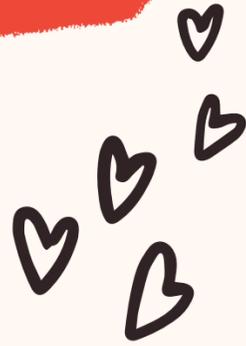


ESPAÑOL-TERAPIA



PROFE *de* ELE



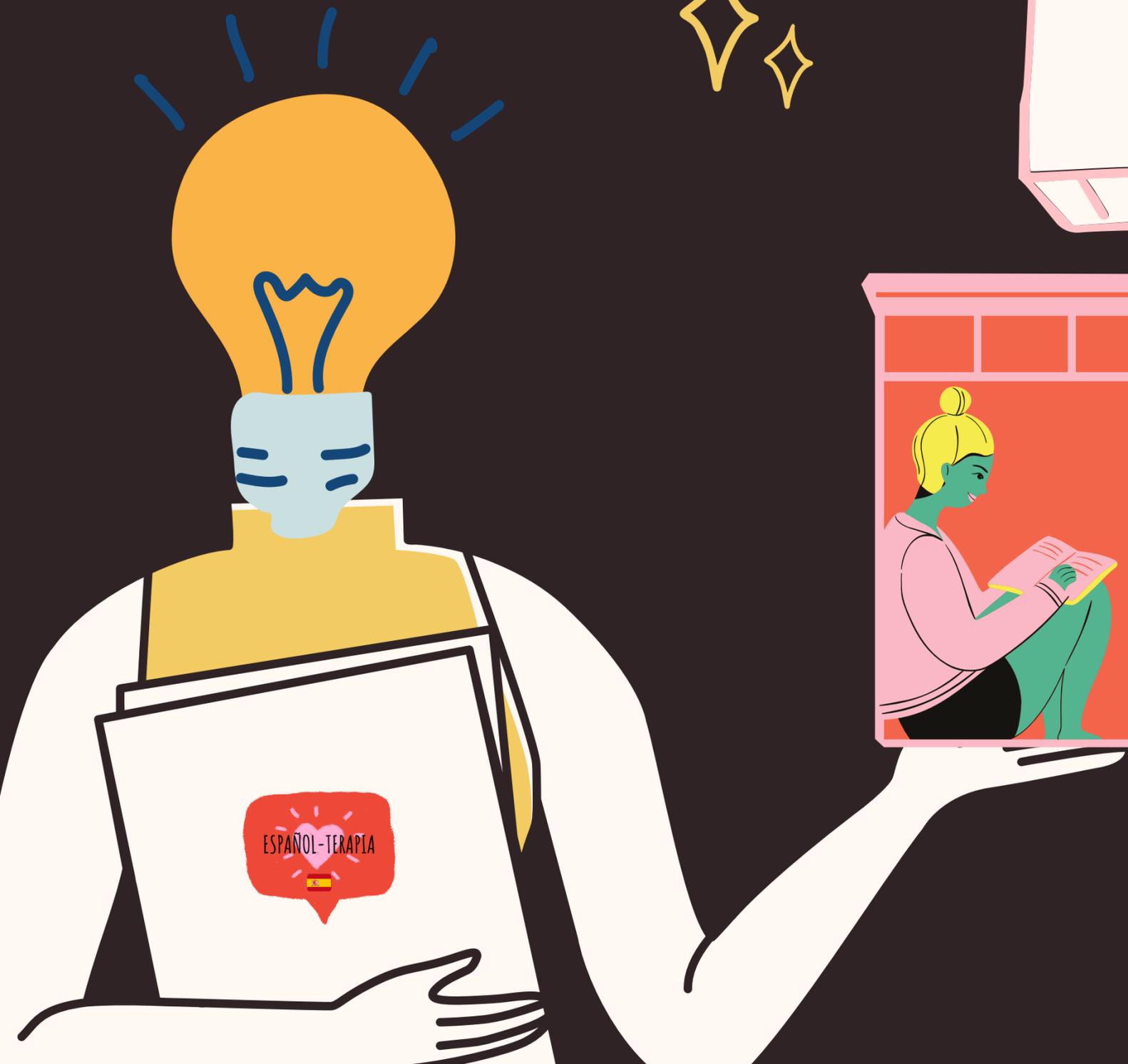
ESPAÑOL-TERAPIA

PROFE MARTA CASTELLANI





LA IDEA



BIENESTAR

FELICIDAD

DESARROLLO PERSONAL



AUTOESTIMA

¡SÍ, TÚ PUEDES!



