnos tienen que ayudar a sus mascotas a mover los brazos y los pies muy lentamente, a girar la cabeza a un lado y a otro, a masajearle la sien. Una vez recibidas las instrucciones, se pondrá una música donde se escuchen especialmente los sonidos de la naturaleza: pájaros, agua, etc.

Luego dejan a las mascotas descansando en la esterilla y practican con sus compañeros. Para finalizar, realizan una técnica de respiración. Con la ayuda de una pelota de goma que el profesor aprieta en la mano, aprenden los conceptos de espirar e inspirar. Se les pide que respiren profundamente y que poco a poco vayan cerrando los ojos.

El profesor entonces, va nombrando a cada alumno por su nombre diciendo: X eres especial porque tienes una familia que te quiere, porque tus amigos quieren jugar contigo, porque siempre prestas los juguetes, porque.... *(se irán diciendo según las circunstancias de cada alumno)*.

También somos importantes para Jesús, ese amigo que nunca nos va a fallar. Mirad lo que hizo un día Jesús con los niños *(narramos, a modo de cuento, el pasaje evangélico de Mc 10, 13-16)*.

Tal vez por ser pequeño puedes pensar que la gente mayor no te da mucha importancia y que a veces pienses: “¿les importo?”... Y a Jesús, ¿le importo?, ¿es verdad que me quiere como muchas veces oigo? ¡Pues sí! A Jesús le importas y también a toda la gente que día a día te cuida: tus abuelos, tus papás, tus amiguitos, compañeros de clase, profesores....

Cuando Jesús vivía en la Tierra, los padres iban con sus hijos a junto de Jesús para que les *bendijera*. ¿Sabéis lo que significa esta palabra? Pues que querían que Jesús les dijera cosas bonitas, se fijara en ellos y los cuidara.

Pero había unas personas mayores allí que pensaron que los padres no debían molestar a Jesús llevándoles a sus hijos y entonces se enfadaron un poco. Pero lo gran sorpresa fue que a Jesús no le gustó que esos mayores reprendieran a los padres y a sus hijos y les dijo que permitieran que se acercara a Él. Además, cogió a un niño en sus brazos y dijo que los niños eran sus preferidos y que Él

los quería mucho. A partir de entonces, Jesús y los niños fueron siempre unos amigos especiales.

- **Expresión y puesta en común**

El profesor pone 2 veces el siguiente vídeo en la pantalla digital. La primera vez lo ven y escuchan; la segunda vez pueden bailar. El profesor saca alguna foto.

Canción Infantil : Soy especial <https://youtu.be/AfdEH1-hOdw>

En el corcho de la clase se colocan las fotografías de esta sesión con un mural que ponga: "Para Jesús soy especial". Y todas las mañanas, en el rezo matinal, se les recordará a los alumnos lo especiales que son.