

## SESIÓN DE INTERIORIDAD

<b>TÍTULO DE LA SESIÓN:</b> PEQUEÑOS COMO SAN FRANCISCO		<b>FECHA:</b>
<b>DURACIÓN:</b>	<b>ETAPA: Secundaria</b>	
<b>LUGAR:</b>	<b>NIVEL:</b>	
<b>OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:</b> Ser conscientes de lo que significa ser “pequeños” de vivir y disfrutar las pequeñas cosas de la vida a través de la enseñanza de San Francisco con el hilo conductor de la interioridad.		
<b>MATERIALES :</b> Papeles de colores		
<b>DESARROLLO:</b>		
<p><b>Ambientación (5’):</b> Explicación sobre el lema de este año, que se centra en “pequeños” Ver corto “ Yo de mayor quiero ser pequeño” (<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Qnu0-6Ry-3Y">https://www.youtube.com/watch?v=Qnu0-6Ry-3Y</a>)</p> <p><b>Juego (5’):</b> Explicar la importancia del juego no solo en el niño sino también en los adultos. Existen innumerables estudios científicos que demuestran los beneficios neurológicos del juego en niños y adultos. Muchas son las ocupaciones o la organización de nuestra vida diaria que le quitan tiempo al juego. No se trata de no hacer otra cosa que jugar, se trata de dar al juego la enorme importancia que tiene y buscar momentos para <b>jugar</b>, no de vez en cuando sino <b>cada día</b>. Para ello vamos a empezar jugando: Cada uno de ellos elige un sitio y una postura cómoda dentro del aula., puede moverse por toda la clase ponerse de pie, sentados, en el suelo... El “Elegido” debe <b>visualizar la escena con mucha atención</b> y grabarla en su memoria. Sale del aula por un breve espacio de tiempo. El tiempo suficiente para que dos de ellos se cambien de sitio, o cambien de postura, o se cambien algún accesorio (dependiendo del nivel de dificultad que queramos poner). Cuando vuelve a la clase, el que se la liga debe descubrir el cambio de escena que se ha producido entre sus compañeros.</p> <p>Este es un juego en el que <b>todos participan</b> de una u otra manera.</p> <p><b>Observaciones:</b></p> <p><b>Dinámica (15’):</b> Se trata de contar un cuento entre todos Te ayudará a imaginar cuán peor (o mejor) te pueden resultar las cosas según la importancia que le demos y lo importante de las cosas pequeñas</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El primer alumno/a empieza: “Había dos hermanos gemelos que podían leerse la mente”.</li> <li>2. El segundo alumno/a continúa con la historia, pero agregando un obstáculo: “Lamentablemente, un día uno de los gemelos no podía sacarse de la cabeza la canción de la bicicleta</li> <li>3. El tercer alumno /a sigue con la historia, pero sumando un giro optimista: “Afortunadamente, esto les dio la idea de viajar a otro país”.</li> </ol>		

**Observaciones:**

**Dinámica interiorización (10')**: Os invitamos, ahora a realizar una relajación para una escucha activa. Para ello nos vamos a sentar bien en la silla, apoyamos bien la espalda, dejamos los pies apoyados en el suelo sin cruzar las piernas y las manos sobre las piernas.

Cerramos los ojos, y respiramos profundamente tomando el aire por la nariz y soltándolo por la boca (3 veces). Nos centramos en los sonidos que nos rodean, primero en los de dentro de la sala (...) luego en los de fuera (...) incluso los sonidos de mi propio cuerpo (...). Seguimos con los ojos cerrados y escuchamos con atención plena lo que vamos a escuchar.

Leerles la lectura de HISTORIAS DE FRANCISCO: EL ENCUENTRO CON EL LEPROSO ( comic Francisco y el leproso)

El profesor contextualiza el comic con lema de este año “pequeños” (observaciones)

**Observaciones:**

En el mundo en el que hoy nos movemos, la sociedad (que somos todos) propone como algo esencial ser el primero, ser el que más..., o lo que es peor, estar por encima de los demás. Desde luego que no nos referimos a ser el campeón de Liga o medalla de oro en los Juegos Olímpicos. El mundo de hoy quiere a emprendedores que sepan escalar entre sus semejantes (más bien diríamos “trepar”), primar el triunfo rápido y fácil y si puede ser convertirlos en estrellas mediáticas. Se establece una competición cruel por ser el primero...