EL NOMBRE: ESPAÑOL-TERAPIA

Quiero aclarar que, sin querer entrar en el mundo de la psicología he llamado irónicamente esta serie "ESPAÑOL -TERAPIA" usando el término "terapia" de la forma más leve posible.



IRONÍA



QUÉ ES:

Es un trabajo en desarrollo que de momento cuenta con materiales enfocados en temas como la gratitud, las prácticas de autocuidado, enfrentar nuestros miedos, el control, la autoestima y la importancia de mantener una actitud positiva frente a las dificultades.

como repaso

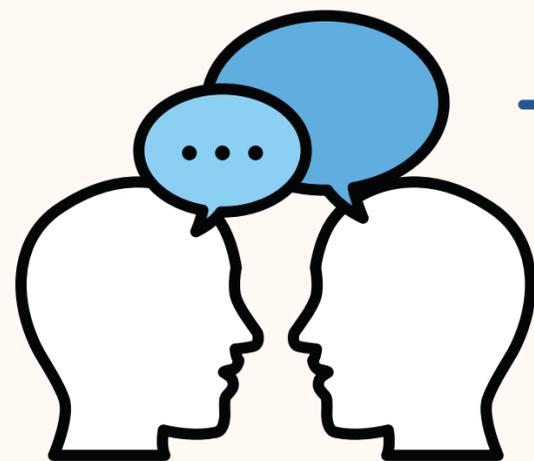


diferentes niveles

pequeñas píldoras



enriquecer el
vocabulario



+



rompehielos

diferentes contextos

en el aula



a distancia



EL MANDALA DE LA GRATITUD

Partiendo de las ideas de la psicología positiva, el Mandala de la Gratitud es una herramienta para que uno se conozca mejor y encuentre, en las vivencias de cada día, motivos de agradecimiento y bienestar.

NUEVO LÉXICO

Escribe una lista de las cosas por las cuales te sientes agradecido: objetos, personas, acciones, experiencias...

REPASO DE GRAMÁTICA

POR vs PARA:
recuerda que **POR** indica causa (¿Por qué estás agradecido? ¿Cuál es la causa?)

A DISTANCIA:

PUEDES UTILIZAR LA HERRAMIENTA JAMBOARD PARA QUE LOS ALUMNOS CREEN SUS MANDALAS DIRECTAMENTE EN LA PANTALLA COMPARTIDA O SUBAN LAS FOTOS DE SUS MANDALAS



VS

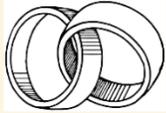


EN CLASE:

PUEDES IMPRIMIR O FOTOCOPIAR ESTA HOJA Y UTILIZAR ESTE MANDALA COMO BASE DE UNA PRÁCTICA COTIDIANA QUE PUEDES HACER TODOS LOS DÍAS RECIÉN LEVANTADO O ANTES DE ACOSTARTE.

ODA A LAS COSAS

Lee este poema de Pablo Neruda y busca el significado de las palabras subrayadas. Después une las palabras con el dibujo correspondiente.

