





Estuve enfermo y me visitasteis

Cristina Álvarez



Estuve enfermo y me visitasteis

-  Justificación curricular
-  Reto y metas de aprendizaje
-  Secuencia didáctica
-  Anexos y materiales



ESTUVE ENFERMO Y ME VISITASTEIS

JUSTIFICACIÓN Y CURRÍCULUM



A través de esta situación de aprendizaje se pretende que el alumnado fomente la empatía, la reflexión del cuidado hacia los enfermos y el valor de la familia desde la perspectiva cristiana, desarrollando habilidades de comunicación y reflexión personal. Es crucial que los estudiantes comprendan los valores morales y éticos que guían sus acciones. Promover el diálogo abierto les permite compartir experiencias y aprender en un ambiente de respeto.



RELIGIÓN CATÓLICA		
Competencias específicas	Criterio de evaluación	Saberes básicos
CE.1	1.1 Identificar los principios y virtudes que promueven y respetan la dignidad de todas las personas, reflexionando sobre experiencias personales y de aula, desarrollando autonomía, juicio crítico y responsabilidad.	<p>María, modelo de creyente.</p> <p>El mandamiento del amor como raíz de la ética cristiana y compromiso con el bien común.</p>
CE.2	2.2 Participar en acciones solidarias y de servicio a la comunidad, reconociendo aquellos grupos sociales más vulnerables, teniendo en cuenta cómo Jesucristo cambió su realidad y las consecuencias que ello ha tenido para la historia de la humanidad.	<p>Análisis de situaciones cercanas de vulnerabilidad y diseño de propuestas transformadoras aplicando los principios de la ética cristiana.</p>
CE.6	6.1 Comprender las consecuencias éticas y morales, personales y sociales, del mensaje de Jesucristo para la construcción del propio sistema de valores y creencias y para la promoción del bien común.	<p>Establecimiento de un primer diálogo fe y ciencia, desde el respeto, la curiosidad y la escucha.</p>

LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA

Competencias específicas	Criterio de evaluación	Saberes básicos
CE.2	2.1. Comprender el sentido de textos orales y multimodales sencillos, reconociendo las ideas principales y los mensajes explícitos e implícitos, valorando su contenido y los elementos no verbales elementales y, de manera acompañada, algunos elementos formales elementales.	Producción escrita: ortografía reglada en la textualización y la autocorrección. Coherencia, cohesión y adecuación textual. Estrategias básicas, individuales o grupales, de planificación, textualización, revisión y autocorrección.
CE.5	5.1. Producir textos escritos y multimodales de relativa complejidad, con coherencia y adecuación, en distintos soportes, progresando en el uso de las normas gramaticales y ortográficas básicas al servicio de la cohesión textual y movilizand o estrategias sencillas, individuales o grupales, de planificación, textualización, revisión y edición.	Uso de elementos gráficos y paratextuales al servicio de la comprensión. Escritura en soporte digital acompañada. Relación entre los textos leídos y otras manifestaciones artísticas y culturales.
CE. 8	8.2 Producir, de manera progresivamente autónoma, textos sencillos individuales o colectivos con intención literaria, reelaborando con creatividad los modelos dados, en distintos soportes y complementándolos con otros lenguajes artísticos.	Los signos de puntuación como mecanismos para organizar el texto y expresar intención comunicativa.

EDUCACIÓN ARTÍSTICA

Competencias específicas	Criterio de evaluación	Saberes básicos
CE.3	3.2 Expresar con creatividad ideas, sentimientos y emociones a través de diversas manifestaciones artísticas, utilizando los diferentes lenguajes e instrumentos a su alcance, mostrando confianza en las propias capacidades y perfeccionando la ejecución.	Fases del proceso creativo: planificación, interpretación, experimentación y evaluación. Materiales, instrumentos, soportes y técnicas en la expresión plástica y visual.
CE.4	4.3 Compartir los proyectos creativos, empleando diferentes estrategias comunicativas y a través de diversos medios, explicando el proceso y el resultado final obtenido, y respetando y valorando las experiencias propias y de los demás.	Técnicas, materiales y recursos informáticos y tecnológicos: su aplicación para la captura, creación, manipulación y difusión de producciones plásticas y visuales.



