

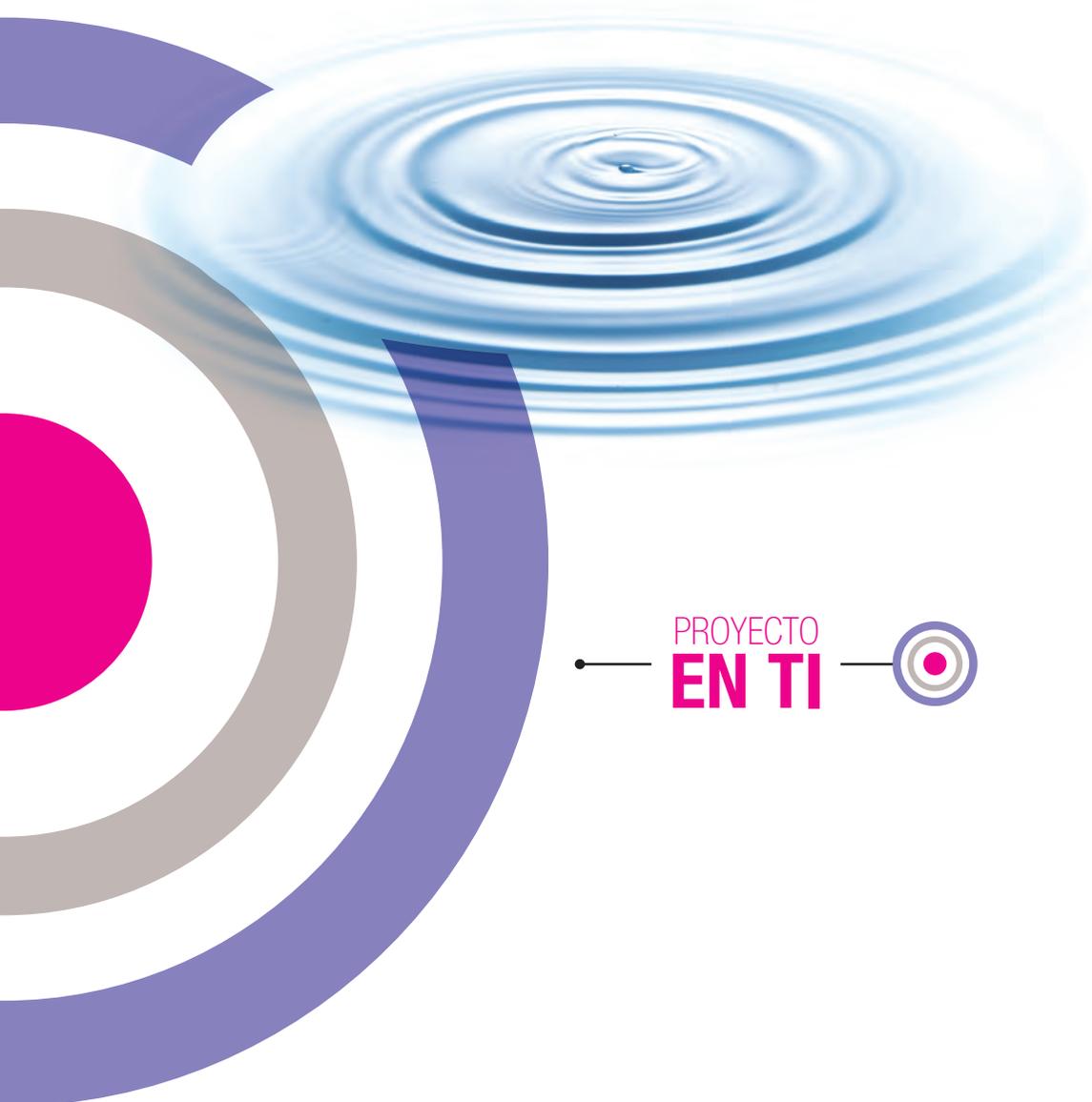
2.º ESO

Mi blog

Autor: Josean Manzanos

Revisores técnicos: David Gaspar, Josep Maria Nonay y Joan Ortín

Revisora pedagógica: Aletza Urcelay



PROYECTO
EN TI 

A
E
L
E
R

1.	Un cielo de burbujas	3
2.	Gotas de lluvia	4
	Anclaje 1: Recrear lo creado	5
3.	La ruleta de la creación	6
4.	El haiku personal	7
	Anclaje 2: Ver la vida interior	8
5.	Los tres sabios	9
6.	Mi bocadillo	10
	Anclaje 3: Sentir sorpresa y asombro	11
7.	La pantalla personal	12
8.	El árbol de la diversidad	13
	Anclaje 4: La diversidad interior	14
9.	El arco, el dragón y el viento	15
10.	Jugando con la luna y el sol	16
	Anclaje 5: La consciencia del cuerpo	17
11.	Separar las nubes	18
12.	El arcoíris sobre las olas	19
	Anclaje 6: Movimientos conscientes	20
13.	La tela de araña	21
14.	Talentos y límites	22
	Anclaje 7: Acompañados de nuestras emociones	23
15.	Relatos de compasión	24
16.	La voz interior	25
	Anclaje 8: Escuchar y escucharnos	26
17.	La cueva del corazón	27
18.	La línea de la vida	28
	Anclaje 9: Conocer nuestro ser	29
19.	El equilibrio corporal	30
20.	El eje de gravedad	31
	Anclaje 10: Favorecer el silencio	32



Un cielo de burbujas



1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

Escribe el nombre de las personas que han aparecido en tu «cielo de burbujas» y describe alguna de sus características por las que son tan especiales para ti.