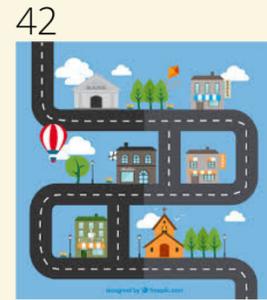
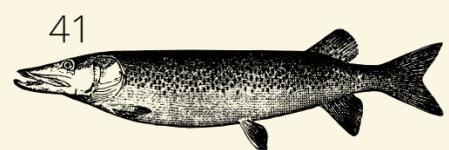
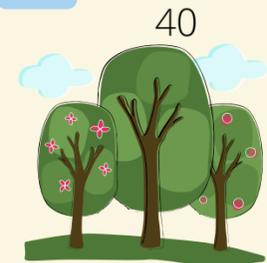
<p>1 </p> <p>2 </p> <p>3 </p> <p>4 </p> <p>5 </p> <p>6 </p> <p>7 </p> <p>8 </p>	<p>AMO las cosas loca, locamente. Me gustan las tenazas, las tijeras, adoro las tazas, las argollas, las soperas, sin hablar, por supuesto, del sombrero.</p> <p>Amo todas las cosas, no sólo las supremas, sino las infinita- mente chicas, el dedal, las espuelas, los platos, los floreros.</p> <p>Ay, alma mía, hermoso es el planeta, lleno de pipas por la mano conducidas en el humo, de llaves, de saleros, en fin, todo lo que se hizo por la mano del hombre, toda cosa: las curvas del zapato, el tejido, el nuevo nacimiento del oro sin la sangre, los anteojos, los clavos, las escobas, los relojes, las brújulas, las monedas, la suave suavidad de las sillas.</p>	<p>9 </p> <p>10 </p> <p>11 </p> <p>12 </p> <p>13 </p> <p>14 </p> <p>15 </p> <p>16 </p> <p>17 </p> <p>18 </p> <p>19 </p> <p>20 </p> <p>21 </p> <p>22 </p> <p>23 </p> <p>24 </p> <p>25 </p> <p>26 </p> <p>27 </p> <p>28 </p> <p>29 </p> <p>30 </p> <p>31 </p> <p>32 </p> <p>33 </p> <p>34 </p>	<p>Ay cuántas cosas puras ha construido el hombre: de lana, de madera, de cristal, de cordeles, mesas maravillosas, navíos, escaleras.</p> <p>Amo todas las cosas, o porque sean ardientes o fragantes, sino porque no sé, porque este océano es el tuyo, es el mío: los botones, las ruedas, los pequeños tesoros olvidados, los abanicos en cuyos plumajes desvaneció el amor sus azahares, las copas, los cuchillos, las tijeras, todo tiene en el mango, en el contorno, la huella de unos dedos, de una remota mano perdida en lo más olvidado del olvido.</p>
--	--	--	--

Yo voy por **casas**,
calles,
ascensores,
tocando cosas,
divisando objetos
que en secreto ambiciono:
uno porque repica,
otro porque
es tan suave
como la suavidad de una **cadera**,
otro por su color de **agua** profunda,
otro por su espesor de **terciopelo**.

Oh **río**
irrevocable
de las cosas,
no se dirá que sólo amé los **peces**,
o las **plantas** de selva y de pradera,
que no sólo
amé lo que salta, sube, sobrevive, suspira.
No es verdad:
muchas cosas
me lo dijeron todo.
No sólo me tocaron
o las tocó mi mano,
sino que acompañaron
de tal modo
mi existencia
que conmigo existieron
y fueron para mí tan existentes
que vivieron conmigo media vida
y morirán conmigo media muerte.