- Lectura del Evangelio.
- Vídeo.
- Plantilla de sobre.
- El termómetro de la empatía.
- La historia de Nico.
- El corazón solidario.
- Muñeco para la dinámica.
- Flor con el mensaje.
- Material de aula (hojas, rotuladores, pinturas, ceras, pegatinas, recorte de revistas, pintura de dedos...).

ESTUVE ENFERMO Y ME VISITASTEIS

RETO Y METAS DE APRENDIZAJE



El alumnado de tercer ciclo cuenta con madurez para comprender el valor del cuidado a los demás, por lo que es el momento de motivarles para que puedan tener la mirada cristiana y comunicativa. A través de esta experiencia deben de crear un mensaje de apoyo para que pueda llegar a aquellas personas que lo necesitan.

En este momento les lanzaremos tres preguntas de reflexión personal, para conectar con la parte emocional y el mensaje cristiano.

- ¿Cómo te sientes cuando estás enfermo? ¿Y cómo te sientes cuando alguien te cuida con cariño?
- Conociendo a Jesús... ¿Qué crees que haría él si viese a alguien enfermo?
- ¿Cómo podemos expresar amor y apoyo a través de las palabras o el arte?

Seguidamente, conectando con el arte, le enseñaremos la obra “Cristo curando a los enfermos de peste” donde queremos que el alumnado pueda verbalizar qué está viendo. Para concluir se les explicará un poco más sobre el cuadro.

-
- Soy capaz de reconocer la importancia del cuidado hacia los enfermos y valorar el papel de la familia desde una perspectiva cristiana.
 - Soy capaz de expresar mis emociones y pensamientos del amor a través del arte y la palabra.
 - Soy capaz de comunicarme con empatía, respeto y sensibilidad hacia los demás, especialmente los que sufren.
 - Soy capaz de trabajar en equipo para crear mensajes de apoyo que transmitan esperanza y consuelo.
 - Soy capaz de reflexionar sobre mis propias acciones y comprometerme con pequeños gestos de cuidado en mi día a día.
-

ESTUVE ENFERMO Y ME VISITASTEIS

SECUENCIA DIDÁCTICA



ORIENTAR

Presentación del reto y metas de aprendizaje.

Dinámica: “El espejo del cuidado”.

ACTIVAR

Actividad “¿Quién cuida?”

Lluvia de ideas sobre el cuidado.

Visualización: mirar con otros ojos.

Dinámica: “Termómetro de la empatía”.

ACCEDER

Experiencias de cuidado y familia.

Oración compartida.

PROCESAR

Actividad “Cartas de esperanza”.

Revisión de cartas entre iguales.

Puesta en común.

RECAPITULAR

Caja “Compromisos de esperanza”.

Canción “Vivir”, de Rozalén y Estopa.

METACOGNICIÓN

Reflexión “cabeza, corazón y manos”.



SESIÓN 1

ACTIVIDAD 1: “El espejo del cuidado”

Cada alumno recibe una tarjeta con una situación cotidiana relacionada con el cuidado. En parejas, representan cómo actuarían ante esa situación. Luego, comparten cómo se sintieron y qué gestos o palabras fueron significativos. Finalmente, se vincula con la cita evangélica de Mateo 25:34-36 y se propone crear un mensaje de apoyo para alguien que lo necesite.

Tarjetas:

- Tu abuela está enferma.
- Un amigo se ha hecho un esguince.
- Tu madre está muy cansada.
- Tu abuelo no oye bien.
- Tu amiga no puede escribir porque tiene roto un dedo.

