

Dinàmica escolar primària

Catequesi comunió

Dinàmica Quaresma

Quaresma: enCREUats

OBJECTIUS	• Viure la Quaresma a prop de Jesús i preparar-nos interiorment per a la Pasqua del Senyor • Créixer i treballar els valors i les bones accions • Conèixer amb major profunditat els fets i les actituds de Jesús
MATERIALS	• Material per fer el cor (cartolines, cartró...) • Cartells de temptació i acció • Dibuix petjada i caixa per guardar-les (opcional)
RECURSOS WEB	• https://www.youtube.com/watch?v=87uzDJDR5KY Cançó "Camins" de Sopa de Cabra • https://www.youtube.com/watch?v=mdA2sByFX1I Colour your world with kindness

El cartell



La Quaresma és un temps dedicat a la reflexió sobre les nostres actituds i accions diàries, un moment per preparar-nos interiorment per a la Pasqua. Les paraules temptació, passió, acció i cor són conceptes que s'entrellacen dins nostre, com un camí que hem de recórrer amb compromís i valentia. És el temps de reconèixer les temptacions que ens dificulten avançar, però també d'encendre la passió i posar en acció el nostre cos per superar-les. Aquest viatge ens convida a transformar els reptes en oportunitats i a caminar amb més força i esperança cap a la Pasqua. Estàs preparat per jugar amb les paraules i fer que el teu cor bategui amb passió i acció?

Dinàmica escolar primària

Catequesi comunió

LA DINÀMICA

Enguany, la Quaresma començarà el dia 18 de febrer amb el Dimecres de Cendra i acabarà el 2 d'abril, donant pas al Tridu Pasqual.

Ens preparem per a un viatge molt especial: arribar a la gran festa de Jesús, la Pasqua.

En aquesta dinàmica, el que volem és passar de la temptació (allò que ens fa anar pel camí fàcil, mirar només per nosaltres) a l'acció (quan el que sentim es converteix en fets), posant-hi cor (sentiments) i passió (les ganes i l'energia) en el que fem cada dia.

D'aquesta manera, la dinàmica es divideix en 5 activitats, que es poden repartir al llarg de les setmanes com millor convingui, que permetran als infants reflexionar i prendre consciència del que poden fer per millorar i viure amb intenció, no de "qualsevol manera".

ACTIVITAT 1

CAMINEM AMB MÚSICA

Treballarem a partir de la cançó "[Camins](#)" de Sopa de cabra.

La Quaresma és un camí que fem dia a dia. A través de la cançó, ens situem en aquest temps i ens disposem a caminar amb més consciència, pensant en les decisions que prenem i en com actuem amb els altres:

- Caminar sense pensar/ caminar amb intenció
- Deixar-se portar/ decidir per un mateix
- Fer el camí sol/ sentir-se acompanyat

Un cop haguem escoltat la cançó i haguem parat atenció al que diu, podem fer una reflexió: Com estic caminant en el meu dia a dia? Què m'agradaria fer diferent en aquest camí?

ACTIVITAT 2

EL COR QUE S'OMPLE D'ACCIONS

Treballarem a partir de la silueta gran d'un cor (que poden fer els alumnes o la mestra), on hi haurà escrites diverses paraules que representen temptacions o actituds que ens poden allunyar dels altres i de fer el bé, com per exemple: indiferència, enveja, egoisme, ràbia... A partir d'aquestes paraules, els infants han de pensar quina paraula d'acció o actitud positiva pot ajudar a transformar-les, com per exemple: ajuda, respecte, perdó, paciència.... Les paraules d'acció s'escriuen en tires i s'entrecreuen dins del cor amb les temptacions, com si

Dinàmica escolar primària

Catequesi comunió

fossin uns mots encreuats, mostrant simbòlicament cap a on volem caminar i quina actitud volem aprendre.

En acabar, podem fer una petita reflexió amb l'alumnat: les paraules que triem i les actituds que aprenem ens ajuden a omplir el cor i a recórrer el millor camí, escollint la millor intersecció.

ACTIVITAT 3

DEL COSTAT DE LA TEMPTACIÓ AL COSTAT DE L'ACCIÓ

Treballarem a partir d'una activitat més dinàmica. L'espai es divideix en tres parts: un costat representa la temptació, l'altre l'acció, i al mig hi ha el punt de partida, on se situen els infants (es poden fer uns cartells de temptació i acció perquè sigui més visual).

Quan tot està a punt, es presenta una situació real que es pot donar a l'aula o al pati i que no és favorable, com per exemple: veig algú sol al pati, algú s'equivoca i els altres riuen, m'enfado perquè no em surten les coses, no em ve de gust complir una norma, etc. Davant d'aquesta situació, els alumnes primer han de pensar quina actitud els portaria pel camí de la temptació i es desplacen cap a aquest costat. Tot seguit, es reflexiona sobre quina actitud els ajudaria a millorar la situació i es mouen cap al costat de l'acció, visualitzant així el pas que podem fer quan decidim actuar bé.

Un cop feta l'activitat, podem fer un tancament de la sessió de la següent manera: sempre podem triar què fem amb el que ens passa o observem. Les decisions petites també compten.

ACTIVITAT 4

MIRAR PER TRANSFORMAR

Treballarem a partir del vídeo "[Colour your world with kindness](#)", que mostra com petits gestos d'amabilitat poden transformar el dia a dia de les persones i l'entorn que les envolta. A través d'imatges senzilles i sense necessitat de paraula, els infants observen com una actitud negativa o indiferent pot canviar quan algú decideix actuar amb bondat. El vídeo ajuda a veure que una sola acció pot generar una cadena de canvis positius.

Alguns aspectes a observar durant el visionat poden ser:

- Situacions quotidianes on algú passa desapercebut
- Gestos petits que fan sentir millor els altres
- Com l'ambient canvia a mesura que apareixen accions positives

Dinàmica escolar primària

Catequesi comunió

Al final de la sessió, es pot fer reflexionar els alumnes a partir de preguntes com: què canvia quan algú decideix actuar amb bondat?, quina petita acció puc fer jo per millorar el meu entorn?

ACTIVITAT 5

UN PETIT COMPROMÍS, UN PAS ENDAVANT

Per acabar el camí de la Quaresma, i després de tot el que s'ha treballat, es proposa un moment tranquil i simbòlic. Cada infant pensa, en silenci, en una actitud o acció senzilla que vol intentar cuidar d'ara en endavant: a l'aula, al pati o a casa. Quan ho té clar, ho escriu en una petjada de paper com a símbol del pas que vol fer. Aquest gest representa el compromís personal que assumeix amb ell mateix i amb els altres.

Un cop escrita, la petjada es pot col·locar en un espai en comú o guardar dins d'una capsa, com si fos un petit tresor, recordant que els compromisos importants sovint es cuiden en silenci.