Este libro corresponde al *Espacio de Conocimiento*. A lo largo de sus páginas, conoceremos a un panda muy sabio que nos enseñará la importancia de detenernos a reflexionar sobre lo que ocurre a nuestro alrededor. Gracias a las bellas imágenes y a los textos incluidos en esta obra, podremos charlar sobre el significado y valor de los obsequios, el enojo, la serenidad, la suerte y la meditación, pues los cuentos que Lago Tranquilo ha decidido compartir se encuentran cargados de enseñanzas y buenas intenciones que nos darán la oportunidad de repensar nuestras acciones y palabras.

Pase de abordar

Cuentos zen para meditar en shorts

AUTOR	ILUSTRADOR	
Jon J. Muth	Jon J. Muth	
PAÍS	PÁGINAS	
Estados Unidos	40	
ESPACIO	DÍAS	PARADAS
Conocimiento	5	10

loqueleo

Pase de abordar

CUENTOS ZEN
PARA MEDITAR
EN SHORTS

JON J. MUTH
ESTADOS UNIDOS
PP 40
CONOCIMIENTO
D5 P10

loqueleo

Un día, un oso gigante llega al jardín de una casa y conoce a tres niños. El oso se llama Lago Tranquilo y les narra a los niños tres increíbles historias zen, que los harán reflexionar acerca de sus emociones y de la vida cotidiana.

Jon J. Muth (Estados Unidos) es escritor, ilustrador e historietista. Realizó estudios de escultura, pintura y grabado en diferentes países del mundo, como Japón, Australia, Inglaterra y Alemania. Su trabajo como creador de literatura infantil ha tenido gran éxito, sobre todo por su obra ilustrada, la cual ha sido reconocida con el Premio Eisner (1995) y la medalla de oro de la Sociedad de Ilustradores (1999).

DÍA 1	HABILIDAD LECTORA: Reflexión sobre la forma del texto	EN DIRECCIÓN A LA…Construcción de conceptos abstractos que nos permiten nombrar acciones necesarias para desenvolvernos íntegramente dentro de la sociedad.

PARADA: LOQUEVEO	ACTIVIDADES: PASEAR Y CONTEMPLAR	ATRACCIONES: VISTA PANORÁMICA 1

A. Iniciamos

1. Inicie el viaje con una exploración visual de *Cuentos zen para meditar en shorts*. Entregue los ejemplares y permita que sus alumnos los observen libremente. Procure generar un ambiente de tranquilidad y relajación. Para lograrlo puede utilizar alguna pieza musical creada para este fin.
2. Después de la exploración invite a sus estudiantes a sentarse frente a usted. Hablen acerca de lo que observaron. Oriente la charla a partir de preguntas como:
   - *¿Quién es el personaje de esta obra?, ¿cómo lo describirían?*
   - *¿En dónde se imaginan que ocurre la trama de esta historia?*
   - *¿Quiénes más aparecen en el libro?, ¿cuál se imaginan que será su papel*

B. Ampliamos

3. Entregue a sus alumnos un cuarto de cartulina. Organice al grupo en equipos de trabajo y asegúrese de que cada equipo cuente con los siguientes materiales:
   - *Pinceles de distintos grosores*
   - *Pinturas de agua de distintos colores*
   - *vasos con agua para la lavar los pinceles*
   - *Un trapito*

   Explique a sus alumnos que todos deberán pintar un árbol. Utilice como modelo los árboles ilustrados en el libro. Comente que deberán ser cuidadosos al pintar las hojas y las ramas.