ACTIVIDAD 2: “¿Quién cuida?”

El objetivo de esta primera sesión es sensibilizar al alumnado sobre la realidad del sufrimiento y el valor del cuidado que nos enseña la fe cristiana.

¿Quién cuida?

Se comenzará a hacer una lectura de la cual está enfocada la situación de aprendizaje. Mateo 36-41: “Estuve enfermo y me visitasteis”.

ACTIVIDAD 3: Lluvia de ideas sobre el cuidado

La siguiente actividad que se refleja es una lluvia de ideas sobre el cuidado de una enfermedad. ¿Qué es cuidar? ¿Quién cuida en tu familia? ¿Por qué consideras que cuida?

Ahora nos ponemos en mente “el mirar con otros ojos”.

¿Qué significa mirar con los ojos de un niño?, ¿y con los ojos de un adulto?

Vemos un vídeo: “Mirar con otros ojos” para fomentar la empatía con los demás hacia personas con discapacidad.

Mantenemos una conversación donde se comparte: ¿qué sintieron al ver el vídeo?, ¿qué mensaje creen que quiere transmitir?, ¿cómo creen que se sienten las personas con discapacidades cuando no las tratamos con respeto?, ¿qué podemos hacer para que todos se sientan incluidos?

A continuación se les propone que escriban un mensaje a una persona que tenga discapacidad, expresando apoyo, amistad, admiración...

ACTIVIDAD 4: “El termómetro de la empatía”

Concluimos la sesión de orientar realizando la dinámica “El termómetro de la empatía”. En ella el alumnado colocarán pegatinas en una escala según cómo se sentirán en distintas situaciones que se les propone. ¿Qué situaciones nos hicieron sentir mal?, ¿por qué?, ¿qué podemos hacer para que los demás se sientan mejor?, ¿cómo podemos cuidar en el colegio a los que tienen alguna enfermedad o se han hecho daño?



SESIÓN 2

ACTIVIDAD 5: experiencias de cuidado y familia

En círculo grande y voluntariamente se comparten experiencias en las que “yo” (alumno/a) he cuidado a alguien (un familiar, una mascota, amistades...) o haya recibido cuidados por alguna enfermedad. El docente puede invitar a la colaboración a través del pase de un objeto, de forma que es forma de dar la palabra y también dar la atención de su momento.

Se puede guiar al alumnado haciendo preguntas del estilo: ¿Cómo te sentiste al cuidar?, ¿qué aprendiste de esa experiencia?

ACTIVIDAD 6: lectura de testimonios

A continuación, vamos a leer un testimonio adaptado de un niño que cuida a su papá que está enfermo.

Ponemos en común: ¿Qué dificultades enfrentó Nico?, ¿qué sentimientos tuvo?, ¿qué harías tú en su lugar?

ACTIVIDAD 7: oración compartida

En esta última parte de la sesión van a realizar una oración compartida a través de un corazón solidario en el que tendrán que escribir una frase espontánea que tenga relación con la esperanza o cariño para una persona que está enferma. Seguidamente, se unirán todos los corazones y se generará una oración que será leída y expuesta al resto de clases.

El corazón también puede ser escrito con la misma frase y puede ser un bonito detalle para un proyecto de ApS de un centro de salud o hospital.



SESIÓN 3

ACTIVIDAD 8: “Cartas de esperanza”

En este momento los alumnos realizarán una carta para brindar apoyo, consuelo o ánimo a una persona que está pasando por una enfermedad. El docente les mostrará un ejemplo de carta y se les invita al alumnado a pensar en palabras que transmitan esperanza, fe, cariño, solidaridad...

Para poder ayudar al alumnado en la redacción, se les puede ofrecer frases o palabras: “Estoy contigo”, “No estás solo”, “Dios te acompaña”, “Te mando un abrazo lleno de luz”, etc.