3. Apps

Frase de referencia: **CONFÍA EN SER FELIZ.**

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



Gotas de lluvia

2



1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

Has realizado un ejercicio de observación en el que el objetivo era admirar. Explica la diferencia entre *mirar* y *admirar* algo y escribe qué sugieres para que las personas nos acostumbremos a admirar y no solo a mirar.

Diferencia:

Sugerencias:



3. Apps

Frase de referencia: ESTAMOS ATENTOS A LA BELLEZA DE LOS DETALLES.

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



Recrear lo creado

ARMONIZACIÓN

LA EXPERIENCIA ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

ELEMENTOS

- SMS: Recuerda los mensajes de las dos experiencias que has vivido. Explica a tus compañeros el significado de los mismos y los motivos de la elección de tus destinatarios.

SINTONÍA

EL DESCUBRIMIENTO ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

DESCRIPTORES

- Frase de referencia: «Confía en ser feliz».
- Preguntas de reflexión: Mi cielo de burbujas → ¿han notado tus «personas especiales» que te has acercado más a ellas?, ¿cómo?
- Frase de referencia: «Estamos atentos a la belleza de los detalles».
- Preguntas de reflexión: Gotas de lluvia → ¿qué observas cuando, en vez de mirar, admiras?

RESONANCIAS

EL APRENDIZAJE ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

INDICADORES

- Identifica aspectos positivos de su vida.
- Se admira con las cosas que le rodean.



Valoración del compromiso de hablar de sí mismo con alguien especial.

sí a veces no

Valoración del compromiso de observar cambios en un elemento natural.

sí a veces no

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado



La ruleta de la creación



1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

Después de observar la cantidad de cosas que hay a nuestro alrededor, escribe cómo podemos respetar los siguientes elementos: personas, animales, plantas, tierra, agua, comida, montes, ríos, mar, atmósfera, sol y luna.



3. Apps

Frase de referencia: CUIDAMOS TODO LO CREADO.

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



El haiku personal



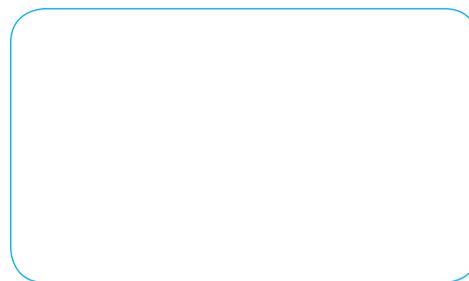
1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

Escribe uno de los haikus que has creado y junto a él pega una imagen o haz un dibujo que creas que puede ayudar a entenderlo.



3. Apps

Frase de referencia: **LA ESCUCHA COMIENZA CON EL SILENCIO.**

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



Ver la vida interior

ARMONIZACIÓN

LA EXPERIENCIA ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

ELEMENTOS

- SMS: Recuerda los mensajes de las dos experiencias que has vivido. Explica a tus compañeros el significado de los mismos y los motivos de la elección de tus destinatarios.

SINTONÍA

EL DESCUBRIMIENTO ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

DESCRIPTORES

- Frase de referencia: «Cuidamos todo lo creado».
- Preguntas de reflexión: La ruleta de la creación → ¿qué es lo que más cuidas de tu entorno?, ¿por qué?
- Frase de referencia: «La escucha comienza con el silencio».
- Preguntas de reflexión: El haiku → ¿qué tienen de especial estos poemas?

RESONANCIAS

EL APRENDIZAJE ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

INDICADORES

- Es cuidadoso con su entorno.
- Reconoce y disfruta a partir del silencio.



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Valoración del compromiso de colaborar en el cuidado de la naturaleza.

sí a veces no

Valoración del compromiso de descubrir el significado profundo de haikus.

sí a veces no

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado

Los tres sabios



1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

¿Qué has «visto» al cerrar los ojos? _____

¿Qué has «escuchado» al tapar tus oídos? _____

¿Qué se ha «dicho» en tu interior al tapar tu boca? _____



3. Apps

Frase de referencia: **VER, OÍR Y CALLAR.**

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



Mi bocadillo



1. SMS

Después de lo que has vivido en esta sesión, escribe un consejo o deseo que te gustaría enviar a una persona. Escríbelo en forma de mensaje breve de texto.



2. Mi blog

Escribe una cadena de agradecimientos a cada una de las personas que han intervenido en tu bocadillo. Únelos en forma de espiral como si de una sola frase se tratara.



3. Apps

Frase de referencia: **DÉJATE SORPRENDER.**

Copia y recuerda la aplicación para la semana:



Sentir sorpresa y asombro

ARMONIZACIÓN

LA EXPERIENCIA ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

ELEMENTOS

- SMS: Recuerda los mensajes de las dos experiencias que has vivido. Explica a tus compañeros el significado de los mismos y los motivos de la elección de tus destinatarios.

SINTONÍA

EL DESCUBRIMIENTO ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

DESCRIPTORES

- Frase de referencia: «Ver, oír y callar».
- Preguntas de reflexión: Los tres sabios → ¿cómo se pueden enriquecer la escucha, la mirada y la palabra?
- Frase de referencia: «Déjate sorprender».
- Preguntas de reflexión: Mi bocadillo → ¿cómo se deja sorprender una persona?

RESONANCIAS

EL APRENDIZAJE ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

INDICADORES

- Percibe a partir de los sentidos.
- Se sorprende con lo que le rodea.

			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Valoración del compromiso de preguntar a una persona con dificultades cómo se siente.

sí a veces no

Valoración del compromiso de realizar la «cadena de agradecimientos».

sí a veces no

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado