



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de; Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

GUÍA DE APRENDIZAJE SEMANA 03
GUIA 01

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:			
FECHA DE ENTREGA: Febrero 05	FECHA DE RECIBO:	GRADO: Decimo	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
NOMBRE DEL DOCENTE:		Yina Lopera Vallejo Diego Taborda Marcela Cardenas	
NOMBRE DEL PROYECTO		NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA	
TEMA		Proyectándome al futuro	
CORREO ELECTRÓNICO:		Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co	
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:		Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual. Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural. Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.	
COMPETENCIAS			EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Sensibilidad: • Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. • Identifico desde las diferentes áreas del conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos.			Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

- Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas.
- Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal.

Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta máquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva.

Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir más tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal.

El cuerpo entonces es un cumulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnífica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.

NOTA

La guía de aprendizaje número 01 se inicia en la semana 03 del calendario académico, debido a que en la semana 01 y 02 se realizó la inducción y reinducción de los estudiantes, manual de convivencia, modelo pedagógico, entre otros temas.

° EXPLORACIÓN

La personificación es atribuir propiedades y cualidades humanas a objetos, cosas inanimadas y animales a las cuales se les hace hablar, actuar o reaccionar como persona.

Escribe dos ejemplos de personificación.

¿Qué es el cuerpo?

¿Como contribuyes a tu cuerpo a ser el mejor lugar unipersonal?

2° ESTRUCTURACIÓN

Los artistas han representado el cuerpo humano a través del tiempo. Lo ha estudiado tanto que gracias a sus representaciones podemos saber cómo se vestían y cómo vivían las personas de otras épocas. También podemos conocer como era el aspecto físico de los grupos humanos según la época y sociedad, así como comprender la idea de belleza que cada cultura ha tenido.

Una de las preocupaciones de los artistas ha sido estudiar la proporción, es decir la comparación y medida de las diferentes partes del cuerpo. De esta manera establecieron unos cánones o modelos de belleza deseables de la figura humana. Estos sistemas de proporciones se basaban en cálculos matemáticos y eran usados para asegurarse que las pinturas, dibujos, esculturas y obras de arte que se produjeran fueran bellos y armoniosos.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

La representación de la figura humana es uno de los temas más antiguos a lo largo de la historia. Como has visto estas representaciones pueden variar muchísimo, pero en general todas se basan en lo que una cultura u otra consideran interesante, bello o atractivo.

Los artistas evidencian en sus obras lo que en su momento la sociedad valida como adecuado o deseable, pero también hacen sus propias propuestas de modificación de los patrones o de los cánones estéticos. Estos cambios tienen que ver con razones muy diversas, las cuales pueden ser de orden social, religioso, ritual o personal, o con la búsqueda de nuevos ideales estéticos o de belleza. Esto es lo que sucede con estos bailarines. Por un lado, tenemos la danza tradicional... en la que los bailarines modifican su cuerpo aplicándose pintura o usando máscaras y por el otro encontramos al australiano Stelarc, quien adhiere a su cuerpo prótesis para ampliar sus posibilidades de movimientos.

Hoy, el ser humano es considerado una unidad bio-psico-social-espiritual, pero llegar a esta conclusión no fue fácil, la historia de occidente marcada siempre por el dualismo fundamentó durante siglos las formas de pensar, de sentir y de actuar personal y social, y de alguna manera lo continua haciendo. Sigue siendo común considerar a cada uno de los individuos de la especie no como un todo, sino como una suma de partes. Según Le Breton (1995, p.83) Mientras que en las sociedades tradicionales, de composición holística y comunitaria, el cuerpo no es objeto de escisión alguna, sino que es indiscernible del hombre y se «con-funde» con el cosmos y la comunidad, con el ascenso, durante la modernidad occidental, del individualismo se configura una representación dualística del cuerpo según la cual éste está separado del cosmos, de la colectividad (de los otros) y del mismo sujeto (poseer un cuerpo más que ser un cuerpo).

ETAPA DEL PENSAMIENTO	PONENTE	ALMA	CUERPO	RELACIÓN CUERPO - ALMA
Griego	Sócrates El hombre es un ser compuesto: cuerpo – alma.	Existe dentro del hombre, pero no la capta los sentidos. Lo que lo define es su alma racional, su inteligencia tiene vertiente práctica. Es decir, la conducta humana se refiere a cómo actúa el hombre concretamente en su existencia.	Como depósito de los sentidos es una entidad que debe ser cuidada con esmero y respeto.	El alma es superior al cuerpo, porque esta más ligada a su actividad racional y virtuosa
	Platón El hombre es un ser compuesto: cuerpo – alma, Sin embargo el alma se impone sobre el cuerpo	Pertenece al mundo divino de las ideas, es la que informa a la materia, sólo ella puede permanecer inalterable, no se puede descomponer. Ella conoce la esencia de las cosas. Tres tipos de alma: 1. Racional: principio del conocimiento racional 2. Concupiscible: tendencia hacia el placer 3. Irascible: tendencia hacia el poder, superar las dificultades.	Es sólo el depósito. Conoce únicamente lo material, la apariencia. Pertenece al mundo sensible, por lo que está sujeto a cambio y corrupción. Es la cárcel del alma.	Accidental: ambas son incompatibles por ser de naturaleza distinta, el alma no necesita del cuerpo para existir. Violenta: pues hay tensión (acción de cuerpos opuestos), cada una quiere algo diferente El alma es principio de vida y movimiento del cuerpo, pero totalmente independiente de él; aspira a liberarse del cuerpo para regresar a su origen divino, para lo cual debe purificarse de su contacto con el mundo sensible alcanzando la sabiduría. Morir, significa descomponerse en partes. El alma deja el cuerpo que es consumido por enfermedades.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

	Aristóteles El hombre es a partir de la física un ser natural, porque tiene en sí mismo el principio de movimiento y el de cambio	Todos los seres vivos tienen en sí un principio vital o alma que regula todas sus funciones vitales. El alma es la forma del cuerpo. Los tres tipos de almas existentes se distinguen así: 1. Vegetativa: principio de vida, cuyas funciones son: nutrición, crecimiento, reproducción y muerte. 2. Sensitiva: mediante la cual los animales realizan sus funciones vegetativas y, además, conocimiento sensitivo, movimiento local, función de ataque y huida, defensa. 3. Racional: tiene todas las funciones de los animales, pero además la razón (entendimiento teórico y práctico).	Es la materia	Esta unión es una unión SUSTANCIAL. Son dos co-principios incompletos que se complementan mutuamente. Elimina el dualismo entre Mundo sensible y Mundo inteligible de Platón, sustituyéndolo por un dualismo entre materia y forma. Dice que el cuerpo y el alma forman un todo que es el hombre. El alma humana no es inmortal, porque está tan íntimamente unida al cuerpo, que muere con él.
Medieval	Cristianismo El hombre es PERSONA, un ser creado por Dios a su imagen y semejanza.	Es inmortal, ha sido creada de la nada por Dios, individualmente para cada ser humano y constituye un puente de unión entre lo material y lo divino. El alma que es puramente espiritual, sin nada de materia, y constituye la intimidad misma de la persona.	Es materia común (carne y huesos) y también materia signada que es concreta e individualizada.	Alma y cuerpo llegan a ser co-principios en la explicación de como es el ser humano. El hombre es completamente cuerpo y a la vez completamente alma. Sin embargo, es el alma la que tiene el ser en primer lugar y el cuerpo aparece como lo que está encaminado a ella; es el alma quien exige disposición de la materia.
Moderno	Descartes El hombre es un compuesto de sustancia pensante y sustancia extensa.	Identifica el alma con el YO. Todos los hombres tienen conciencia de sí mismos y a esa conciencia la llama alma. Yo: conciencia llena de contenidos (ideas), “RES COGITANS” o sustancia pensante. La existencia del alma no necesita demostración, sino que se conoce por intuición de una manera directa.	Conciencia del Yo: sensaciones de las cosas (realidad que cambia), “RES EXTENSA” o sustancia que ocupa un lugar en el mundo. Obstáculo para el conocimiento del mundo	El alma que asienta en la glándula pineal, se deja confundir constantemente por sentimientos y afectos relacionados con las necesidades del cuerpo. No obstante, el alma puede independizarse de esos impulsos «bajos» y actuar libremente en relación con el cuerpo.

