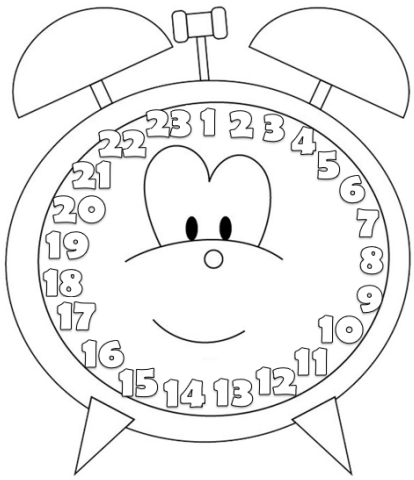
Oraciones diarias 1º Ciclo EPO

Está próxima la celebración de la Navidad y siempre que llega una fiesta importante en nuestras casas, debemos prepararnos con cariño e ilusión para que no nos pille desprevenidos. Este tiempo de espera y preparación se llama Adviento. Esta palabra tiene su origen en el latín "adventus", que significa "venida", "llegada". Este es un tiempo corto porque son solamente los 4 domingos antes de Navidad. Es un tiempo para hacer una parada en nuestra vida, para estar atentos y salir al encuentro de Jesús que nace.

Siguiendo el lema de este curso, en este tiempo se nos pide que estemos despiertos/as, que no olvidemos nuestros sueños y descubramos el Sueño que tiene Jesús para ti.
Cada semana investigaremos sobre un tipo de sueño diferente:

Semana 1→ Sueños de alegría e ilusión
Semana 2→ Sueños de servicio y entrega
Semana 3→ Sueños de paz y perdón
Semana 4→ Sueños de amor



Antes de empezar este tiempo litúrgico, vamos a preparar nuestro reloj de clase (en A3 o A4) que colocaremos en un lugar visible e iremos moviendo sus agujas desde el día 1 hasta el 23 de diciembre. También podemos darle uno a cada alumno/a que vayan coloreando los números a medida que vayan pasando los días.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Lunes, 30 de noviembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Cerramos los ojos, realizando tres respiraciones profundas según nos indique el profesor/a. Permanecemos en silencio y cuando haga la cuenta atrás desde 5 a 0, nos frotaremos los ojos y estiraremos los brazos como gesto de despertar.

Sueña despierto

En la oración de hoy leemos el Sueño de Jesús del domingo:

Marcos 13, 33-37

Estad preparados y vigilando, porque no saben cuándo llegará ese momento. Cuando un hombre va de viaje y deja su casa, entrega responsabilidades a sus sirvientes, cada cual recibe su tarea, y al portero le exige que esté vigilante. Lo mismo vosotros: estad vigilantes, porque no sabéis cuándo regresará el dueño de la casa, si al atardecer, a medianoche, al canto del gallo o de madrugada; no sea que llegue de repente y os encuentre dormidos. Lo que les digo a ustedes se lo digo a todos: Estad despiertos.

El Adviento comienza hoy. Dedicamos este tiempo a prepararnos para la venida de Jesús a nuestro mundo. Por supuesto que ya está aquí, pero quiere acercarse más. Quédate despierto/a para abrirle cuando llame a la puerta.
Jesús me ha encargado vivir con alegría este día. ¿Cómo lo estoy haciendo? ¿Estaré alegre cuando lo vea venir?

Despertamos juntos

Querido Jesús,
hoy me acerco hasta ti lleno de alegría,
para darte las gracias por este nuevo despertar.

Gracias por tu ternura, gracias por mi familia,
y por todas aquellas cosas que nos regalas cada día,
que nos recuerdan lo bueno que eres.

Martes, 1 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hacemos un momento de silencio interior. Nos hacemos conscientes de nuestra respiración, de las personas que están a nuestro alrededor... Siente que no estás solo, sola. Están tus compañeros, y está Jesús aquí y ahora contigo…

Sueña despierto

Escuchamos el cuento “El Tren de la Alegría”:

https://www.youtube.com/watch?v=1RReUJEkDiA&ab_channel=Ajugar

Respondemos en voz alta algunas preguntas sobre el cuento:
¿Qué le trae a cada niño el tren? ¿Y al último niño? ¿Cuál era su deseo/sueño?
¿Cuál es tu deseo/sueño? ¿Qué te haría feliz?

Despertamos juntos

En mi corazón de niño y niña, guardo yo muchos deseos.

