

מחשבות טובות - Buenos pensamientos

Primaria



אוצר מילים ודקדוק - Vocabulario y Gramática

Actividad 1 - ¿Verdadero o falso?

מחשבות pensamientos	צדיק sabio/justo	הגיע llegó	פעם una vez
	טוב bien/bueno	דיבור של אמת palabras de verdad	רעות malos

- Repartir a los talmidim 2 tarjetas con la palabra **אמת** y otra con la palabra **שקר**

שקר	אמת
-----	-----

- Leer o decir frases en hebreo en las que los talmidim deban levantar una de las dos tarjetas.

Las frases deben ser acordes a la edad de los talmidim y según los saberes previos de tu kitá.

Por ejemplo:

שקר

הפילים עפים.

ביום הולדת של אוריאל אוכלים אבנים.

סבא שלי מטייל בירח.

אמת

הדגים חיים במים.
יש פרחים מכל מני צבעים.
יש אנשים שמדברים הרבה שפות.

Las oraciones pueden ser extraídas de textos o cuentos que estudian en la kitá.



הַצָּעוֹת לְשִׁיחַ רְגִשִׁי - Abordaje emocional

Actividad 1 - ¿Qué ves cuando ves?

- Crear con los talmidim 2 marcos de lentes/anteojos para cada uno, de cartulina o cartón.
- Cubrir cada uno con papel celofán, uno será transparente y se podrá ver a través del papel y otro será oscuro/opaco y no se podrá ver a través del mismo.
- Mientras cubren las lentes, compartir y escuchar el shir.
- Decorar los marcos de los anteojos con palabras positivas en los claros y negativas en los oscuros.
- Invitar a los talmidim a probar los anteojos de ambos colores y a expresar qué y cómo ven lo que ven.

Luego de analizar las diferencias y similitudes:

- Compartir con los talmidim el siguiente cuento inspirado en las enseñanzas del Rabí Najmán de Breslov:

Los dos tipos de lentes

Había una vez un hombre muy sabio que les enseñó a sus estudiantes un secreto para vivir con alegría. Les mostró dos pares de lentes.

El primer par eran lentes negros, gruesos y pesados. A través de ellos, todo lo que se veía era oscuro, triste y negativo. "Cuando usas estos lentes", dijo el sabio, "te enfocas solo en los problemas, los defectos y las dificultades de la vida. Todo te parece malo y difícil".

Luego, les mostró el segundo par: eran lentes transparentes y brillantes. "Cuando usas estos lentes", explicó, "ves la luz, la belleza y las cosas buenas en cada situación. Incluso en los momentos difíciles, puedes encontrar algo positivo".

El sabio les pidió a sus estudiantes que experimentaran con los lentes. Primero, con los negros, todo parecía sombrío: la gente se veía enojada, las casas eran feas, y el día parecía gris. Pero al cambiar a los lentes claros, el mundo brillaba con colores hermosos, las personas parecían más amigables y el día se sentía lleno de posibilidades.

El sabio les dijo: "En la vida, tú decides qué lentes usar. Si eliges los lentes claros, siempre encontrarás motivos para agradecer y estar alegre. Pero si eliges los lentes negros, incluso los días soleados se sentirán oscuros".

- Reflexionar con los talmidim:

1. ¿Qué tipos de lentes creen que usamos en la vida diaria?
2. ¿Cuál usas vos?

Este cuento enseña que la perspectiva influye directamente en cómo vivimos nuestras experiencias. Mantener pensamientos positivos nos permite ver lo bueno en el mundo, incluso en los momentos desafiantes.

Es un mensaje poderoso y sencillo para los niños, que pueden practicar “ponerse los lentes claros” en su vida diaria.

Este cuento se enfoca en el pensamiento positivo, el optimismo y el enfoque en lo bueno, (Likutei Moharan 282). Este concepto es muy común en la tradición oral jasídica y en interpretaciones contemporáneas de sus enseñanzas.

- Invitar a los talmidim a expresar situaciones en las que vieron todo con lentes claras y otras en las que vieron todo con las oscuras.
- Para finalizar invitar a los talmidim a compartir cómo cambiarían un pensamiento oscuro o negativo por uno claro o positivo.
- ¿Les fue fácil cambiar la forma de pensar?
- Finalizar cantando bien fuerte el shir!

Reflexión & Valores - הַצְעוֹת לְשִׁיחַ עֶרְכֵּי

Actividad 1 – Es mejor no cargar con mentiras!

- Traer a la clase una mochila vacía y algunos objetos pesados tales como libros, botella de agua, etc.
- Decir a los talmidim:

¿Alguna vez dijeron una mentira y luego tuvieron que seguir mintiendo para sostenerla?

- Decir a los talmidim que van a analizar juntos qué sucede cuando mentimos. La mochila representará la conciencia de una persona que miente.
- Pedir a los talmidim que digan ejemplos de mentiras pequeñas y grandes.
- La mochila circula entre los talmidim y por cada mentira, colocar un objeto pesado dentro de la mochila y pasarla de compañero a compañero. A medida que van llenando la mochila preguntar, por ejemplo:

1. ¿Cómo te sientes llevando la mochila?
2. ¿Crees que podrías cargarla todo el día?
3. ¿Cuánto tiempo crees que podrías cargarla?

El mensaje final:

Ser honestos nos alivia la carga y también ayuda a los demás a confiar en nosotros.