3° PRÁCTICA

Desde es cuadro anterior realiza un análisis y escribe un texto que explique tu aprendizaje y postura en relación a lo que allí se plantea.

Realiza una presentación en imágenes que explique esa relación cuerpo y alma.

¿Cómo actúa nuestro cuerpo en el momento de desarrollar cada uno de los movimientos?

¿Tu cuerpo como manifiesta el silencio?

¿Cómo te encuentras contigo mismo?



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Caminos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Crea a través de un relato de 250 palabras para ti que es... EL CUERPO COMO ELEMENTO EXPRESIVO

Escribe un ensayo que explique la relación mente, cuerpo y espíritu.

4° TRANSFERENCIA

Selecciona un personaje representativo de la humanidad, lee acerca de él, y argumenta lo siguiente:

1. ¿Por qué lo eliges?
2. establece una relación entre los aspectos ético, religioso, artístico y cuidado de su cuerpo
3. ¿lo seguirías como ejemplo?

Organizar su grupo de investigación teniendo presente sus roles y aportes a la construcción de su proyecto, desde la primera experiencia de acercamiento a lo corporal como tema central.

Planteamiento del nombre de su propuesta y su pregunta problematizadora.

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS

https://es.slideshare.net/aracelperez2009/proyecto-de-vida-21845943?qid=e5aa0d4f-702a-45f2-be62-b590c263f1a2&v=&b=&from_search=2

GUÍA DE APRENDIZAJE SEMANA 04
GUIA 02

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

FECHA DE
ENTREGA:
Febrero 05

FECHA DE
RECIBO:

GRADO:
Decimo

ÁREAS QUE SE INTEGRAN:
ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y
RELIGION.

NOMBRE DEL DOCENTE:

Yina Lopera Vallejo
Diego Taborda
Marcela Cardenas

NOMBRE DEL PROYECTO

NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA

TEMA

Proyectándome al futuro



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

CORREO ELECTRÓNICO:		Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co	
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:		Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual. Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural. Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.	
COMPETENCIAS		EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	
Sensibilidad: • Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. • Identifico desde las diferentes áreas del conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas. • Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.		Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro	
INTRODUCCIÓN			
El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal.			



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta maquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva.

Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir mas tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal.

El cuerpo entonces, es un cumulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnífica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.

° EXPLORACIÓN

La personificación es atribuir propiedades y cualidades humanas a objetos, cosas inanimadas y animales a las cuales se les hace hablar, actuar o reaccionar como persona.

¿la personificación y la ética como se relacionan?

¿la espontaneidad como contribuye al desarrollo del ser?

¿Cuál es la importancia de la comunicación en la vida?

2° ESTRUCTURACIÓN

EL CUERPO Y SU OBJETIVO EN ESCENA

En el teatro se trabaja con el cuerpo, como nuestra herramienta fundamental, el que en cualquier circunstancia está comunicando (más aún cuando se está en escena), expresándose independientemente de la voz, con sus sonidos y palabras. Puede incluso expresar lo contrario a lo que se está enunciando con la voz. Del mismo modo, cuando un cuerpo está inactivo en el escenario sigue entregando una gran cantidad de información. Lo que debemos preguntarnos es:

¿qué es lo que quiero transmitir con mi cuerpo?

¿logro transmitir con el cuerpo exactamente lo que quiero?

¿el mensaje corporal que emite mi cuerpo, coincide con lo que quiero que llegue al espectador?

Con frecuencia las personas participantes e intérpretes de teatro no saben qué hacer con su cuerpo; sus manos, su postura, sus piernas, se convierten en algo incómodo. Evidenciar esto hará que tomar conciencia de una serie de manías o tics corporales, movimientos involuntarios repetitivos, que con bastante dificultad se logran dominar en escena.

La primera sugerencia para tener control sobre ellos es tomar conciencia que existen e identificarlos; la segunda sugerencia es que, a partir de la distensión, podemos coartarlos ya que generalmente estos movimientos involuntarios se producen por la tensión o inseguridad del momento. Sobrepasando esto no debiera ser complejo limpiar la escena, situación o personaje de aquellos movimientos no elegidos por el actor o intérprete y reemplazarlos por movimientos o acciones bien definidas para entregar el mensaje corporal adecuado al espectador.

Sugerimos para el trabajo con el cuerpo, la observación como recurso y se atrevan a buscar en su entorno inmediato a personas, animales u objetos reales de referencia que se acerquen en parecido a sus personajes y que aprendan a registrar la postura, actitudes corporales o gestos y replicarlas con sus propios cuerpos. El trabajo con la imitación es una metodología que sirve en ese ideal. Otra forma para que el cuerpo tenga un objetivo motriz en escena, es usar acciones físicas tales como barrer, escribir, cocinar, bailar, tender ropa, entre otras. Hacer algo en la escena que uno realiza en



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

lo cotidiano es un recurso muy útil y apropiado a la hora de relacionamos con los objetos y los otros en la escena.

El cuerpo será un aliado en escena siempre que no nos delate el nerviosismo, el que evitamos cuando estamos seguros de lo que haremos sobre el escenario; para ello la única técnica es la preparación que se logra con los ensayos sostenidos y permanentes. La interpretación debe ser, en lo posible, creíble y debemos trabajar buscando la verdad de cada una de las acciones que realicemos; esto se logra comprendiendo lo que estamos escuchando o diciendo: la actuación debe responder a lo que está sucediendo en la escena. Cada actor o participante de la escena recibe estímulos y responde a ese determinado contexto de acuerdo a sus propias características, por lo que de esta forma todo marchará como un conjunto de acciones reales, lo que le dará credibilidad a la interpretación.

EL VALOR EXPRESIVO DE LO ESPONTÁNEO

Actualmente no se discuten los innegables beneficios del juego; por el contrario, la concepción del juego como actividad natural y enriquecedora del ser humano durante todas las etapas de su desarrollo, crece. El juego es un poderoso instrumento de motivación, que exige a las personas participantes estar focalizadas en la actividad en la que participan; crea un área que permite permanecer abierto, disponible a la recreación, a la emoción y, en ese sentido, se ha podido determinar las propiedades del juego, que incorpora las situaciones vitales y el aprendizaje de conocimientos prácticos y convencionales, dando espacio a la capacidad de crearse a sí mismo y manifestarse libremente.

