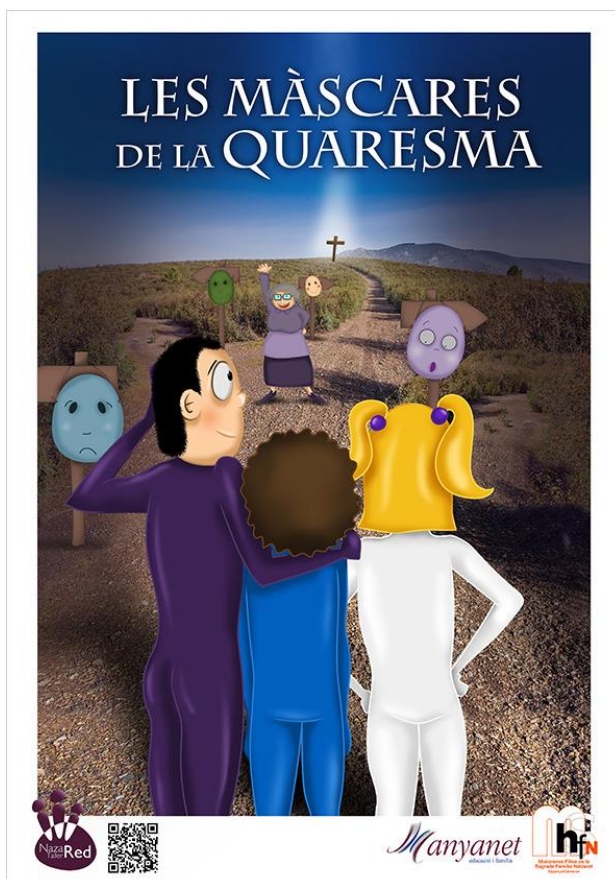


# Dinàmica Quaresma: Les màscares de la Quaresma

CICLE MITJÀ I CICLE SUPERIOR  
Curs 2021/22

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>OBJECTIUS</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Viure la Quaresma a prop de Jesús i preparar-nos interiorment per a la Pasqua del Senyor</li> <li>• Créixer i treballar els valors i les bones accions</li> <li>• Conèixer amb major profunditat els fets i les actituds de Jesús</li> </ul>   |
| <b>MATERIALS<br/>ACTIVITATS</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartell</li> <li>- Ordinador i projector</li> <li>- Cartolines, fulls, colors, pintures...</li> <li>- Fitxa camí (activitat 1, opcional)</li> </ul>  |
| <b>RECURSOS<br/>WEB</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Videos: <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=hRIKctHXq94">https://www.youtube.com/watch?v=hRIKctHXq94</a> (Haz que tu vida brille ayudando a los demás).</li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=D-slvQCc4qY">https://www.youtube.com/watch?v=D-slvQCc4qY</a> (El poder de tus actos).</li> </ul> </li> </ul> |

## El cartell:



La Quaresma és un temps destinat a la reflexió sobre les nostres actituds i pràctiques dutes a terme, suposa realitzar un camí per preparar-nos per a la Pasqua. En aquest camí cap a la interioritat, hem de deixar enrere tot allò que ens bloqueja, fer una pausa per analitzar com estem. A través de diferents emocions (màscares), hem d'avançar cap a l'amor, cap a Jesús. Al llarg del camí, haurem de

superar diferents obstacles i decidir cap a on vull anar i "quina màscara posar-me" per aconseguir-ho.

## Les dinàmiques

Cada any, durant el temps de Quaresma, se'ns convida a la reflexió sobre la nostra pròpia vida, sobre nosaltres mateixos amb Déu i sobre nosaltres mateixos amb els altres. És a dir, **ORACIÓ** (amor a Déu), **ALMOINA** (amor als altres) i **DEJUNI** (amor a un mateix).