Pablo Neruda

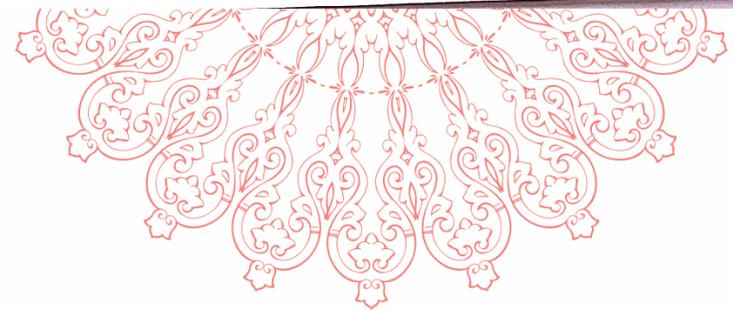
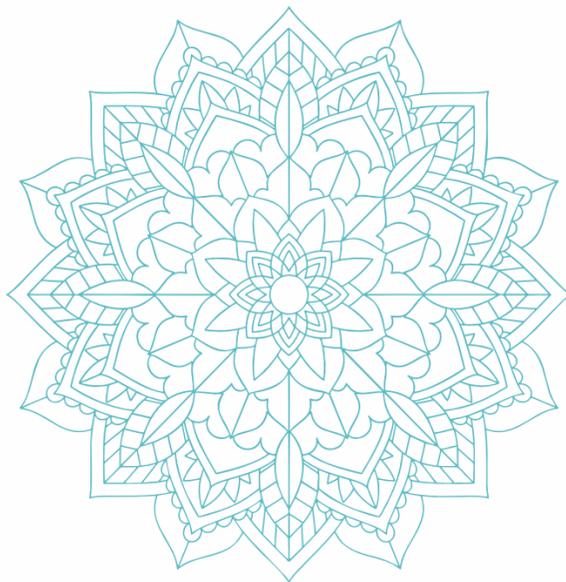
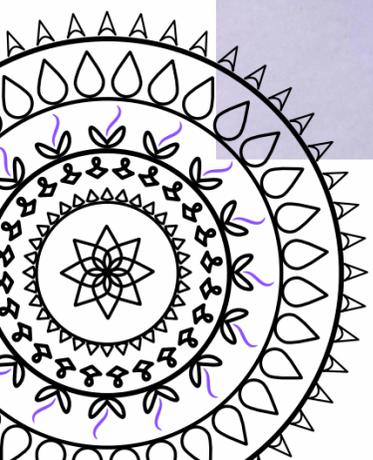
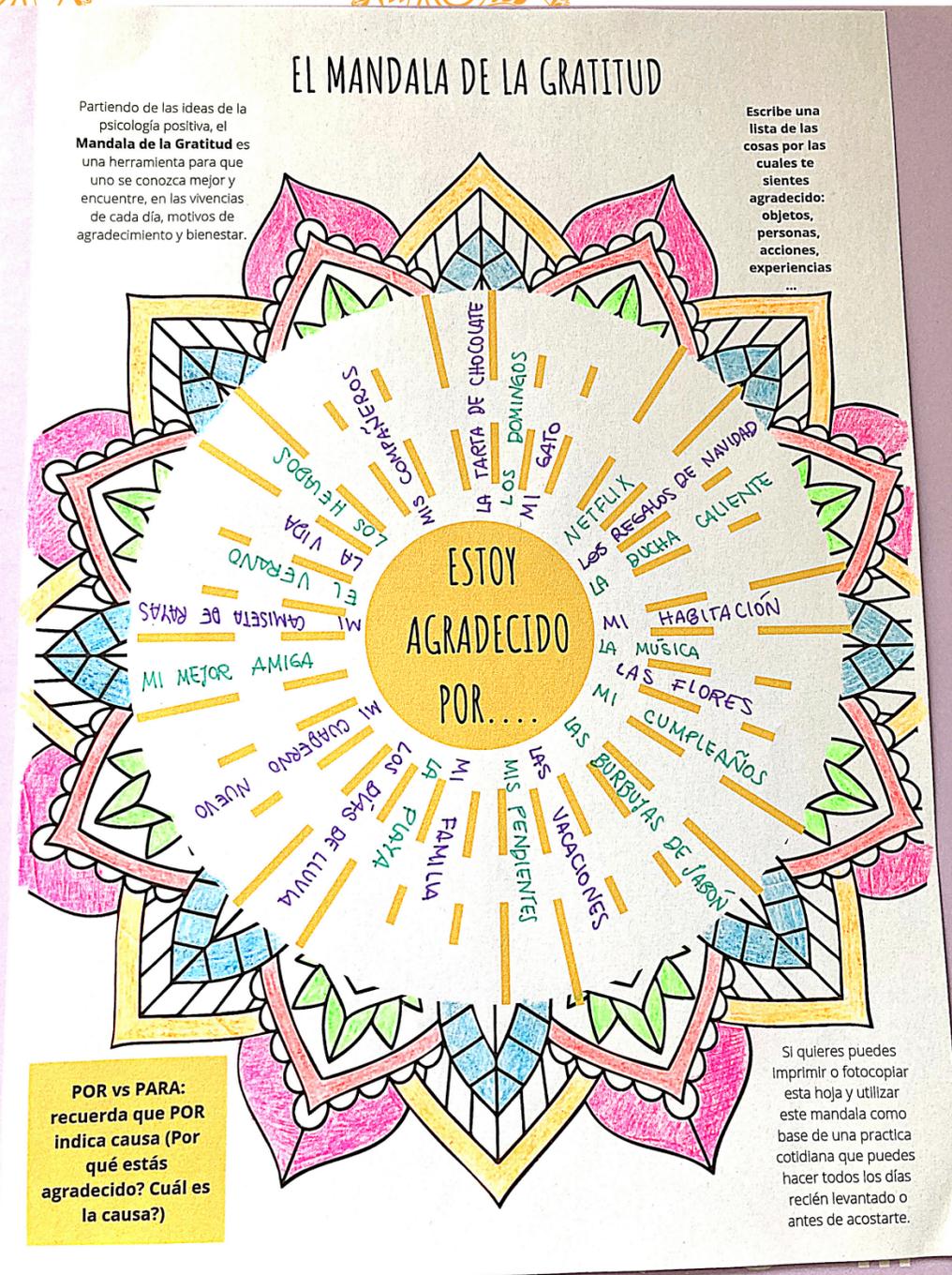
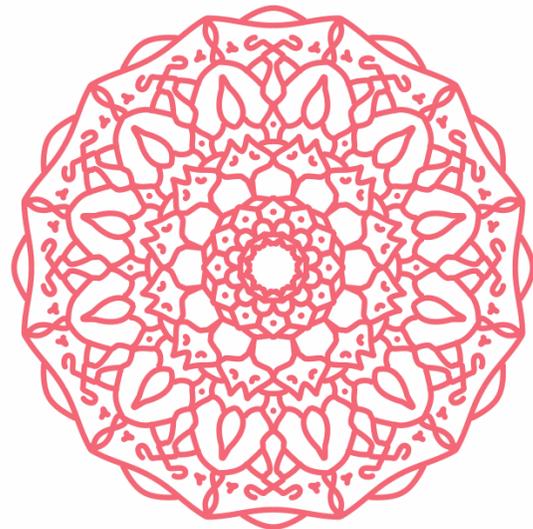
Ahora es tu turno:
¡Intenta escribir tu oda personal
a todas las cosas que amas
locamente!
Recuerda que este ejercicio
no es una oda a lo material
sino una invitación a observar
las pequeñas grandes cosas
que están a tu alrededor