Lo lúdico es una actitud que facilita la adquisición de experiencias y aprendizajes, fomenta la proporcionalidad de los hechos internos y externos, moviliza las imágenes, da soltura a las relaciones, flexibiliza el sistema de roles y abre el futuro, y su rol es despertar la curiosidad y hacer surgir el deseo de aprender. Por ello, la opción de generar estrategias lúdicas en el inicio y desarrollo de un proceso, se justifica porque es una actividad indispensable para crear, descubrir y comprender libremente. Para acercarnos a un resultado artístico es ineludible trabajar, en primera instancia, con la expresión espontánea de las personas participantes, aproximándonos a ella mediante ejercicios alusivos al tema e ir tanteando si estos entusiasman al grupo, o no. La profundidad del trabajo que finalmente se logre dependerá de muchos factores, inherentes a cualquier proceso artístico y formativo, que no necesariamente dependen de la acción directa del facilitador, como por ejemplo los objetivos que fija la institución para el taller de teatro, la edad de las personas participantes, la asistencia y las experiencias previas que estos tengan, las características particulares de cada grupo, el tiempo y el espacio disponibles para trabajar, los recursos materiales, entre otros. Para esta aproximación podemos utilizar las distintas formas dramáticas o teatrales que tenemos a disposición, como el juego de libre expresión, los juegos de expresión, el juego dramático e improvisaciones, que son herramientas de trabajo apropiadas para las etapas de las personas participantes con los que se trabajará en un taller de teatro escolar.

En todos los casos significa hacer uso de un nuevo lenguaje, que como cualquier otro tiene la facultad de abrir horizontes, mostrar realidades de formas diferentes, además de comunicar, transferir o transmitir conocimientos de forma intencional. En este sentido, el teatro no debe concebirse como un simple instrumento de comunicación o código neutro de intercambio de información entre partes, ya que es un lenguaje que tiene el poder de producir modificaciones en los sujetos involucrados, (creadores, facilitadores, actores y actrices, y espectadores, afectándolos en el proceso, en sus afectos, en la sensibilidad artística y humana, en el registro que perdura, en la reflexión que provoca, etc. El teatro es un lenguaje vivo que recrea y crea realidades.

“Sin contacto con el cuerpo uno no tiene sentido de su situación en el mundo o de su presencia física y sus límites. Sin contacto con sus entrañas y respuestas físicas, es decir con las sensaciones orgánicas internas de uno, hay solo vacío y sensación de no soy nada”



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“*Abriendo Carinos Hacia La Excelencia*”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

(Kepner, 1999, p.107)

Desde la psicomotricidad la Consciencia Corporal es la posibilidad de estar en contacto real con el propio cuerpo, es la capacidad de sentir sus diversos órganos y partes, movimientos y actividades. “Se desarrolla especialmente en la infancia aunque sigue formándose y perfeccionándose a lo largo de toda la vida. Cuanta más o menos consciencia poseamos de nuestro propio cuerpo, más clara o distorsionada será la imagen que nos formemos en la mente” (Montseny, 2002, p. 160).

En la Consciencia Corporal es básico el esquema corporal “un concepto neurológico que corresponde a las estructuras nerviosas que procesan información propioceptiva (...) que para su estructuración necesita obviamente, la integridad de los sectores corticales programados genéticamente, pero también la intervención de su actividad funcional a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo motor” (Le Bouch. 1998, p. 194-195); en otras palabras el esquema corporal es la imagen que se tiene en la mente del propio cuerpo, su estructuración y desarrollo necesita dos fuentes de información: la del propio cuerpo y la relativa al espacio exterior y en ella se pueden distinguir dos niveles de organización, uno inconsciente y otro consciente, lo que permite que dicha imagen se vaya integrando procesual y reflexivamente al propio ser a medida que se manifiestan las capacidades motoras.

Y es que “El cuerpo propio no es un ensamble de órganos yuxtapuestos en el espacio, más bien es la posesión de cada uno de sus miembros por medio de un esquemacorporal, esto es, <<una forma de experimentar que mi cuerpo está en el mundo>>” (Merleau–Ponty, 1986, p.117), por eso en el desarrollo psicomotriz de una persona y específicamente en el desarrollo del esquema corporal, es indispensable el conocimiento, determinación, localización y diferenciación de cada una de las partes del propio cuerpo, porque le permite a la persona situarse en un ámbito concreto, en el que los objetos se ofrecen bajo la estructura de figura-fondo; cuando un individuo está en capacidad de identificar, mostrar y nombrar dichas partes, decimos que ha construido su imagen corporal, esta se deriva de las sensaciones intereceptivas (originadas en las vísceras), propioceptivas (derivado de músculos, articulaciones y el laberinto) y exteroceptivas (provenientes de los órganos de los sentidos), gracias a las cuales el cuerpo sabe su postura en el mundo y conoce la posición de sus miembros en el espacio en el que se desenvuelve, es decir, dichas sensaciones tienen que ver con la impresión subjetiva de la percepción del propio cuerpo y los sentimientos hacia él, y permite la experiencia del espacio y del tiempo.

3° PRÁCTICA

La vida misma es parte de representación activa y dinámica, donde se crean espacios de comodidad, y de complejidad, cada uno decide como practicarlos.

A través del cuerpo se logra manifestar varias maneras de comunicarse, esta se establece por medio la voz, gestos, mímicas entre otras.

¿Con cuál de ellas te sientes más cómodo?

¿El cuerpo como contribuye a la puesta en escena?

¿Cómo se relaciona el cuerpo, el actuar y los hábitos saludables?

Elabora un mapa conceptual que reúna los conceptos de cuerpo, espiritualidad y ser.

Escribe un texto explicando la idea de conciencia corporal desde lo físico y lo espiritual.

4° TRANSFERENCIA



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Elabora un texto donde cuentes, como la puesta en escena, la expresión, comunicación y la moralidad contribuyen al desarrollo de un actor teatral, y si cada uno de estos elementos se integran con tu vida.

Partiendo de tu pregunta de investigación y lo visto durante esta semana investiga como se relaciona tu tema con lo corporal y lo espiritual y escribe un texto desde lo investigado, luego realiza una pintura que exprese su aprendizaje

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS

https://es.slideshare.net/aracelperez2009/proyecto-de-vida-21845943?gid=e5aa0d4f-702a-45f2-be62-b590c263f1a2&v=&b=&from_search=2

GUÍA DE APRENDIZAJE SEMANA 05
GUIA 03

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

FECHA DE ENTREGA:
Febrero 05

FECHA DE RECIBO:

GRADO:
Decimo

ÁREAS QUE SE INTEGRAN:
ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.

NOMBRE DEL DOCENTE:

Yina Lopera Vallejo
Diego Taborda
Marcela Cardenas

NOMBRE DEL PROYECTO

NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA

TEMA

Proyectándome al futuro

CORREO ELECTRÓNICO:

Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual.
Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural.
Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.