El docente puede guiar con preguntas del estilo: ¿Qué palabras te gustaría a ti escuchar si estuvieras como Martín?, ¿qué cosas te hacen sentir mejor cuando estás triste?

ACTIVIDAD 9: “Cartas de esperanza”

En parejas, llega el momento de revisar la carta junto a un compañero/a de forma que puedan darse una retroalimentación sobre la claridad, mejorar, ortografía o el mensaje que se quiere transmitir.

Para ello, se les ofrecerá una lista de verificación sencilla.

Los alumnos podrán decorar sus cartas con dibujos o símbolos cristianos de la forma que ellos decidan (se puede usar todo tipo de material de aula: rotuladores, pinturas, ceras, pegatinas, recorte de revistas, pintura de dedos... que tengan facilidad para crear lo que ellos quieran). Lo importante de este momento es que se puedan comunicar con imágenes que transmitan paz, amor y fe.

ACTIVIDAD 10: puesta en común

Ahora se vuelve a poner en círculo y se lleva a una reflexión:

¿Qué he sentido al escribir esta carta?, ¿qué me gustaría que sintiera la persona que la reciba?, ¿crees que tus palabras pueden ayudar a alguien?, ¿qué nos enseña Jesús sobre acompañar a los demás?



SESIÓN 4

ACTIVIDAD 11: caja “Compromisos de esperanza”

Comenzamos a recordar lo que hemos trabajado sobre el cuidado, la familia y la enfermedad en sesiones anteriores y entre todos vamos aportando en un mural todas las ideas que tienen sobre el tema, lo aprendido y reflexionado tanto individual como en grupo.

Se reparte a cada alumno un muñeco donde se refleja la cabeza, el corazón y las manos, y tendrán que escribir o dibujar en cada parte: ¿qué ha aprendido? (cabeza - cerebro), ¿qué he sentido? (corazón) y ¿qué puedo hacer? (manos). Luego se les invita a compartir en voz alta.

El siguiente paso para promover una acción concreta y personal a partir de lo que se ha estado trabajando es generar una caja de compromisos en el aula. En ella, cada alumno/a guardará el propósito personal que se proponga para la semana y que esté relacionado con la familia, la enfermedad o el cuidado.

Ejemplos: cuidar a alguien que está enfermo en casa, lavarme las manos antes de comer, cuidar a mi mascota o planta...

ACTIVIDAD 12: “Vivir”, de Rozalén y Estopa

Invitamos al alumnado a cerrar los ojos y a escuchar la siguiente canción: [“Vivir”](#), de Rozalén. Será un buen momento para concentrarse y que piensen en las emociones que transmite. Sin perder el momento de calma, preguntaremos en voz alta. ¿Qué emociones nos ha transmitido?

Concluyendo la actividad, les regalaremos una flor donde ponga la siguiente frase:

“Vivir es un regalo y cada uno de nosotros lo puede hacer con amor, con cuidado y alegría”.