TIP DE VIAJE **Invite a sus estudiantes a trabajar con tranquilidad. Explicite que se trata de una actividad de relajación y por lo tanto no se requiere que la lleven a cabo con velocidad sino con dedicación y cuidado. Puede seleccionar otra melodía zen como alternativa para crear un ambiente adecuado.**

PARADA: LOQUEDESCUBRO	ACTIVIDADES: ASOMARSE Y DESCUBRIR	ATRACCIONES: REUNIÓN INICIAL 2

C. Focalizamos

4. Mientras los dibujos se secan vuelva a pedir a sus alumnos que se sienten frente a usted. Lea el título de la obra: *Cuentos zen para meditar en shorts*.
   Abra una discusión acerca del significado de la palabra "zen". Permita que sus estudiantes comenten lo que entienden por meditar. Guíelos por medio de cuestionamientos como:
   - *¿Para qué sirve la meditación?*
   - *¿Quiénes y por qué meditan?*
   - *¿Cómo se logra la meditación?*
5. Pida a sus estudiantes que investiguen entre sus amigos y familiares:
   - *¿Cuáles son las acciones o estrategias que más utilizan para relajarse?*

   Solicite que registren por escrito la información obtenida.

DÍA 2	HABILIDAD LECTORA: Elaboración de interpretaciones	EN DIRECCIÓN A LA… Construcción de conceptos abstractos que nos permiten nombrar acciones necesarias para desenvolvernos íntegramente dentro de la sociedad.

PARADA: LOQUECREO	ACTIVIDADES: PENSAR Y PREDECIR	ATRACCIONES: LUGARES POSIBLES 3

A. Iniciamos

1. Tenga colocados, en algún lugar visible, los árboles pintados la sesión anterior. Pida a sus alumnos que los observen y pida que expliquen lo que sienten. Si en el colegio hay algunos árboles, salga con sus alumnos a vivir la experiencia de mirar un árbol y apreciar cómo el viento mueve sus hojas. Encárguese de crear el ambiente adecuando para que sus estudiantes se relajen.
2. Abra un espacio para que sus alumnos puedan compartir los resultados obtenidos al preguntar:
   - *¿Cuáles son las acciones o estrategias que más utilizan para relajarse?*

   Registre los datos obtenidos en una tabla, una lista o una gráfica. Hablen acerca de la importancia de tener espacios que nos ayuden a relajarnos.
3. Pida a todos sus estudiantes que le ayuden a completar la siguiente frase:
   - *Cuando estoy relajado…*

   Modele con algunas ideas como:
   - *…puedo tomar buenas decisiones.*
   - *…puedo concentrarme en lo que los demás me dicen.*
   - *…me siento feliz y tranquilo.*

B. Ampliamos

4. Cuestione a sus estudiantes con respecto a la posible finalidad del libro:
   - *¿Cuál se imaginan que será el contenido de este libro?*
   - *¿Se tratará de un manual para aprender a meditar?, ¿entonces de qué trata?*
   - *¿Qué pretenderá el autor de la obra?*

TIP DE VIAJE **Para contestar estas preguntas, permita que sus estudiantes tengan a la mano sus ejemplares de *Cuentos zen para meditar en shorts*, para que puedan identificar la estructura del texto y así predecir su contenido.**

PARADA: LOQUELEO	ACTIVIDADES: LEER Y DISFRUTAR	ATRACCIONES: PAISAJES DE LETRAS 4

C. Focalizamos

5. Lea en voz alta la nota del autor incluida al final del libro. Vaya deteniendo la lectura para hablar sobre:
   - *¿Qué es el zen y cómo lo describe el autor?*
   - *¿Cuál es la finalidad de esta obra?*
   - *¿Qué otras obras ha escrito el autor?*

   Relacione la actividad de "observar los árboles" con el siguiente apartado incluido en la nota del autor:

   Cuando contemplas un charco de agua, si el agua está en calma puedes ver claramente el reflejo de la luna. Pero si el agua está agitada, la luna se verá fragmentada y dispersa, por lo tanto, es más difícil verla como en verdad es. Pasa lo mismo con nuestra mente: cuando la mente está agitada, no podemos ver el mundo como realmente es.

DÍA 3	HABILIDAD LECTORA: Obtención de información	EN DIRECCIÓN A LA… Construcción de conceptos abstractos que nos permiten nombrar acciones necesarias para desenvolvernos íntegramente dentro de la sociedad.