COMPETENCIAS

EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Sensibilidad: • Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. • Identifico desde las diferentes áreas del conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas. • Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.	Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro
---	---

INTRODUCCIÓN El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal. Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta máquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva. Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir más tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

El cuerpo entonces es un cumulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnífica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.

° EXPLORACIÓN

¿Cómo es la integración del de la personificación con la vida diaria?

¿Cómo el cuerpo y la ética podrían adaptar y aplicar al desarrollo de una obra?

Que consideras que es importante en la estructuración dramática.

Porque el cuerpo se relaciona con lo físico y lo espiritual.

2° ESTRUCTURACIÓN

LA ADAPTACIÓN DE LA OBRA

Si se utiliza una obra existente, se debe tomar en cuenta su adaptación con el fin de asegurar el éxito de la puesta en escena. Algunos elementos a considerar son los siguientes:

a. Monólogos: la actuación de un monólogo exige cierta pericia en el manejo de la voz, la memoria, etc. Es mejor evitarlos. El principiante se verá sobre exigido si dejamos caer sobre él la responsabilidad de un monólogo en sus primeras presentaciones.

b. Diálogos: los diálogos cortos favorecen la labor de los principiantes. Deben ser escenas dinámicas, con gran movimiento de actores, unos tras otros, dando la posibilidad de enmendar rápidamente los errores.

c. Personajes: el ideal es que la puesta en escena contemple entre diez y doce personas, así la responsabilidad del resultado final recae en un grupo considerable, pero aún fácil de organizar, y no se corre el riesgo de depender de pocos que, además, son principiantes.

d. Duración: la duración adecuada para una presentación debe determinarse a partir del grupo etario con quienes se esté trabajando; a menor edad es recomendable que el tiempo sea acotado y para los más grandes no sobrepasar la hora, pues se hace difícil encontrar el público que cuente con el tiempo disponible y con la atención necesaria, sobre todo si es público joven.

e. Complejidad: hay que abogar por la sencillez. Sin grandes parafernalias que disminuyan la importancia de los actores y que puedan enlodar, si es que fallan, el resultado final. La obra debe ser un momento de relajación en medio del quehacer.

LA ESTRUCTURA DRAMÁTICA

El esquema de estructura se caracteriza por ser un modelo teórico que permite comprender y manejar una cantidad importante de variantes de todo acto teatral o dramático. En la estructura dramática encontramos los siguientes elementos:

a. Personaje: seres humanos, seres sobrenaturales, seres simbólicos, animales u objetos que realizan una acción dramática. El personaje se define por lo que hace, por cómo lo hace y por los atributos que le caracterizan (nombre, edad, rasgos del carácter, situación social, historia personal, escala de valores y relaciones que establece con los otros personajes).



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

b. Conflicto: definido como el enfrentamiento entre dos fuerzas antagónicas, visiones de mundo, o actitudes frente a un mismo hecho. Existe conflicto cuando un sujeto (fuerza en pugna

1), que persigue cierto objetivo (causa o motivación general), al que se le opone otro sujeto (fuerza en pugna

2). Estas fuerzas en pugna pueden ser personajes, ideas o sentimientos, entre otros.

c. Espacio: donde se realiza la acción. Se distinguen, por una parte, el espacio escénico (donde tiene lugar la representación; es el escenario con escenografía Expresión teatral donde evolucionan el personaje y donde se producen las convenciones teatrales), y por otro, el espacio dramático (espacio de ficción donde el autor del texto sitúa la acción en la obra dramática; el espectador o lector compone dicho espacio en su imaginación).

d. Tiempo: se debe distinguir entre época y duración. Época hace referencia al periodo histórico en que se desarrolla la acción; en cuanto a la duración se debe diferenciar entre tiempo dramático (tiempo que dura la representación) y tiempo de ficción (corresponde al momento temporal que en la realidad duraría la acción representada).

e. Argumento: también llamado asunto o fábula, es lo que se nos cuenta, la trama de la historia narrada. Conviene diferenciar entre fábula argumental (que muestra los acontecimientos fundamentales que la obra presenta, teniendo en cuenta el punto de partida y punto de llegada, respetando el orden en que son expuesto por el autor) y fábula cronológica (que ordena los acontecimientos como han sucedido en forma lineal).

f. Tema: es la idea desarrollada por el autor a través de la historia que plantea. En una historia puede haber más de un tema, existiendo, en general, un tema principal y otros secundarios. Para avanzar hacia la adaptación de un texto a dramatizar servirá plantearnos una serie de preguntas para la organización de las situaciones, lo que nos permitirá estructurarlas para ponerlas en el contexto de representación. Estas y otras interrogantes nos permitirán estructurar distintas situaciones para ponerlas en el contexto de representación. Expresión teatral

GÉNERO Y ESTILOS

El género teatral, al igual que el género narrativo y el poético, está escrito para producir emociones y sentimientos en los lectores; presenta, además, las acciones de los personajes en un ambiente específico a través del diálogo entre los mismos. Se escribe especialmente para ser representada ante el público. Dentro de este género podemos encontrar diversos estilos que corresponden a corrientes o contextos sociales, pensamientos políticos, filosóficos o incluso movimientos estéticos. El teatro va evolucionando en cuanto a contenido y maneras de representación, las que se van complejizando, brindando un amplio abanico de posibilidades para crear, así como para comprender la época en la que fueron escritos los textos y vivieron sus autores.

Todos los seres humanos al nacer tienen un cuerpo y ese cuerpo como objeto de conocimiento es del interés de varias ciencias, que abordan su estudio desde diferentes puntos de vista, por ejemplo: microscópicamente la histología, en cuanto a su estructura la anatomía, en su funcionamiento enzimático la Bioquímica, en su funcionamiento de los órganos la fisiología, en su movimiento la biomecánica, etc. Y los datos que ofrecen cada una de estas disciplinas científicas, permiten conocer de manera general y específica características que identifican la conformación y funcionamiento “normal” de los seres humanos, creando de manera eficiente un condicionamiento cultural que induce a cada persona a vivir el cuerpo como algo extraño a sí mismo.

Desde aquí “tener un cuerpo” habla de la posesión de un objeto, de algo diferente de quien lo posee, algo separable y manipulable que debe funcionar de manera adecuada y que debe tener una apariencia aceptable socialmente, y para que esto sea así, cada cual debería encargarse del cuidado del suyo, pero como pocos toman verdadera posesión de él y en general no se aprende a vivirlo ni a sentirlo, es más fácil ignorarlo y la comodidad lleva a ponerlo bajo la tutela de otros “especialistas en el tema”, abandonándolo pasivamente del mismo modo que se hace con un auto,



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

esperando que lo que le hagan tenga efecto para lograr así ser un propietario más o menos feliz de un cuerpo que sigue designios biológicos propios, que resultan en la mayoría de los casos un misterio para “su dueño”.