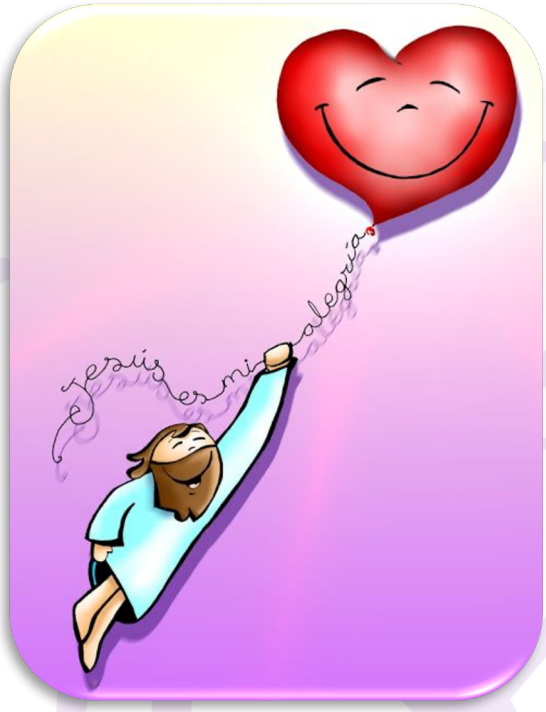
El primero es que todos seamos cada vez más buenos.

El segundo es que la gente viva siempre en alegría, para que estén todos contentos con el pan de cada día.

Miércoles, 2 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Nos ponemos en manos del Padre. Tenemos un momento de silencio en el que ser conscientes de nuestro latido, ponemos nuestra mano en el corazón y, personalmente en silencio, cada uno saludamos a Jesús.



Sueña despierto

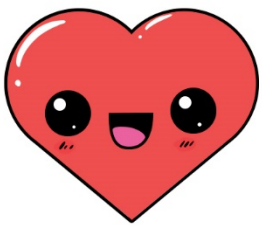
En la oración de hoy vamos a observar una imagen muy bonita.
Dejamos unos minutos de silencio para fijarnos en todos sus detalles.

Luego abrimos un turno de palabra para comentar qué vemos en ella.

Pedimos al alumnado que dibuje un corazón como el de la imagen con una gran sonrisa en su agenda/cuaderno mientras le cuenta a Jesús en oración qué persona le hace sonreír (un amigo, mamá, papá, los hermanitos…).

Damos gracias a Jesús por estas personas y podemos decir su nombre en voz alta.

Despertamos juntos



Jesús,

tu conviertes mi tristeza en baile,

secas mis lágrimas y me vistes de alegría.

Gracias por las personas que me ayudan a sacar una sonrisa.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Jueves, 3 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
En un momento de silencio, centra tu atención en tus manos. Obsérvalas, siente el tacto de juntar una con la otra (cierra los ojos para ello si quieres). Después, dale gracias a Dios por tu cuerpo, por tus manos y por todo el bien que puedes hacer con ellas.

Sueña despierto

Hoy nos despertamos con una sonrisa en la cara, con el sentimiento de que nuestro corazón está lleno de alegría. Tenemos muchos motivos para estar alegres: tener una familia que nos quiere, encontrarnos con nuestros compañeros/as del cole, aprender cosas nuevas, tener como amigo a Jesús, etc. Escuchamos juntos una canción:

https://www.youtube.com/watch?v=IQf0yOvUBTI&ab_channel=MisaelRodriguezMiros
Compartimos nuestros motivos de alegría de hoy, cometamos en voz alta buenas noticias con los demás.

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Padrenuestro.

Viernes, 4 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hoy hacemos silencio interior para escuchar de forma consciente de los ruidos que nos rodean en el exterior. Nos fijamos con atención el sonido de pasos, el viento o la lluvia fuera, personas hablando, mesas o sillas moviéndose… Ya estamos preparados para recibir lo que Jesús quiere decirnos.

Sueña despierto

En estos días, María, como madre de Jesús, sueña con alegría el día en que pueda encontrarse con él, sueña cómo será su carita, cómo será su pelo y sus manos, sueña cómo será su sonrisa, sueña qué será de mayor…
De la misma forma, antes de que tu nacieras, Jesús ya te soñaba, ya te imaginaba dentro del vientre de tu mamá. Él tuvo y tiene grandes sueños para ti, grandes proyectos. Pero ¿tú sabes cuál es el sueño de Jesús para ti? Vamos a intentar descubrirlo en estos días.

https://www.youtube.com/watch?v=bl4GMgtbIew&ab_channel=CantaMaestra

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Ave María.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Lunes, 7 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Cerramos los ojos, realizando tres respiraciones profundas según nos indique el profesor/a. Permanecemos en silencio y cuando haga la cuenta atrás desde 5 a 0, nos frotaremos los ojos y estiraremos los brazos como gesto de despertar.