ESTUVE ENFERMO Y ME VISITASTEIS

ANEXOS Y MATERIALES



ANEXO I: materiales para la sesión 1

LECTURA: Mateo 25: 34-36

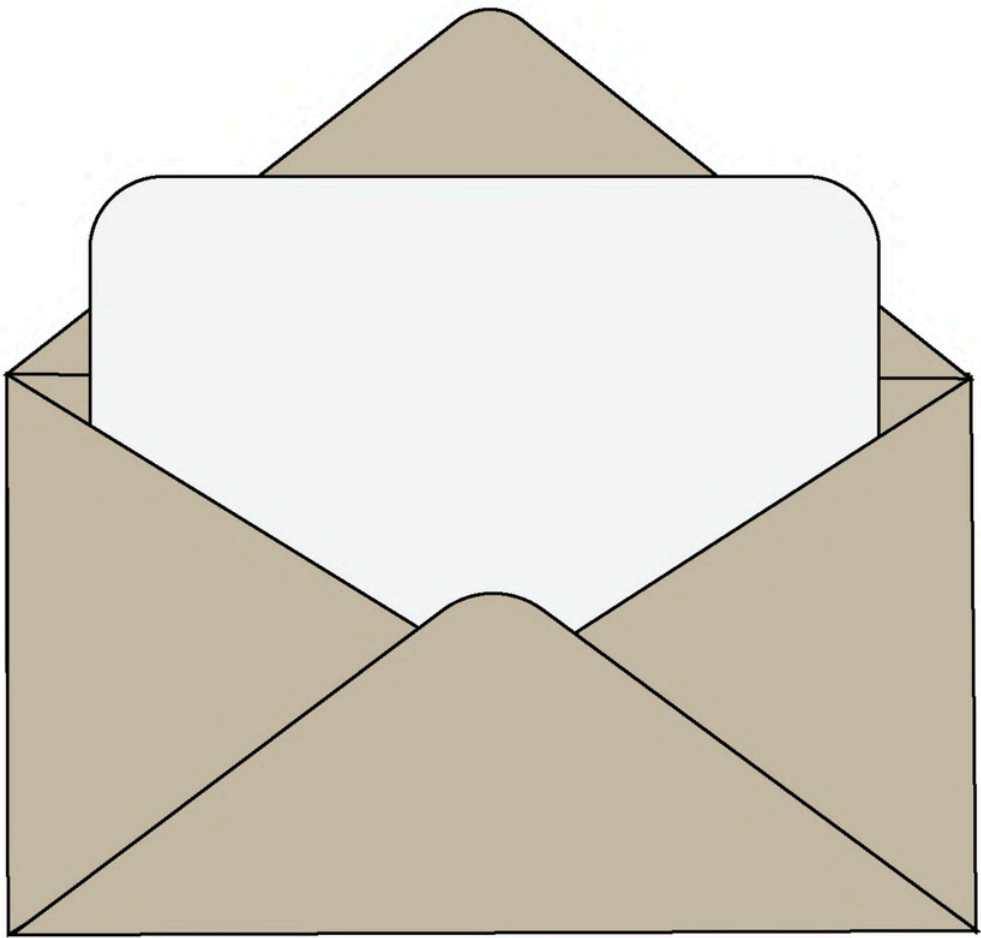
³⁴ Entonces el Rey dirá a los de su derecha: Venid, benditos de mi Padre, heredad el reino preparado para vosotros desde la fundación del mundo. ³⁵ Porque tuve hambre, y me disteis de comer; tuve sed, y me disteis de beber; fui forastero, y me recogisteis; ³⁶ estuve desnudo, y me cubristeis; enfermo, y me visitasteis; en la cárcel, y vinisteis a mí.