El cuerpo como estructura da condiciones de visibilidad, espacialidad y temporalidad, lo que lo hace susceptible de ser tratado como un objeto, pero no puede ser considerado sólo como un objeto porque el cuerpo “...es mi punto de vista sobre el mundo y, con más amplitud, la condición de posibilidad del mundo. El cuerpo propio no es una categoría abstracta, sino el vehículo de ser-en-el-mundo” (Godina. 2003, p. 89)

3° PRÁCTICA

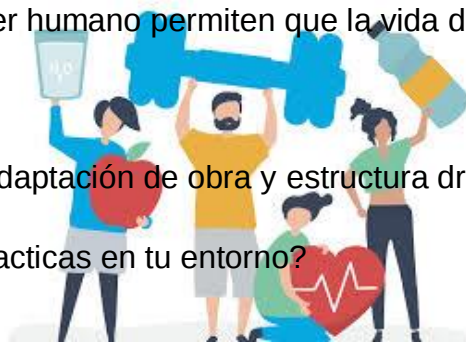
Que tan arraigado es la adaptación de una obra con la realidad, y si esta tiene que ver con la practica diaria de la vida.

los hábitos saludables en el ser humano permiten que la vida diaria sea las llevadera y plena.

¿Cuáles crees que son?

¿Cómo se relacionan con la adaptación de obra y estructura dramática?

¿Cómo los relacionas y los practicas en tu entorno?



Realiza una propuesta en dibujo desde el cuerpo como elemento de expresión y sentir.

Escribe un ensayo que explique el cuerpo como relación con lo social y lo ancestral

Elabora una presentación relacionada con el cuerpo como elemento de comunicación con Dios.

4° TRANSFERENCIA

Crea, diseña una propuesta personal, fundamentado en la estructura dramática vistas anteriormente, se mencione los hábitos saludables y que consideres que puedes llevar a cabo para tu vida y tus pares.

En tu grupo de trabajo realiza un debate sobre las siguientes preguntas, al finalizar, cada uno de los miembros del equipo debe escribir todo lo mencionado en un archivo de Google documentos que este compartido con sus compañeros dando respuesta a las preguntas del debate. Se recomienda investigar y leer para hacer un debate con suficiente información.

Preguntas del debate:

¿Cómo consideras la relación de lo corporal con lo espiritual?

¿Es el cuerpo un medio de expresión y creación?

¿Como puede el hombre encontrar un punto de equilibrio entre mente, cuerpo y espíritu?

El relator es el responsable de organizar que todo el documento tenga el mismo tamaño de letra, color y organización.

El líder es el responsable de crear el documento y compartirlo con todos los miembros del equipo y con el profesor.

El vigía del tiempo es el responsable de estar pendiente que todos los compañeros suban la información en el tiempo que corresponde.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

El comunicador debe avisarle al profesor del nodo que la información está lista para ser revisada

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS

https://es.slideshare.net/asuncionparragonzalez9/habitos-saludables-seion-2-cafe-pedagogico?qid=41bd1ab0-d139-4652-b6c0-cf916d906909&v=&b=&from_search=3

GUÍA DE APRENDIZAJE SEMANA 06
GUIA 04

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

FECHA DE ENTREGA: Febrero 05	FECHA DE RECIBO:	GRADO: Decimo	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
---------------------------------	------------------	------------------	--

NOMBRE DEL DOCENTE:	Yina Lopera Vallejo Diego Tabora
---------------------	-------------------------------------

NOMBRE DEL PROYECTO	NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA
---------------------	---

TEMA	Proyectándome al futuro
------	-------------------------

CORREO ELECTRÓNICO:	Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co
---------------------	---

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:	Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual. Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural. Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.
---------------------------	--

COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Sensibilidad: - Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. - Identifico desde las diferentes áreas del	Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas. • Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.	y espirituales a su relación con el otro y con lo otro
INTRODUCCIÓN El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal. Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta máquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva. Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir más tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal. El cuerpo entonces es un cumulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnífica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.	



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

La personificación es atribuir propiedades y cualidades humanas a objetos, cosas inanimadas y animales a las cuales se les hace hablar, actuar o reaccionar como persona.

¿Cuáles son Hábitos diarios de cuidado corporal y personal?

En día normal, ¿Qué es lo que más te gusta hacer en el día?

Que crees que es un performance.

Como podrías definir conciencia corporal.

2º ESTRUCTURACIÓN



Jorge es un joven de 14 años de edad, estudia en el Institución educativa. Él nos contó cómo es un día en su vida. Jorge se levanta a las cinco y media de la mañana para disponerse a ir al colegio. Se baña rápidamente, se arregla y no desayuna.

Él considera que tomar algo en la mañana puede subirle de peso. Así que toma su transporte y llega al colegio. Empieza sus clases y generalmente siente mucho sueño, le cuesta mucho concentrarse en las actividades escolares. A la hora del recreo se come uno o dos paquetes de papas fritas o cualquier otro producto en paquete con una gaseosa. Al terminar las clases, se reúne con sus amigos en una cafetería muy cerca de su colegio.

Allí, él y sus compañeros hablan de los sucesos del día, ríen mucho y, generalmente, comen pan y gaseosa. Después de compartir con sus amigos, se va a su casa. Llega a la hora del almuerzo, y su mamá, que sabe que Jorge no come ensaladas y que los jugos no son sus favoritos, le da un almuerzo del gusto de su hijo, que contiene mucho arroz, mucha papa, poca carne y algunas leguminosas. En las horas de la tarde, Jorge acompaña a su mamá a realizar distintas actividades y hace sus tareas escolares

Antes de dormir, le gusta comer unas galletas dulces y un vaso de leche, escuchar música y dormirse con el radio prendido. Así termina un día en la vida de Jorge.

El término inglés performance es utilizado en las artes visuales, el teatro, la danza, la moda, la industria, el deporte, entre otros para indicar interpretación, actuación, rendimiento o evolución de una actividad.

Este lenguaje tiene como característica la utilización del cuerpo del artista como soporte y medio para la creación.

Desarrollándose en el espacio y el tiempo, incluyendo a veces medios audiovisuales como proyección de videos, música o sonidos y la utilización de los más variados objetos; entre un sin fin de recursos propuestos por los artistas. Las performances utilizan todos los canales perceptivos, a veces en forma simultánea y otras de manera alternativa.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Es de una materia inasible, difícil de clasificar y compartimentar.
Cuanto más tratamos de catalogarla más nos alejamos de su naturaleza.

Es arte efímero en su esencia, aunque marquen huellas imborrables con su devenir en el espacio y tiempo, se caracteriza por la ruptura de la linealidad temporal.
Después de realizada la performance, queda en la memoria de quienes estuvieron presentes y a través de los registros posibles de la obra en fotografías, videos y grabaciones.

Ese registro solo puede ser entendido como un acercamiento, una aproximación a la obra in situ, cargada de sentido solo por el contexto y el tiempo de la acción. Teniendo en cuenta que la fotoperformance y la videoperformance son obras y acciones pensadas para la cámara; convirtiéndose éstas en obras específicas.

Los restos y objetos que muchas veces quedan luego una performance también son parte genuina de la misma, esos objetos cargados de sentido conforman una huella y testimonio de lo acontecido, de lo presentado.