Sueña despierto

En la oración de hoy leemos el Sueño de Jesús del domingo:

Marcos 1, 1-8

Comienza el Evangelio de Jesucristo, Hijo de Dios. Está escrito en el profeta Isaías: «Yo envío mi mensajero delante de ti para que te prepare el camino. Una voz grita en el desierto: 'Preparad el camino del Señor, allanad sus senderos.'»

Juan bautizaba en el desierto; predicaba que se convirtieran y se bautizaran, para que se les perdonasen los pecados. (…) Y proclamaba:

—Detrás de mí viene el que puede más que yo, y yo no merezco agacharme para desatarle las sandalias. Yo os he bautizado con agua, pero él os bautizará con Espíritu Santo.

Esta semana el sueño que tiene Jesús para nosotros es que nos pongamos a disposición de quienes más nos necesitan.

¿Cómo podemos ayudar a los que nos rodean?

Despertamos juntos

Amigo Jesús,

tu nos enseñaste que para seguir tus pasos

Ayúdame a ser servicial,

a preocuparme menos por mí

enséñame a ayudar.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Miércoles, 9 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Nos ponemos en manos del Padre. Tenemos un momento de silencio en el que ser conscientes de nuestro latido, ponemos nuestra mano en el corazón y, personalmente en silencio, cada uno saludamos a Jesús.

Sueña despierto

En la oración de hoy vamos a observar una imagen muy bonita.
Dejamos unos minutos de silencio para fijarnos en todos sus detalles.

Luego abrimos un turno de palabra para comentar qué vemos en ella.

Pedimos al alumnado que dibuje una mano en su agenda/cuaderno mientras le cuenta a Jesús en oración qué puede hacer para ayudar a alguien cercano (no dejar solo a un amigo, colaborar en casa con las tareas, explicar a un compañero/a algo que no sabe, …).

Despertamos juntos

Jesús,

tu conviertes mi tristeza en baile,

secas mis lágrimas y me vistes de alegría.

Gracias por las personas que me ayudan a sacar una sonrisa.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Jueves, 10 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
En un momento de silencio, centra tu atención en tus manos. Obsérvalas, siente el tacto de juntar una con la otra (cierra los ojos para ello si quieres). Después, dale gracias a Dios por tu cuerpo, por tus manos y por todo el bien que puedes hacer con ellas.

Sueña despierto

Jesús cuenta con nosotros para ayudar a los demás. ¡Hay tantas cosas por hacer! Hoy le decimos con esta canción que nos gustaría poder ayudar a los demás:

https://www.youtube.com/watch?v=4JqVKajX6IY&ab_channel=Josefina%26JulioC%C3%A9sar-Topic

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Ave María.

Viernes, 11 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hoy hacemos silencio interior para escuchar de forma consciente de los ruidos que nos rodean en el exterior. Nos fijamos con atención el sonido de pasos, el viento o la lluvia fuera, personas hablando, mesas o sillas moviéndose… Ya estamos preparados para recibir lo que Jesús quiere decirnos.

Sueña despierto

Marcelino se da cuenta de que en La Valla no hay escuela porque ningún maestro quiere ir a un pueblo perdido en la montaña. Así que Marcelino pensó: "Tengo que ayudar a estos niños que me quieren tanto para que aprendan muchas cosas y sean buenas personas. Necesito a hermanos que me ayuden en este trabajo". Marcelino encontró a unos jóvenes que querían ser maestros para ayudar a los niños a ser buenos cristianos y honrados ciudadanos. Se pone manos a la obra y arregla una vieja casa donde estudian, trabajan y rezan con mucha alegría. Marcelino les dijo: "Os voy a llamar Hermanitos de María, que es lo mismo que Hermanos Maristas". Por fin, Marcelino y los primeros hermanos abren su primera escuela. Los niños van a clase muy contentos y aprender muchas cosas, como en nuestro colegio.

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Padrenuestro.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Lunes, 14 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Cerramos los ojos, realizando tres respiraciones profundas según nos indique el profesor/a. Permanecemos en silencio y cuando haga la cuenta atrás desde 5 a 0, nos frotaremos los ojos y estiraremos los brazos como gesto de despertar.

