



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 09
Y 10
GUIA

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

FECHA DE ENTREGA:	FECHA DE RECIBO: Semanas 10 y 11: 21 de abril Semanas 12 y 13: 5 de mayo Semanas 14 y 15: 19 de mayo	GRADO: Noveno	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
--------------------------	---	------------------------------------	--

NOMBRE DEL DOCENTE:	Diego Taborda Rosario Mejía Duvan Gallego
----------------------------	---

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

TEMA	Soy parte de un colectivo
-------------	---------------------------

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

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:	Reconocer la corporalidad como medio de comunicación y expresión desde las diferentes disciplinas de conocimiento Abordadas
----------------------------------	---

COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
<p>Sensibilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> Indago y utilizo estímulos, sensaciones, emociones, sentimientos, como recursos que contribuyen a configurar la expresión artística. Participo en la ejecución y organización de actividades para el beneficio colectivo e individual. <p>Apreciación estética</p> <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo capacidades de análisis de obras complejas, en un amplio repertorio de producciones artísticas. Construyo y argumento un criterio personal, que me permite valorar mi trabajo y el de mis compañeros según parámetros técnicos, interpretativos, estilísticos y de contextos culturales propios de lo estético, corpóreo y el sentir. <p>Comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> Propongo y elaboro autónomamente creaciones innovadoras, de forma individual o colectiva, en el marco de actividades o jornadas culturales en mi comunidad educativa. Apropio las reglas y normas para disposición de los momentos. Diseño y genero distintas estrategias para presentar mis producciones artísticas a un público. 	<p>Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano.</p> <p>Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás.</p> <p>Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro</p>

INTRODUCCIÓN



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

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

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.

A partir del de las actividades propuestas, esperamos motivarte para que logres desarrollar todo tu potencial sensorial, expresivo y comunicativo. Para ello te propondremos diferentes búsquedas en torno a lo corporal, lo rítmico, lo visual y lo plástico, los cuales contribuirán a la realización de tus propias creaciones.

° EXPLORACIÓN

La gestualidad, el cuerpo, la expresión corporal son herramientas que contribuyen al ser humano a su desarrollo físico, intelectual, afectivo-emocional.

Expresarse con el cuerpo es descubrir que tenemos algo que decir, y hay que aprender a decir- lo con el lenguaje más apropiado, ya sea gesto, palabra, dibujo... No todo el mundo sabe hacerlo de la manera correcta, por eso la educación debe proporcionar al niño los medios necesarios para el descubrimiento y el conocimiento y con ellos su poder de comunicación (Fernández y Casanova, 2008).

¿Cómo defines o qué es para ti un gesto?

¿Qué logras transmitir a través del gesto?

Te encuentras agotado en una actividad lúdico-deportiva ¿Cuáles son los gestos o manifestaciones de agotamiento?, ¿Qué haces?



2° ESTRUCTURACIÓN

El deporte escolar representa una práctica física orientada a la educación integral del niño. Esta actividad debe promover la participación, el juego limpio, la solidaridad, el respeto a las normas y a los compañeros de juego.

Desde una perspectiva crítica, en el deporte escolar se reproducen los valores hegemónicos en la sociedad (Sage, 1990). Ya que se organiza y desarrolla de forma jerárquica, donde el entrenador impone su práctica a los jugadores; buscando la eficacia y el rendimiento en la competición deportiva; discriminando a los menos capaces.

Para que el deporte escolar atienda la formación integral de los escolares deberá atender los valores socio-morales desde el trabajo colaborativo, la igualdad de oportunidades, la salud, sin diferencias de género, edad, capacidades, intereses y culturas, así, como resolver los conflictos y el desarrollo afectivo, emocional y social (Castañar et al., 2006).

En las diferentes actividades físicas y la práctica deportiva se realizan gracias a unas capacidades físicas que tenemos. Hay unas capacidades que son condicionales, es decir, que determinan el desempeño de una persona en una actividad y que se condicionan a su práctica y entrenamiento; dependen de algunos factores como la edad, el sexo y el nivel de entrenamiento, entre otros. A este grupo de capacidades físicas corresponde la resistencia, la velocidad, la flexibilidad y la fuerza.

Estas capacidades dependen más del desarrollo fisiológico y anatómico Otro grupo lo componen las capacidades que tienen que ver más con el desarrollo motor, cerebral y perceptivo. Se llaman capacidades perceptivo-motrices y entre ellas están el equilibrio, la coordinación y el ajuste postural, entre otros.

La preparación física general es vital en todo ser humano, puedo afirmar que está estrechamente

Entendemos por...

Actividad física: cualquier tipo de movimiento físico que se realice durante el día. Esto exige una buena alimentación y adecuado descanso.

Condición física: el nivel de las capacidades físicas y de las capacidades motrices que un individuo tiene y que con una buena preparación física puede mejorar y mantener.



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

Nit: 811039001-9 – Dane: 105001020052

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

relacionada con el desarrollo de la especie, con la gran contradicción que radica entre dicho desarrollo y el conocimiento de la misma por las personas en la sociedad.

La preparación física garantiza la salud, con un mejor funcionamiento del organismo, el aumento de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y la movilidad, garantizan una mejor calidad de vida e inclusive una mejor adaptación y entrada al trabajo.