VÍDEO

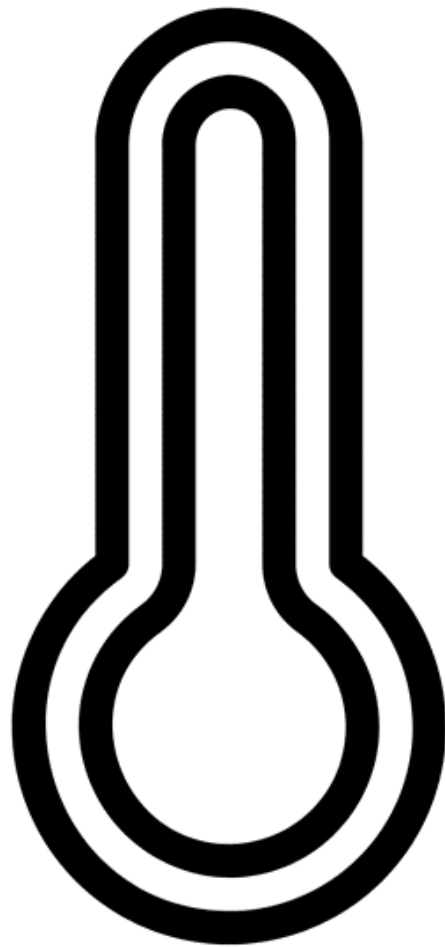
<https://youtu.be/WB9UvjnYO90>



PLANTILLA PARA EL MENSAJE



TÉRMOMETRO DE LA EMPATÍA



Niveles emocionales

- ☐ Muy mal / Triste / Dolido
- ☐ Un poco mal / Incómodo
- ☐ Neutro / No me afecta mucho
- ☐ Bien / Me siento cómodo
- ☐ Muy bien / Feliz / Orgulloso

ANEXO II: materiales para la sesión 2

LA HISTORIA DE NICO

Nico tiene 10 años y vive con su mamá, su hermana pequeña Sofía y su papá, que desde hace unos meses está enfermo del corazón. Ya no puede hacer muchas cosas como antes, y a veces se cansa solo con subir las escaleras.

Al principio, Nico no entendía muy bien qué pasaba. Solo notaba que su papá ya no jugaba tanto al fútbol con él, ni lo llevaba al parque. Pero un día, su mamá le explicó con calma:

—“Papá necesita descansar más. Su corazón está débil, pero con nuestra ayuda, se sentirá mejor”.

Desde entonces, Nico decidió que quería ayudar. Cada mañana, prepara el desayuno con su mamá. Le lleva a su papá un vaso de agua y le pregunta si necesita algo. A veces, simplemente se sienta a su lado y le cuenta cómo le fue en el cole.

Un día, su papá le dijo:

—“Gracias, campeón. Tu ayuda me da fuerzas”.

Nico se sintió feliz. No por haber hecho algo grande, sino porque entendió que cuidar también es una forma de querer.

En clase, cuando hablaron sobre los superhéroes, Nico levantó la mano y dijo:

—“Mi papá es mi héroe, porque aunque está enfermo, nunca deja de sonreír. Y yo soy su ayudante”.

Sus compañeros lo miraron con admiración. Algunos incluso compartieron que también habían cuidado a alguien en casa.

Desde entonces, Nico ya no se siente solo. Sabe que cuidar a alguien no es fácil, pero es una de las cosas más bonitas que se pueden hacer.



ANEXO III: materiales para la sesión 3

Ejemplo de carta

Querido Martín:

Hola, me llamo Rodrigo y soy alumno de sexto grado. Aunque no nos conocemos, quiero decirte que estoy pensando en ti y que te mando un abrazo muy fuerte lleno de cariño y esperanza.

Sé que estás pasando por un momento difícil por tu enfermedad, pero quiero que sepas que no estás solo. Hay muchas personas que te quieren y que están contigo, apoyándote cada día. Eres muy valiente por luchar y seguir adelante, y eso te convierte en una persona muy especial.

A veces, cuando las cosas se ponen difíciles, ayuda mucho pensar en todo lo bonito que hay en el mundo: una sonrisa, un abrazo, una canción alegre o un dibujo lleno de colores. Yo te mando toda mi energía positiva para que te sientas mejor muy pronto.

Nunca dejes de soñar ni de tener esperanza. Cada día es una nueva oportunidad para sentirte un poquito mejor. ¡Tú puedes con todo!

