



Interioridad

Sesiones mensuales en 3º y 4º de Primaria, en horas de tutoría

COLEGIO SAN AGUSTÍN
Camino de las Torres 79-89
50.008 ZARAGOZA

Justificación (opcional)

“No salgas de ti, BUCEA en tu interior (La verdadera religión 39, 72-73)” del Proyecto BUCEA, Educación en la Interioridad de nuestro Centro.

Descripción (obligatorio)

Los alumnos de 3º y 4º realizan mensualmente una sesión de interioridad en horario de tutoría bajo la guía de los tutores con una duración de 45 minutos en la que se trabajan las dimensiones corporal, social, psicológico-emocional y espiritual-transcendente.

Objetivos (obligatorio)

1. Desarrollar técnicas que ayuden al alumno a conocerse mejor a sí mismo y a conectar con su interior.
2. Realizar dinámicas de educación emocional que ayuden al alumno a aceptar sus emociones y a armonizarlas.
3. Favorecer en los alumnos la apertura hacia la superación de sí mismos y la apertura a lo trascendente.

Metodología (opcional)

Educar en la interioridad lleva consigo una metodología activa donde los alumnos vivencian experiencias que les llevan a conectar con lo más profundo de sí mismos, con los demás y con la trascendencia.

** La respiración, la escucha activa, la verbalización, el silencio, la relajación, la visualización y la contemplación forman parte de nuestras sesiones y acercan a los alumnos a un mejor conocimiento de sí mismos, de sus emociones y de la trascendencia.

Planificación de actividades (obligatorio)

I. Una mirada a nuestro corazón

Ver **

II. La casa de los espejos

Ver **

III. El derecho a la educación

Ver **

IV. Belleza interior

Ver **

V. Valorar lo que tenemos y ser solidarios

Ver **

VI. El color de las cosas

Ver **

VII. Ser o no ser

Ver **

VIII. Una historia de dignidad

Ver **

IX. Un amigo es un tesoro

Ver **

X. El valor de la palabra

Ver **