Blank lined paper for writing the personal ode.

El poeta nombra una
multitud de cosas
pertenecientes a distintas
categorías: ¿Cuáles?

ALGUNOS MANDALAS



MI CUERPO ME ENCANTA

¿Cuántas veces hemos criticado nuestro propio cuerpo acusándolo de defectos que a menudo solo percibimos nosotros mismos?

Esta actividad sirve para aprender a querernos tal como somos por encima de nuestros defectos que, al fin y al cabo, son lo que nos hacen únicos

COMPLETA EL DIBUJO CON LOS NOMBRES DE LAS PARTES DEL CUERPO QUE RECUERDAS :

EL CLÁSICO EJERCICIO PARA INTRODUCIR EL LÉXICO DE LAS PARTES DEL CUERPO PERO CON AFIRMACIONES

VERBOS: QUERER, GUSTAR, ENCANTAR



ME ENCANTAN MIS....

ME ENCANTA MI....



ME ENCANTA MI....

ME ENCANTAN MIS....

"QUERER A NUESTRO CUERPO ES QUERERNOS A NOSOTROS MISMOS"



"...y NO TE PREOCUPES SI NO TE APRUEBEN. CUANDO TE CRITIQUEN TÚ SOLO DI: SOY YO!!!"



Sinónimos de hacer cumplidos en español :elogiar, halagar, alabar, adular, piropear, lisonjear

...DE UNA ILUSTRACIÓN DE: Frances Cannon

ANTE TODO AMOR PROPIO

1



Ponte delante del espejo



Ante todo amor propio.*

En voz alta pídele perdón a esa(s) parte(s) de tu cuerpo que no te gusta(n) Y QUE A MENUDO CRITICAS.

Forma frases con:

- ¡LO LAMENTO.....!
- ¡LO SIENTO....!
- ¡MIL DISCULPAS.....!
- ¡SIENTO LO OCURRIDO....!
- ¡CUÁNTO LO SIENTO.....!
- ¡TE PIDO DISCULPA, NO sé SI PODRÁS PERDONARME....!

2



COMO PEDIR DISCULPA EN
ESPAÑOL

* EL DIBUJO ES DE LA ILUSTRADORA ARGENTINA JOPI.
SÍGUELA SI QUIERES EN SU PÁGINA INSTAGRAM:

@jopidibuja



ANTE TODO AMOR PROPIO

Ahora dile palabras de amor y apreciación y practica el arte de halagarse. Puedes usar estas estructuras:

- ¡ESTAR +ADJETIVO!
- ¡CÓMO ME GUSTA/N...!
- ¡QUÉ/ VAYA..... TAN....!
- ¡QUÉ.....MAS BONIT@/S!

3

Agradécele a cada parte de tu cuerpo por algo que hace por tí:

- (PARTE DEL CUERPO), MUCHAS GRACIAS POR...
- MIL GRACIAS (PARTE DEL CUERPO)POR...
- (PARTE DEL CUERPO), TE AGRADEZCO TODO LO QUE HACES POR MÍ...
- (PARTE DEL CUERPO), NO sé COMO AGRADECER.....
- (PARTE DEL CUERPO), SIENTO UNA GRAN GRATITUD por....

4



CULTURA: EL ARTE DEL PIROPO:
ESCUCHA EL PASODOBLE DE LOS
GADITANOS LOS NIÑOS SIN
NOMBRE :” ESCUCHA UN MOMENTO,
MACHITO DE TURNO”



SI QUIERES PUEDES
ESCRIBIRLE UNA
VERDADERA CARTA DE
AMOR A TU CUERPO

PORQUE FUNCIONAN EN EL AULA:

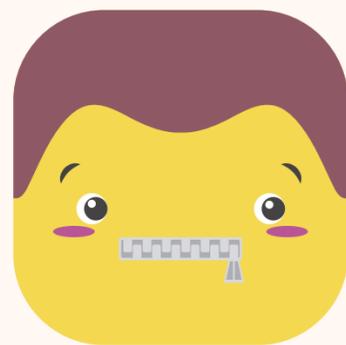
COMPARTIR



PRACTICAR JUNTOS

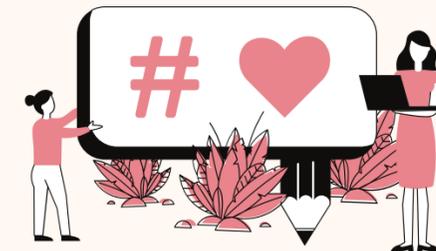


ROMPER TABÚES



PORQUE ME GUSTAN ESTAS ACTIVIDADES

Creo que la escuela debe enseñar a los alumnos (de todas las edades) a vivir unas vidas plenas y felices y para eso cosas como creer en nosotros mismos, amarnos tal y como somos, enfrentar nuestros miedos o estar agradecidos por lo que tenemos son elementos imprescindibles.



GRACIAS POR LA ATENCIÓN

SI TE INTERESA VER MÁS
ACTIVIDADES DE ESPAÑOL-TERAPIA
TE INVITO A PARTICIPAR EN EL
GRUPO FACEBOOK "ESPAÑOL-
TERAPIA" O ESCRIBIRME UN CORREO
ELECTRÓNICO A:

marta.castellani1984@gmail.com

THANK
YOU!