“El cuerpo expande su significación, se torna metáfora y materia, texto y lienzo, materia prima y producto, significado y signifiante” (Alcázar y Fuentes, 2005, p.11) El abordaje de los interlenguajes, entendidos como el cruce de lenguajes artísticos y su articulación en el cuerpo, espacio y tiempo durante la performance. Indagando de esta manera la relación del performer con el espacio circundante, el uso de objetos significativos y de íntima conexión con el núcleo de la obra.
El uso de objetos singulares, trasciende su uso habitual y durante el acto performático se transforman, mutan a partir de la acción del artista.

Considero en mi obra cruce de lenguajes todo aquello que pivotea alrededor de la performance, y su relación con objetos diseñados para cada acción, videos para interactuar con mi cuerpo e incluso transformarme en pantalla, las instalaciones que quedan al terminar la performance y flotan con su energía, esos objetos se redimensionan ya que tienen la energía generada en cada una de las acciones. El sitio específico donde se realiza cada acción, pasa a ser un elemento más incluso definitorio al momento de definir cosas dentro de la obra, y cada lugar plantea estructuras y energías diferentes. Y ese lugar pasa a ser otro lenguaje más dentro del cruce de lenguajes.

La salud física, se aplica al disminuir el número de kilos para hacerlos compatibles con las medidas exigidas y juzgar así de la belleza del busto o la cintura. En la mayoría de estas prácticas está ausente la dimensión del espíritu, de la educación, de la cultura. Deportistas de gran efectividad, pero incapaces de gobernar sus reacciones, de moderar su conducta, de manejar su prestigio.

Mujeres hermosas: esculturales, pero vacías; monumentos de vanidad y fantasía. Existe también el extremo opuesto. Personas que se dedican al cultivo de la ciencia o de la tecnología y se dejan aprisionar de tal manera por la fascinación de los avances tecnológicos, por los “juegos” electrónicos de carácter científico, por la pasión del saber intelectual, por la adicción al trabajo, que terminan por convertirse en robots, en esclavos de las tareas administrativas o investigativas, en hombres y mujeres alienados de la realidad, que terminan destruyendo sus relaciones humanas, incluidas las familiares, hasta hacerse incapaces de una verdadera comunicación y verse consumidos por la frialdad de sus razonamientos y conceptos.

Existe también el cultivo de una interioridad y espiritualidad desencarnadas que prescinde de la realidad del mundo y de la situación social de sus semejantes. Me he referido a dos tipos extremos de personas, exagerando sus rasgos, con el fin de hacer ver con mayor claridad a dónde puede conducir, o a dónde conduce de hecho la existencia vivida en forma dicotómica. Por el contrario, la auténtica concepción del ser humano se sitúa en la armonía de su dimensiones, en la integralidad de sus facultades, en la unidad de sus componentes humanos.

El jesuita Karl Rahner, uno de los teólogos más prestantes de la segunda mitad del siglo XX, definía al ser humano desde esta perspectiva unitaria, como “espíritu encarnado”, es decir, como un espíritu con una dimensión corporal; y hablaba del cuerpo como la forma de expresión del espíritu. A su vez,



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

la concepción oriental del hombre, centrada más en la interioridad que en la exterioridad, parte de la dimensión corporal para armonizarla con la espiritual.

De ahí, por ejemplo, la disciplina de la respiración para serenar y estabilizar el espíritu; las prácticas del yoga, que con la flexibilidad y dominio del cuerpo procuran al mismo tiempo las del alma; la disciplina del zen, que con el deporte del tiro sobre un blanco de paja de un metro de diámetro, a tres metros de distancia, no busca propiamente acertar en el blanco, sino apropiarse de su propia fuerza y energía interior.

3° PRÁCTICA

1. ¿Los hábitos alimentarios de Jorge son adecuados para su edad y su desarrollo corporal?
2. ¿Por qué crees que Jorge puede tener problemas para concentrarse en su primera hora de clase?
3. ¿Cuáles son tus hábitos diarios de cuidado corporal?
4. ¿Realizas actividad física en tu vida cotidiana?
5. ¿Te preocupa subir de peso? ¿Por qué?
6. desde el texto explica la relación del cuerpo con la mente y el ser.
7. explica la idea de conciencia corporal y elabora una pintura para expresar tu idea.

4° TRANSFERENCIA

Ahora además de los hábitos anteriormente visto, ¿cuáles crees que tienen incidencia en la vida diaria desde los valores y la convivencia en comunidad?

Con tu equipo de trabajo diseña un plan de ejecución de tu proyecto, que actividades realizar y como aplicarlas.

Presentar todo en un video explicativo donde cada integrante realice el rol que le corresponde, dando cuenta de las investigaciones que han realizado.

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS

https://es.slideshare.net/asuncionparragonzalez9/habitos-saludables-seion-2-cafe-pedagogico?qid=41bd1ab0-d139-4652-b6c0-cf916d906909&v=&b=&from_search=3



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:			
FECHA DE ENTREGA: Febrero 05	FECHA DE RECIBO:	GRADO: Decimo	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
NOMBRE DEL DOCENTE:		Yina Lopera Vallejo Diego Taborda Marcela Cardenas	
NOMBRE DEL PROYECTO		NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA	
TEMA		Proyectándome al futuro	
CORREO ELECTRÓNICO:		Nodo.delser@ieraefaelgarciaherreros.edu.co	
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:		Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual. Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural. Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.	
COMPETENCIAS			EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Sensibilidad: • Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. • Identifico desde las diferentes áreas del conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con			Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

otras personas.

- Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal.

Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta máquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva.

Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir más tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal.

El cuerpo entonces es un cúmulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnifica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.

1° EXPLORACIÓN

¿Cómo crees que es tu alimentación?

¿Consideras que la alimentación es fundamental al momento de realizar tus actividades diarias?

2° ESTRUCTURACIÓN

La nutrición es un factor relevante en el rendimiento deportivo. El objetivo de la nutrición deportiva es aportar la cantidad de energía apropiada, otorgar nutrientes para la mantención y reparación de los tejidos y, mantener y regular el metabolismo corporal.



La nutrición relacionada al deporte es cubrir todas las etapas relacionadas a éste, incluyendo el entrenamiento, la competición, la recuperación y el descanso.

La dieta de los deportistas se centra en tres objetivos principales: aportar la energía apropiada, otorgar nutrientes para la mantención y reparación de los tejidos especialmente del tejido muscular, y mantener y regular el metabolismo corporal.

El cuerpo es una máquina, es un sistema compuesto por diversos subsistemas que permiten el óptimo funcionamiento del ser, desde el levantarse y abrir los ojos, hasta el momento de realizar acciones como pintar, caminar por un parque o compartir en sociedad. Por ello es importante generar



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

consciencia desde el interior del ser, para lograr una buena alimentación, un equilibrado manejo del relacionamiento con los demás y hábitos saludables como el deporte, ya que el deporte es salud. Para lo anterior, es supremamente necesario alimentarse bien, puesto que ese es el reflejo de lo que eres.