PARADA: LOQUECOMPRENDO	ACTIVIDADES: COMPROBAR Y GANAR	ATRACCIONES: PASEO ENTRE LÍNEAS 5

A. Iniciamos

1. Recuerden lo trabajado durante los primeros dos días de viaje.
   - *El significado de la palabra zen*
   - *Lo relajante que puede ser pintar con pinturas de agua*
   - *La información contenida en la "Nota del autor".*
2. Comience con la lectura del libro. Lea en voz alta del inicio del libro hasta la página que dice: "Y así fue como Addy, Michael y Karl conocieron a Lago Tranquilo". Hablen sobre el carácter introductorio de estas páginas. Cuestione:
   - *¿Quiénes son los niños?*
   - *¿Qué hará un panda fuera de su casa?*
   - *¿Qué se imaginan que pasarán ahora?*

B. Ampliamos

3. Organice al grupo en equipos de tres o cuatro integrantes. Explique que deberán leer las siguientes páginas (del momento en el que Addy va a visitar a Lago Tranquilo hasta antes de la historia "El tío Ry y la luna"). Al terminar tendrán que reflexionar en:
   - *¿Por qué un alguien querría dar regalos a los demás en el día de su cumpleaños?*
   - *¿Qué implica regalar algo?, ¿por qué regalamos cosas?, ¿cuándo regalamos algo a alguien?*
   - *¿De qué tratará la historia que Lago Tranquilo le va a contar a Addy?*

TIP DE VIAJE Permita que sus alumnos hablen sobre sus propias experiencias relacionadas con dar y recibir regalos. Invítelos a reflexionar: del valor del obsequio material al reconocimiento de regalos afectivos, de momentos compartidos y situaciones construidas.

PARADA: LOQUECONOZCO	ACTIVIDADES: CONOCER E INTERPRETAR	ATRACCIONES: LUGARES QUE RECUERDO 6

C. Focalizamos

4. Reúna a sus estudiantes frente a usted. Lea en voz alta el cuento de "El tío Ry y la luna". Después de la lectura promueva un ejercicio de debate.
   - *¿Hizo bien el tío Ry en regalar su única túnica?*

   Hablen sobre lo que el tío pretendía al regalar su túnica. Comenten a lo que se refiere el tío cuando dice:

   "Pobre hombre. Lo único que pude darle fue mi túnica raída. Ojalá hubiera podido regalarle esta maravillosa luna".
5. Solicite a sus estudiantes que escriban un texto breve sobre lo más valioso que podrían obsequiarle a alguien. Hablen sobre cómo lo valioso no necesariamente es algo material.

DÍA 4	HABILIDAD LECTORA: Reflexión sobre el contenido	EN DIRECCIÓN A LA… Construcción de conceptos abstractos que nos permiten nombrar acciones necesarias para desenvolvernos íntegramente dentro de la sociedad.

PARADA: LOQUECOMPARTO	ACTIVIDADES: COMPARTIR Y ESCUCHAR	ATRACCIONES: PUNTO DE ENCUENTRO 7

A. Iniciamos

1. Comience escribiendo en el pizarrón la siguiente pregunta:
   - *¿Cuándo fue la última vez que tuviste suerte?*
   - *Permita que sus estudiantes hablen al respecto con algún compañero. Observe las interacciones y tome nota de las anécdotas compartidas entre sus estudiantes.*
2. Inicie una charla sobre el significado de la palabra "suerte".
   - *¿La suerte puede ser buena y mala al mismo tiempo?*
   - *¿Qué distingue a la buena suerte de la mala suerte?*

   Pida a sus estudiantes que pasen al pizarrón a escribir palabras que tengan relación con la suerte, por ejemplo: trébol, deseo, gato, etc. Lleve a sus estudiantes a reconocer que la "suerte" puede se buena o mala, dependiendo desde dónde se le mire.