Sueña despierto

En la oración de hoy leemos el Sueño de Jesús del domingo:

Mateo 18, 21-35

En aquel tiempo, acercándose Pedro a Jesús le preguntó: Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar las ofensas que me haga mi hermano? ¿Hasta siete veces?
Jesús le dijo: No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete.
Y les propuso esta parábola: el Reino de los Cielos es semejante a un rey que quiso ajustar cuentas con sus siervos.
Al empezar a ajustarlas, le fue presentado uno que le debía 10.000 talentos.
Como no tenía con qué pagar, ordenó el señor que fuese vendido él, su mujer y sus hijos y todo cuanto tenía, y que se le pagase.
Entonces el siervo se echó a sus pies, y postrado le decía: "Ten paciencia conmigo, que todo te lo pagaré."
Movido a compasión el señor de aquel siervo, le dejó en libertad y le perdonó la deuda.
Esta semana el sueño que tiene Jesús para nosotros es el perdón.
¿Has hecho daño a alguien? ¿Necesitas perdonar a alguien con quien estés enfadado/a?

Despertamos juntos

Si hoy he ofendido a alguien con mis malas acciones o malas palabras,

quiero reparar mis faltas.

Por eso te pido que me perdones y me hagas mejor niño o niña.

Ayúdame, Jesús, a ser más obediente y honesto, más bueno y comprensivo con mis padres.

Yo sé que me aman sobre todas las cosas.

maristas
Equipo Provincial de Pastoral

despierto

Martes, 15 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hacemos un momento de silencio interior. Nos hacemos conscientes de nuestra respiración, de las personas que están a nuestro alrededor... Siente que no estás solo, sola. Están tus compañeros, y está Jesús aquí y ahora contigo…

Sueña despierto

Vemos el cuento "La importancia de perdonar":

https://www.youtube.com/watch?v=2Gy5zCsfVX0&ab_channel=DANNYROALUNA
Respondemos en voz alta algunas preguntas sobre el cuento:
¿Qué le ha pasado al niño con el juguete?
¿Cómo reacciona su hermana?
¿Qué hace su papá?
¿Cómo arreglan las cosas los hermanos?
¿Te ha pasado alguna vez algo parecido con alguien?

Despertamos juntos

Ayúdame, Padre bueno a crecer como Jesús.

A ser más bueno cada día y a querer a todos los que me rodean.

Ayúdame a estudiar mucho en la escuela y a ser buen amigo y compañero.

Que todo lo que aprenda, Señor, aprenda a transmitirlo, que no me lo guarde para mí, sino que lo comparta con los demás, como Jesús.

Miércoles, 16 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Nos ponemos en manos del Padre. Tenemos un momento de silencio en el que ser conscientes de nuestro latido, ponemos nuestra mano en el corazón y, personalmente en silencio, cada uno saludamos a Jesús.

Sueña despierto

En la oración de hoy vamos a observar una imagen muy bonita.
Dejamos unos minutos de silencio para fijarnos en todos sus detalles.

Luego abrimos un turno de palabra para comentar qué vemos en ella.

Pedimos al alumnado que dibuje una tirita en su agenda/cuaderno mientras le cuenta a Jesús en oración a quién tiene que perdonar por alguna cosa que le haya hecho enfadar o a quién debe pedir perdón.

Despertamos juntos

Ayúdame a saber pedir perdón cuando les hago algo malo a los demás.
Quiero ser digno de ti.
Quiero saber agradecer a las personas y a ti todo lo bueno del mundo.
Te doy gracias por todo lo que me das todos los días.
Gracias, Dios, por ser tan bueno, por comprenderme y perdonarme.
Te pido que me enseñes, Dios, a ser bueno.

Jueves, 17 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
En un momento de silencio, centra tu atención en tus manos. Obsérvalas, siente el tacto de juntar una con la otra (cierra los ojos para ello si quieres). Después, dale gracias a Dios por tu cuerpo, por tus manos y por todo el bien que puedes hacer con ellas.

Sueña despierto

Jesús sueña con un mundo lleno de paz y buena convivencia, y nos pide que si tenemos algún problema con alguien dejemos atrás el odio y el rencor, y pongamos todo de nuestra parte para arreglarlo. Escuchamos una canción donde nos dan truquillos para hacer parecernos más a Jesús:

https://www.youtube.com/watch?v=VJAnJ7tKMwc&ab_channel=MoonbugKidsenEspa%C3%B1ol-CancionesInfantiles

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Ave María.

Viernes, 18 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hoy hacemos silencio interior para escuchar de forma consciente de los ruidos que nos rodean en el exterior. Nos fijamos con atención el sonido de pasos, el viento o la lluvia fuera, personas hablando, mesas o sillas moviéndose… Ya estamos preparados para recibir lo que Jesús quiere decirnos.