La dinàmica d'enguany la dividirem en tres activitats, en relació amb l'exposat anteriorment, i una activitat final com a cloenda de tot allò treballat:

1. **COM VALORO EL MEU CAMÍ?**, en relació amb el DEJUNI (amor a un mateix): Com sóc?, Com m'he portat?, Què m'agrada de mi i què no?, Per què?, Què m'agrada fer i què no?, etc.
2. **LES MEVES ACCIONS TENEN CONSEQÜÈNCIES**, en relació amb l'ALMOINA (amor als altres): Com sóc amb els altres?, Com seré amb els altres a partir d'ara?, Què puc fer per a ajudar als altres?, Com puc plasmar en les altres persones l'aprens i reflexionat?, etc.
3. **LA CONNEXIÓ AMB DÈU**, en relació amb l'ORACIÓ (amor a Déu): Què li vull dir a Déu? Podem parlar amb Ell, demanar-li ajuda, força... donar-li les gràcies per l'aconseguit, etc.
4. **COM ÉS LA MEVA MÀSCARA?**

### COM VALORO EL MEU CAMÍ

#### SESSIÓ 1

En aquesta sessió treballarem la nostra pròpia visió. Cadascun es descriurà a si mateix a partir d'adjectius qualificatius que consideri que el defineixen.

Abans de plasmar-ho en el paper, podem fer una posada en comú dels adjectius qualificatius que coneixen perquè puguin ser més precisos en les seves descripcions. A més, és important deixar-los un temps per a pensar i convidar-los a respondre's preguntes com: com sóc amb els meus amics, pares, germans...?, com reaccio quan alguna cosa no m'agrada?, què em posa content?, faig cas?, què m'agrada fer?, etc.

Una vegada ho hagin pensat, poden plasmar-ho d'una forma creativa, a partir de dibuixos, per exemple: formant una flor amb un adjectiu en cada pètal, fent alguna forma amb peces de "lego"...

Quan hagin acabat, poden compartir-ho amb els altres i provar de justificar-ho amb exemples.





# Dinàmica Quaresma: Les màscares de la Quaresma

CICLE MITJÀ I CICLE SUPERIOR  
Curs 2021/22

## SESSIÓ 2

Reflexionar sobre quins creuen que han estat els passos que han fet fins ara: tot allò que s'han proposat i que han aconseguit i allò que no o que els ha sortit malament. És a dir, coses positives i coses negatives que els ha passat fins ara al llarg del camí recorregut aquest curs. Per poder-ho recollir, poden fer servir la fitxa adjunta, on hi ha un camí dibuixat, i anar-hi escrivint tot amb ordre cronològic d'una forma més visual.

## LES MEVES ACCIONS TENEN CONSEQÜÈNCIES

### SESSIÓ 1

La mestra (o ells mateixos) plantejarà diferents accions que es donin en la interacció amb els altres. Entre tots, per parelles o de forma individual, han de pensar com aquestes accions que un fa impacten en els altres, és a dir, quines conseqüències, tan pels altres com per nosaltres (com ens fan sentir?) hi ha darrera de les accions que un fa, ja siguin positives o negatives.

A continuació, s'ofereixen una sèrie d'imatges i dos vídeos que poden ajudar o inspirar per fer l'activitat.



<https://www.youtube.com/watch?v=hRIKctHXq94> (Haz que tu vida brille ayudando a los demás.



# Dinàmica Quaresma: Les màscares de la Quaresma

CICLE MITJÀ I CICLE SUPERIOR  
Curs 2021/22

<https://www.youtube.com/watch?v=D-slvQCc4qY> (El poder de tus actos).

## SESSIÓ 2

Un cop feta la reflexió, es centraran en ells mateixos i pensaran en alguna acció equivocada que hagin fet o alguna acció positiva que hagi tingut algun company cap a ells. Quan ja ho hagin pensat, tindran l'oportunitat de demanar perdó o donar les gràcies a aquells companys que ho mereixin, a través d'un missatge que els faran arribar.

Al finalitzar l'activitat, qui vulgui ho podrà compartir amb la resta.

## LA CONNEXIÓ AMB DÉU

### SESSIÓ 1

Després de les activitats anteriors, que ens han ajudat a pensar en com ens comportem/som i quines conseqüències té això, toca reflexionar sobre quins són els canvis que volen fer. Aterrar totes les idees que han anat sorgint i traslladar-ho a una part més pràctica, al seu dia a dia.

Un cop ho tinguin, ho poden escriure en cartolines i penjar per la classe, per fer-ho visible.

### SESSIÓ 2

Com ens connecten amb Déu aquests canvis? Reflexió sobre què ens ensenya Jesús, què espera de nosaltres, sobretot en aquest temps de Quaresma.

## COM ÉS LA MEVA MÀSCARA?

Per a finalitzar la Quaresma, realitzaran la següent activitat: dissenyar la seva màscara. Després de tot, "Què em vull posar per recórrer el camí de la Quaresma?".