Como ya se había dicho, el camino a la Consciencia Corporal, comienza por diferenciar, nombrar y ubicar las “partes constitutivas” del propio cuerpo, si se asume que la persona no es algo distinto de su cuerpo, ésta tarea debe ser tomada no como algo que se hace con un objeto situado frente de si, sino como una auto exploración que permita comparar la imagen mental que se ha diseñado de la estructura física con la real (que aunque parezca extraño pueden tener diferencias abismales), que se comienza a captar en la medida en que se toma el riesgo de realizar un verdadero acercamiento a sí mismo; explorar el propio cuerpo implica ir más allá de lo evidente, permitirse observar, palpar (tarea que genera pánico en algunos), para después comenzar a sentir cada parte; plantea Montseny (2002, p.204) “Los trabajos de percepción corporal permiten además descubrir las zonas sensibles e insensibles. En donde se enfoca la atención, crece la sensibilidad y la vida se vuelve a dar gradualmente esa zona”

Dar un paso más en el proceso, permitirá conectarse con los propios sentimientos (emociones a las que se le ha asignado nombre) generadores de variaciones tónicas, que se manifiestan en el plano de la musculatura estriada y la musculatura lisa visceral, lo que recibe el nombre de sensaciones corporales.

3° PRÁCTICA

1. ¿Qué tan importante es la nutrición en tu vida?
2. ¿Conoces los macronutrientes que ayudan a nuestro cuerpo a desarrollarse?
3. Eres un cuerpo magnifico, la mejor obra de Dios, ¿Le estas dando a tu cuerpo lo que necesita? O ¿qué crees que te hace falta para ello?
4. ¿Cómo consideras que sería una óptima nutrición para ti?
5. El cuerpo como eje fundamental de expresión le permite al hombre comunicarse, explica como.
6. Teniendo presente toda la temática abordada, prepara un montaje teatral con tus compañeros para ser presentado en clase.

4° TRANSFERENCIA

Prepara con tu equipo una representación teatral que muestre lo que han investigado de su proyecto y que pueda integrar las cuatro áreas.

Envía tu propuesta en un documento en Word con todo bien explicado y justificado.

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

https://es.slideshare.net/asuncionparragonzalez9/habitos-saludables-seion-2-cafe-pedagogico?qid=41bd1ab0-d139-4652-b6c0-cf916d906909&v=&b=&from_search=3

GUÍA DE APRENDIZAJE SEMANA 08			
GUIA 06			
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:			
FECHA DE ENTREGA: Febrero 05	FECHA DE RECIBO:	GRADO: Decimo	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
NOMBRE DEL DOCENTE:	Yina Lopera Vallejo Diego Taborda Marcela Cardenas.		
NOMBRE DEL PROYECTO	NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA		
TEMA	Proyectándome al futuro		
CORREO ELECTRÓNICO:	Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co		
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:	Apropiarse del lenguaje teatral por medio de diferentes actividades y recursos creativos propios de esta práctica artística, física y espiritual. Fomentar la sensibilidad ciudadana a través del reconocimiento multicultural. Seleccionar el eje temático y los lenguajes artísticos que harán parte de su propuesta artística de grado.		
COMPETENCIAS		EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	
Sensibilidad: • Exploro elementos de la expresividad teatral en la representación de una historia basada en mi cotidianidad, a través del juego y de imágenes corporales. • Identifico desde las diferentes áreas del conocimiento la misión del ser humano en la vida. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas Apreciación estética: • Comprendo el proceso de la caracterización de un personaje por medio de juegos y ejercicios escénicos y de la lectura de textos dramáticos. • Afianzó y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción		Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano. Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás. Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro	



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Caminos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

con las personas que me rodean y los espacios en que habito. Comunicación: • Diseño, elaboro y represento una muestra teatral teniendo en cuenta los elementos conceptuales, procedimentales y actitudinales adquiridos. • Afianzó, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas. • Argumento sobre el carácter sagrado de la vida.	
INTRODUCCIÓN El conocimiento del cuerpo es muy importante cuando deseas explorar y expresar tus emociones y sentimientos. Una de las prioridades de la educación artística es darte herramientas para que puedas abordar materiales, y técnicas, entrar en contacto con producciones artísticas y desarrollar el sentido estético; para así poder alcanzar los propios recursos expresivos en la búsqueda de tu expresión personal. Al reflexionar del cuerpo como eje fundamental humano y salud, es pertinente promover hábitos diarios que permitan tomar conciencia de una buena alimentación, además de integrar la actividad física, esto como pilares para la protección de esta máquina llamada Cuerpo humano, logrando así mantener una buena salud y de manera longeva. Dado lo anterior, y la proyección de los seres humanos para vivir más tiempo y mejor, es necesario practicar buenas costumbres y hábitos como se menciona anteriormente, pero también crear lazos de manera espiritual y personal, lo que permitiría mantener buenas relaciones viviendo con sentido social, y personal. El cuerpo entonces es un cúmulo de experiencias, sentimientos, es un lugar unipersonal que cada uno vive y crea a su imagen y como desee, es un lugar que cada uno magnifica o desmejora, ahí la importancia de conocer nuestro cuerpo y como se compone.	

1° EXPLORACIÓN
¿Sabes que son las proteínas? ¿Qué alimentos componen las proteínas?
2° ESTRUCTURACIÓN
El cuerpo es el lugar del placer y la alegría, pero también de la tristeza, del dolor, del amor, del enojo y el miedo; la falta de contacto con las sensaciones y sentimientos y el no satisfacer en una buena medida las necesidades naturales “mantiene un elevado nivel tónico, asociado a las tensiones mentales, que prolongadas, limitan la eficacia operativa del individuo y son fuente de alteraciones” (Le Boulch, 1998, p.303) lo que se puede manifestar como confusión emocional y/o intelectual, respuestas desproporcionadas a situaciones específicas, exageración de otro sentimiento o de otra necesidad, aparición de angustia disfuncional y finalmente sintomatología y enfermedades.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Si se ha comprendido y/o vivenciado este proceso, se puede afirmar con Merleau – Ponty:

...El cuerpo no es, pues, un objeto. Por la misma razón, la consciencia que del mismo tengo no es un pensamiento, eso es, no puedo descomponerlo y recomponerlo para formarme al respecto una idea clara. Su unidad es siempre implícita y confusa. Es siempre algo diferente de lo que es, es siempre sexualidad a la par que libertad, enraizado en la naturaleza en el mismo instante en que se transforma por la cultura, nunca cerrado en sí y nunca rebasado, superado.

Ya se trate del cuerpo del otro o del mío propio no dispongo de ningún otro medio de conocer el cuerpo humano más que el de vivirlo, eso es, recogerlo por mi cuenta como el drama que lo atraviesa y confundirme con él. Así, pues, soy mi cuerpo, por lo menos en toda la medida en que tengo un capital de experiencia y, recíprocamente, mi cuerpo es como un sujeto natural, como un bosquejo provisional de mi ser total. Así la experiencia del propio cuerpo se opone al movimiento reflexivo que separa al objeto del sujeto y al sujeto del objeto, y que solamente nos da el pensamiento del cuerpo o el cuerpo en realidad (1986, p.215).