Sueña despierto

El Papa Francisco que lucha por la PAZ cada día con sus gestos y palabras, nos da algunos consejos de cómo poder cumplir el sueño de Jesús de un mundo mejor:
"Se feliz cuando estás con los demás".
"Juega con los demás como si fuerais un equipo"
"Busca el bien de todos y todas".
"Tu y yo podemos hacer de la tierra un lugar más bello"
"El mejor modo de ganar un conflicto es no empezarlo".

https://www.youtube.com/watch?v=T4pioDyMi88&ab_channel=CatholicLink

Despertamos juntos

Rezamos juntos un Padrenuestro.

Lunes, 21 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Cerramos los ojos, realizando tres respiraciones profundas según nos indique el profesor/a. Permanecemos en silencio y cuando haga la cuenta atrás desde 5 a 0, nos frotaremos los ojos y estiraremos los brazos como gesto de despertar.

Sueña despierto

En la oración de hoy escuchamos el Sueño de Jesús del domingo en forma de canción:

Mateo 20, 1-16

https://www.youtube.com/watch?v=1-rG_pn4Qlk&ab_channel=Valivan

En la parábola de los trabajadores de la viña, Jesús va llamando a las personas a lo largo del día. Al terminar la jornada, paga de forma justa lo que prometió a cada uno. Pero paga por igual a los que empezaron de mañana y a los que llegaron a la tarde y eso causa disgusto entre los trabajadores. Jesús, que es bondadoso y generoso, por igual quiere a unos y a otros, para él los primeros serán últimos y los últimos primeros.

Despertamos juntos

Amigo Jesús,
enséñame a ser generoso, a servirte como mereces, a dar sin esperar nada a cambio.
Quiero ser tu amigo y entregarme siempre con alegría.
Amigo Jesús, te doy mi vida entera.

Martes, 22 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Hacemos un momento de silencio interior. Nos hacemos conscientes de nuestra respiración, de las personas que están a nuestro alrededor... Siente que no estás solo, sola. Están tus compañeros, y está Jesús aquí y ahora contigo…

Sueña despierto

Vemos el cuento "¿Dónde está el amor?":

https://www.youtube.com/watch?v=-iiBrxza8mU&ab_channel=Se%C3%B1oLis

Respondemos en voz alta algunas preguntas sobre el cuento:
¿En qué lugares dice el cuento que se encuentra el amor?
¿Alguna vez has visto el amor?
¿Dónde ves tú el amor cada día?
¿Cómo podemos nosotros crear amor a nuestro alrededor?

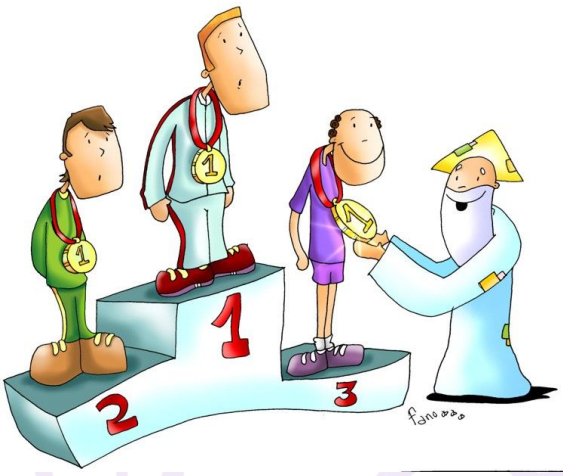
Despertamos juntos

Cuando vea a alguien que sufre, Jesús, enséñame a amar.
Cuando me necesiten en mi familia, Jesús, enséñame a amar.
Cuando comparta mi tiempo con mis amigos, Jesús, enséñame a amar
Enséñame, Jesús amigo, a dar la vida por los demás.
A practicar el bien, y la justicia, a vivir en paz y construyendo la paz.

Miércoles, 23 de diciembre

Despierta tus sentidos

Empezamos la oración en el nombre del Padre…
Nos ponemos en manos del Padre. Tenemos un momento de silencio en el que ser conscientes de nuestro latido, ponemos nuestra mano en el corazón y, personalmente en silencio, cada uno saludamos a Jesús.



Sueña despierto

En la oración de hoy vamos a observar una imagen muy bonita.
Dejamos unos minutos de silencio para fijarnos en todos sus detalles.

Luego abrimos un turno de palabra para comentar qué vemos en ella.

Pedimos al alumnado que dibuje una medalla con un número 1 en su agenda/cuaderno mientras le cuenta a Jesús en oración quién va a ser su favorito estos días, alguien que necesite nuestro amor, a quién vamos a amar en estos días de Navidad.
El niño Jesús que está a punto de nacer, nos trae una maravillosa noticia: EL AMOR SIEMPRE TRIUNFA.

Despertamos juntos