Con mucho cariño,

Rodrigo

Lista de verificación para la carta

☐

Letra clara y legible

☐

Tiene una introducción clara que diga por qué se escribe la carta

☐

Está bien explicado lo que quiere transmitir

☐

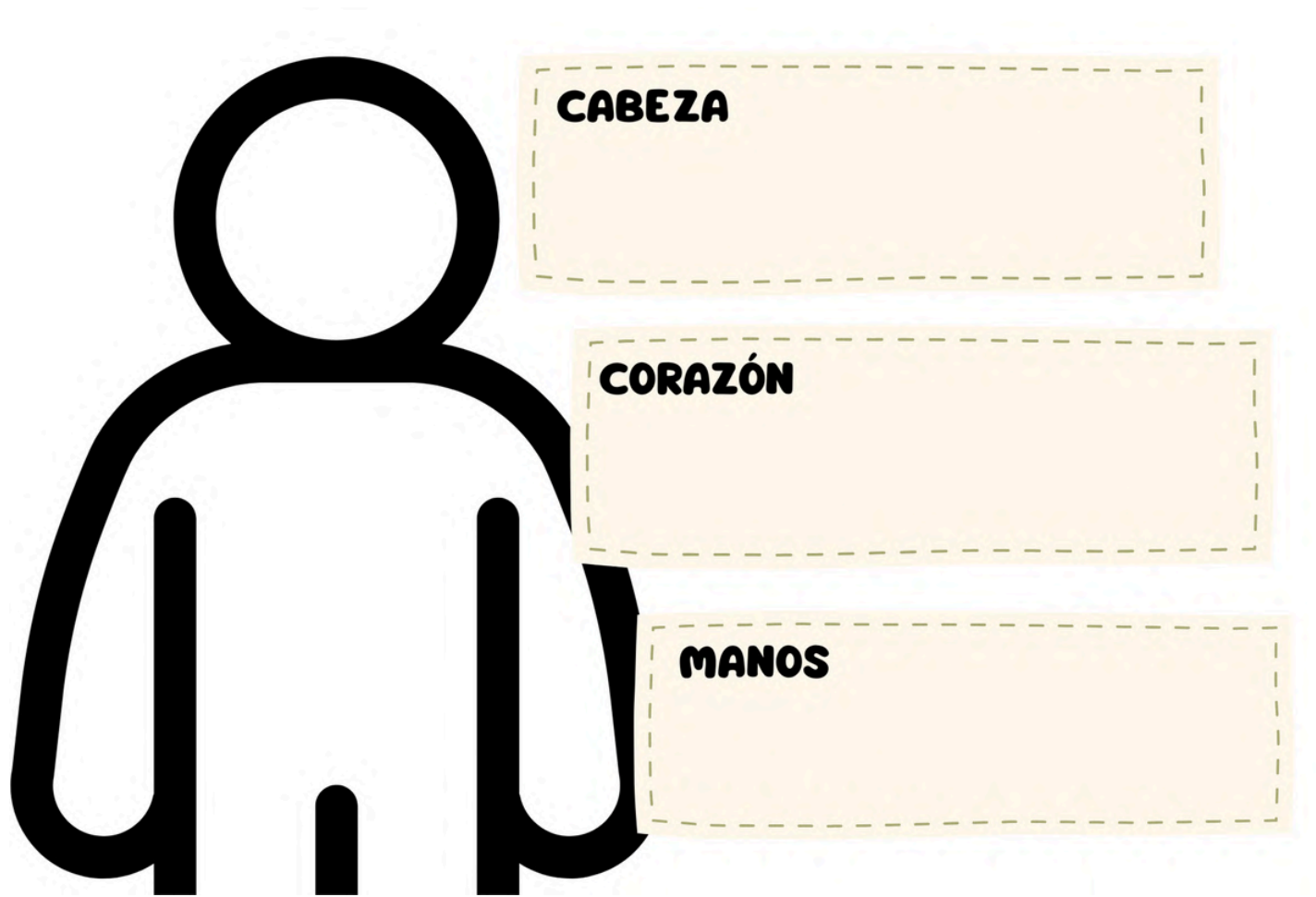
Tiene una despedida amable

☐

Buena ortografía

ANEXO IV: materiales de la sesión 4

Muñeco cabeza, corazón y manos



Vivir - Rozalén y Estopa

<https://youtu.be/iqHb7Wan98E?si=9Q6VRTMbaJSQCf9l>





**"Vivir es un regalo y
cada uno de nosotros
lo puede hacer con
amor, con cuidado y
alegría"**