Decir con propiedad “Yo soy mi cuerpo” representa ser consciente de que ello, supera lo meramente físico, permite ser presencia para otros, tener un rostro que distingue e identifica. Significa sentir el cuerpo como vida, vida que se desarrolla en medio de la historia, pero que ante todo es la propia historia. Quien así lo asume se experimenta a través del cuerpo y en unión con el mundo, como parte de un propósito: el don y la tarea de ser humano, de ser persona y partiendo de allí planea y desarrolla un proyecto personal de vida.

De acuerdo con el pensamiento de Foucault, el cuidado de sí es ético en sí mismo e implica relaciones con los otros en la medida en que el cuidado de sí vuelve capaz de ocupar en la ciudad, en la comunidad o en las relaciones interindividuales, el lugar que le conviene. El problema de las relaciones con los otros está presente a lo largo del desarrollo del cuidado de sí; es desde esta base, al igual que desde la biopolítica, que se reflexiona en este escrito, para construir con el pensamiento foucaultiano unos principios orientadores de una bioética del cuidado.

Aunque no se tienen evidencias de que Foucault haya hablado sobre bioética, sus reflexiones sobre la biopolítica convergen en el área de la bioética y dan elementos sobre esta disciplina que es reciente y aún le falta mucho por construir. La relación entre bioética y biopolítica, implícitamente dada por Foucault, se advierte en esta reflexión

Desde la perspectiva genealógica de Foucault, el cuidado de sí se entiende como un conjunto de prácticas mediante las cuales un individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el individuo se constituye en sujeto de sus propias acciones (Chirolla 241).

Foucault, en su etapa ética, pensaba que la vida se debería tomar como una obra de arte, como un proceso creativo de transformación individual: “Se trata de hacer de la propia vida una obra de arte, de liberarse del pegajoso contagio que secretan unas estructuras sociales en las que rige la ley del sálvese quien pueda” (Sossa 36). El sujeto ético es aquel que pretende hacerse a sí mismo. Aquel que busca forjarse un sentido cautivador a su existencia.

Para Foucault, la ética es la práctica de la libertad, pero de la libertad reflexionada; afirma que “la libertad es la condición ontológica de la ética. Pero la ética es la forma reflexiva que toma libertad” (Foucault, La ética 260). El cuidado de sí es una práctica permanente de toda la vida que tiende a asegurar el ejercicio continuo de la libertad; la finalidad de esta práctica es precisamente la libertad (Giraldo 97). Es así como los sujetos que participan de estas prácticas de la libertad deben ocuparse de sí mismos para que de esta manera sus pensamientos y acciones, de acuerdo con sus vivencias, estén cargadas de valores morales que los han adquirido de su experiencia de vida para cuidar de los otros.

Pagni afirma que “no es por el hecho de aprender a cuidar de los otros que estos sujetos establecerían sus conexiones con la ética, sino que es justamente porque ellos cuidan de sí mismos” (3). Foucault afirma que uno no puede ocuparse de sí mismo sin conocerse. El cuidado de sí es sin duda el conocimiento de sí —es el lado socráticoplatónico—, pero es también el conocimiento de un cierto número de reglas de conducta o de principios que son, a la vez, verdades y prescripciones.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
"Abriendo Carinos Hacia La Excelencia"

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052
Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

Ocuparse de sí es equiparse de estas verdades: es ahí donde la ética está ligada al juego de la verdad (Britos 32). La relación con la verdad debe formar parte de una preocupación personal. El afán de conocerse a sí mismo debe, necesariamente, pasar por ocuparse de sí mismo. Debe dominarse el yo a fin de conseguir concretar una filosofía de vida que haga de la persona un ser más pleno (Sossa 36). El sujeto es quien tiene acceso a la verdad. Chaverry (42) afirma que el sujeto tiene que ser objeto de sí con miras a una transformación espiritual que le dará acceso a la verdad.

El sujeto del "cuidado de sí" se constituye a sí mismo a partir de su relación con la verdad. El cuidado de sí conlleva un conocimiento de sí. Es la inevitable relación que se establece entre una práctica y un saber o entre el sujeto y la verdad. Es decir, existe un fuerte vínculo entre el conocimiento y la acción, sea como principio regulador de la acción, como objetivo a ser logrado mediante la acción o como proceso a través del cual comparece (Robbins 10). El cuidado de sí se dirige al alma, pero envuelve al cuerpo en una infinidad de preocupaciones de detalle. Se convierte en un arte de vivir para todos y a lo largo de toda la vida; el cuidado de sí es un modo de prepararse para la realización completa de la vida

El cuidado de si también radica en la buena alimentación porque no es solo lo externo, ni lo espiritual sino la sana alimentación que la podemos evidenciar en la nutrición.

La buena nutrición esta complementada por estos tres grandes grupos de macronutrientes, además de buen líquido, adicional de ingerir vitaminas y minerales que están consignadas en las frutas y verduras.

Es importante precisar que la alimentación debe ser de dos a tres horas antes de realizar una actividad, esto según su objetivo, es decir.

Definición: 35-45% hidratos, 20-35% proteínas y 15-25% grasas.

Volumen: 50-55% hidratos, 20-25% de proteínas, 25-30% de grasas.

Mantenimiento: 45% hidratos, 35% proteínas y 25% de grasas.



3° PRÁCTICA

1. ¿Cómo podemos explicar las emociones en el cuerpo desde la lectura?
2. La ética y el cuidado del cuerpo se evidencian desde la bioética. ¿Cuál es la importancia del cuerpo en lo social y emocional?
3. De acuerdo con anterior ¿Como debe ser nuestra preparación para afrontar nuestras actividades diarias y en el deporte?, por favor realizar un escrito mínimo de dos párrafos.
4. Diseña una propuesta en secuencia de imágenes explicando el aprendizaje del cuerpo a lo largo de esta guía, mínimo 5 dibujos
5. Presenta tu propuesta con el grupo de investigación, desde lo teatral.

4° TRANSFERENCIA

Crea, diseña una propuesta personal, fundamentado en los macronutrientes y la información entregada anteriormente.

Partiendo del grupo de investigación elabora una forma creativa de presentar su aprendizaje del cuerpo, como expresión y conocimiento, puede ser un video clip o una presentación en power point para socializar en clase.



Institución Educativa
RAFAEL GARCÍA HERREROS
“Abriendo Carinos Hacia La Excelencia”

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N°. 9932 de Noviembre 16 de 2006.
para los niveles de: Preescolar, primaria, Básica Secundaria) y Media Académica

5° VALORACIÓN

AUTOEVALUACIÓN ESTUDIANTE	SI	NO	HETEROEVALUACIÓN FAMILIA	SI	NO
¿Logré cumplir con el objetivo de aprendizaje?			¿Verificamos la realización de las actividades?		
¿Realicé todas las actividades?			¿Acompañamos al estudiante en el desarrollo de la guía?		
¿Estuve motivado?			¿El estudiante demostró responsabilidad?		
¿Aprendí algo nuevo?			¿Ayudamos a corregir los errores?		
¿Corregí mis errores?			¿La comunicación con el estudiante fue asertiva?		

RECURSOS COMPLEMENTARIOS

https://es.slideshare.net/asuncionparragonzalez9/habitos-saludables-seion-2-cafe-pedagogico?qid=41bd1ab0-d139-4652-b6c0-cf916d906909&v=&b=&from_search=3