PARADA: LOQUEPRODUZCO	ACTIVIDADES: IMAGINAR Y PRODUCIR	ATRACCIONES: DIARIO DE VIAJE 8

B. Ampliamos

3. Retomen la lectura del libro. Pida a sus estudiantes que sigan la lectura en sus ejemplares. Lean desde el momento que llega Michael a visitar a Lago Tranquilo hasta que ambos están a punto de bajar del árbol. Hablen acerca del "quizá" mencionado por Lago Tranquilo. Cuestione a sus alumnos sobre las posibles consecuencias de una caída.
4. Pida que individualmente lean el cuento: "La suerte del granjero". Cuando todos hayan terminado, pida a sus estudiantes que escriban lo que Lago Tranquilo pretendía enseñarle a Michael con esa historia.

C. Focalizamos

5. Permita que sus alumnos compartan sus producciones escritas. Llévelos a reflexionar sobre la suerte del granjero.

TIP DE VIAJE **Si lo considera necesario, vuelvan a leer la historia, esta vez en voz alta y haciendo pausas para comentar la trama y asegurar la comprensión del mensaje.**

6. Pida a sus alumnos que elaboren un dibujo en el representen la suerte mezclada entre lo bueno y lo malo. Permita sus estudiantes utilicen los materiales que consideren más adecuados. Dé oportunidad de que todos expliquen sus producciones artísticas.
7. Pida a sus estudiantes que lleven el libro a casa. Solicite que terminen de leerlo en compañía de sus amigos y familiares.

DÍA 5	HABILIDAD LECTORA: Comprensión global del texto	EN DIRECCIÓN A LA… Construcción de conceptos abstractos que nos permiten nombrar acciones necesarias para desenvolvernos íntegramente dentro de la sociedad.

PARADA: LOQUEVALORO	ACTIVIDADES: REFLEXIONAR Y EVALUAR	ATRACCIONES: ASÍ LO VIVÍ 9

A. Iniciamos

1. Inicie con una charla acerca de cuánto dura el enojo o una molestia. Incite a la reflexión por medio de preguntas como:
   - *¿Hay algo que les ayude a calmar su enojo?*
   - *¿Qué es lo que detona el enojo una persona, una la situación o nosotros mismos?*
   - *¿Cómo es posible que a todos nos molesten cosas diferentes?*
   - *¿Para qué sirve el enojo?*
2. Hablen acerca del lo leído en casa:
   - *¿Qué sentía Karl con respecto a Michael?, ¿por qué?*
   - *¿En realidad pasó el día entero molesto?*
   - *¿Por qué Lago Tranquilo le contó esa historia a Karl?*
   - *¿Qué aprendió Karl con esa historia?*
   - *¿Cómo se relaciona el enojo con un cargamento pesado?*

B. Ampliamos

3. Permita a sus estudiantes que compartan cuál de las tres historias fue la que más disfrutaron. Solicite que expliciten sus razones y que argumenten con base en lo aprendido en cada cuento. Invite a sus estudiantes a reunirse con otros compañeros que disfrutaron la misma historia.
4. Retome el título del libro y la discusión sobre lo que implica la meditación. Lleve a sus estudiantes a reconocer la importancia de la meditación en la generación de espacios de reflexión. Profundice en cómo existen culturas, como la japonesa, en la que la meditación es parte esencial de la vida. Propongan alternativas de cómo podría ser posible alcanzar un estado de tranquilidad que nos permita reflexionar sobre los que nos rodea. Al respecto, pida a sus estudiantes que la elaboren una lista en su **DIARIO DE VIAJE**, por ejemplo:
   - *Salir a caminar*
   - *Escuchar música*
   - *Dibujar o pintar*
   - *Practicar algún deporte*

PARADA: LOQUEMETOCA	ACTIVIDADES: PROPONER Y ACTUAR	ATRACCIONES: VIAJE AL MÁS ALLÁ 10

C. Focalizamos

5. Permita que sus estudiantes externen su opinión sobre el libro trabajado. Pida que incluyan su valoración en el **PASAPORTE DE VIAJE**. Agradezca por la compañía durante este viaje.