Y desde luego que se consigue: el primero en orgullo, en soberbia, en complejo de superioridad, y se cae víctima y marioneta del sistema del “poder más” y del “ser más” que los otros.

Ante esta carrera del prestigio, Francisco de Asís nos propone, con su vida, una inversión de valores, en la que el ganador va a ser el menor.

Ahora abre los ojos. Tras escuchar atentamente puedes decir en voz alta con que frase o sensación te quedas.

**Expresión- Puesta en común (10')**: Es evidente: en las cosas pequeñas, en aquello que no solemos darle importancia es donde suelen gestarse los mayores goces, triunfos y alegrías. Como Dios nos regala esos pequeños pero importantes momentos. Vamos hacer un listado sobre las cosas importantes en el día a día

Cada alumno escribirá un papel una cosa que me hace feliz. Los mayores irán a buscar a los pequeños y se explicaran su mensaje. Bajaran todos juntos al patio y se realizara un mural con las frases de todo el colegio.

Por ejemplo:

Despertarnos tarde

Preparar un coctel especial para toda la familia

Organizar un picnic en un lugar diferente

Preparar un desayuno diferente al resto de la familia

Volar una cometa

Regar y cuidar las plantas

Pasar tiempo en familia jugando

Jugar con globos de agua

Acostarnos muy tarde

Ir de excursión a la montaña

Descubrir lugares desconocidos

**Observaciones:**

**POSIBLES VARIANTES:**

Si preferimos no realizar las actividades como una sesión de interioridad, la podemos modificar en actividades de tutoría para ello, podemos ampliar la contextualización de San Francisco:

**ESTA PASIÓN INÚTIL POR SER SIEMPRE EL PRIMERO**

*Según sus biografías (Tomás de Celano, Leyenda de los tres Compañeros, S Buenaventura...) Francisco de Asís en sus años mozos era un fiel reflejo del joven que quiere conseguir ante todo ser el primero en todos los ámbitos de su vida: famoso, rico, vanidoso, buen trovador, no le faltaba de nada. Incluso sus compañeros de fiestas y comilonas lo nombraron jefe de cuadrilla (algo así como "el rey del mambo de los colegas"). También hábil mercader, aspiraba a suceder y mejorar los negocios de su padre Pedro Bernardone. Y por si fuera poco, su ambición le llevó a marchar a la guerra con la intención de ser armado caballero y subir así más en el escalafón social.*

*Pero, tras su fracaso en 1202 (terminó siendo hecho prisionero, durante un año), vuelve a alistarse en 1205 a las órdenes del conde Gentile. Ahora Francisco, a sus 23 años, tiene otros planteamientos, y va sufriendo una lenta transformación interior: ¿Quién es "esa gloria" que va a conquistar? ¿Tener más dinero lo va a hacer más rico? ¿Quién lo va a hacer más noble porque lo diga él? ¿Va a ser el primero porque tenga un papel donde diga "el primero"? (interpretación libre).*

*El momento crucial de su transformación llega en el encuentro con un leproso (prototipo del marginado y excluido social en la Edad Media).*

**CONCLUSIONES**

*La ambición de Francisco por ser el primero en todo: amigos, negocio, dinero, sociedad... sufre una gran transformación, poco a poco, para cambiar sus valores por otros evangélicos, en los que el último es el primero, el que más lo necesita, el marginado. Este cambio se refleja en la historia del leproso.*

*Todo ello se plasma en la idea de ser menor: (el nombre auténtico de los franciscanos es el de "hermanos menores") sencillez y sinceridad, espontaneidad y concreción, humildad y alegría, abnegación y disponibilidad, cercanía y servicio.*

Y contestar a las siguientes preguntas:

**PREGUNTAS Y ACTIVIDADES**

(Según edades se pueden emplear unas u otras, añadir, quitar, etc.)

1. **Escucha** atenta (tanto del resumen de su juventud como del relato).
2. **Comentario** de lo que ha parecido y de lo que más ha llamado la atención.
3. ¿Qué características (adjetivos) observas en la actitud de Francisco al principio?
4. ¿Cómo calificas las actitudes de después?
5. ¿Qué diferencias encuentras?
6. ¿Cuáles te parecen más positivas? ¿Por qué?
7. ¿Qué piensas que es "ser sencillo"?

¿Merece la pena dejar de ser "tan importantes" en algunos temas para ser "menores"? Pon algunos ejemplos, cuanto más cercanos a ti, mejor.

**OBSERVACIONES:**