Preparación física

La preparación física se considera un proceso sistemático que tiene como fin el fortalecimiento de los órganos y de todos los sistemas del cuerpo. La preparación física consiste en aplicar un conjunto de ejercicios corporales posteriores al calentamiento, generalmente, ajenos o diferentes a los que se utilizan en la práctica misma del deporte. Estos están dirigidos racionalmente a desarrollar y mejorar las cualidades motrices del individuo, lo que lo capacita para un mejor rendimiento físico.

Cuando se hace ejercicio, los pulmones y el corazón trabajan más intensamente, lo que propicia que la capacidad cardio-respiratoria aumente. Por otra parte, se mejora la resistencia en general, la asimilación de los nutrientes de los alimentos, reduce el estrés y ayuda a la regeneración física.

La experiencia ha demostrado que un individuo que ejecuta ejercicios físicos adecuados es menos susceptible a padecer lesiones y, de tenerlas, su recuperación es más rápida. En la medida en que el cuerpo adquiera el hábito de la actividad física, puede mejorar sus capacidades y mantenerlas en un buen estado. En la preparación física es importante, además de tener una práctica constante verificar su estado físico a través de pruebas y evaluaciones de condición física.

Para los jóvenes, particularmente, tiene influencia importante la medicina y la estética, que hacen del cuerpo un objeto del cuidado y bienestar físico guiado por los ideales de belleza; y, toma importancia la apariencia: un modo cotidiano de ponerse en juego socialmente.

“El cuerpo es algo importante, yo le recalco a ellos que lo tienen que proteger, que embellecer, el aseo; porque es su carta de presentación.”

Por consiguiente, vivimos en una red de relaciones que controla el cuerpo, no sólo promueve y mantiene las desigualdades por sexo o género; sino, las que tienen que ver con la etnia o el color de piel y limitan la libertad y la potencia de obrar de todo ser humano; pues, la estética coloniza el cuerpo en todas sus dimensiones y facultades.

“Cuando me veo al espejo [...], no me gusta el estómago, porque estoy gorda [...].”

“No me gusta mi color, me gustaría ser blanco”

Entonces, el cuerpo comprende un sistema simbólico, en tanto que, el sujeto representa mediante sus expresiones y técnicas corporales: gestos, posturas, maneras de adornarse, tono de voz, etc., su posición y relación con el mundo.

Cuerpo como propiedad de la persona

“El cuerpo es lo mío.”

Podemos decir, que el cuerpo es el nodo central para la comprensión de nuestra existencia, da cuenta de un orden social y cultural, de ideologías y estereotipos que se compactan en las significaciones aprendidas y las creaciones que el sujeto realiza sobre su experiencia y en relación con las creencias sobre lo que es. Para terminar, proponemos comprender el cuerpo como una construcción social, histórica, cultural, política y subjetiva que comprende funciones, facultades, dimensiones, sentimientos, emociones, pensamientos, experiencias; los cuerpos están en relación con otros y con el mundo. Es un espacio político privilegiado, donde se instaura el poder; pero, también, la resistencia que otorga autonomía, libertad y poder



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

3° PRÁCTICA

Para contestar a esta pregunta realiza una exposición de fotografías o recortes de prensa o revista donde se identifiquen diferencias a nivel de la estética corporal.

¿Qué piensas sobre la estética corporal?

¿Consideras que los oficios que ejecutan las personas en el campo y las veredas requieren una preparación física y que, por tanto, se debe alcanzar una adecuada condición física?

Menciona 2 diferencias entre la preparación física y la condición física

Como por medio de la preparación física se puede fomentar el desarrollo social y emocional del ser humano, mas propiamente desde la escuela.

Explica la idea del cuerpo como propiedad de la persona



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

Trabajo de investigación en el grupo colaborativo desde el cuerpo como tema central, presentación de avances en los referentes

4 TRANSFERENCIA

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

De acuerdo con el tema elegido (semana 9) y después de haber observado en los alrededores en el que cada uno de los miembros del equipo habita, definir el problema que se va a trabajar o a investigar durante el año, esto para poder proponer una posible mejora o solución.

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://roxanarodriguezortiz.com/2009/08/31/el-cuerpo-como-objeto-de-arte/>



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 11
 Y 12
 GUIA**

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:			
FECHA DE ENTREGA:	FECHA DE RECIBO:	GRADO: Noveno	ÁREAS QUE SE INTEGRAN: ARTISTICA, ED. FISICA, ETICA Y RELIGION.
NOMBRE DEL DOCENTE:	Diego Taborda Rosario Mejía		
NOMBRE DEL PROYECTO	NOS RELACIONAMOS Y CONVIVIMOS EN COMPAÑÍA		
TEMA	Soy parte de un colectivo		
CORREO ELECTRÓNICO:	Nodo.delser@ierafaelgarciaherreros.edu.co		
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:	Reconocer la corporalidad como medio de comunicación y expresión desde las diferentes disciplinas de conocimiento abordadas		
COMPETENCIAS		EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	
Sensibilidad <ul style="list-style-type: none"> Indago y utilizo estímulos, sensaciones, emociones, sentimientos, como recursos que contribuyen a configurar la expresión artística. Participo en la ejecución y organización de actividades para el beneficio colectivo e individual. Apreciación estética <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo capacidades de análisis de obras complejas, en un amplio repertorio de producciones artísticas. Construyo y argumento un criterio personal, que me permite valorar mi trabajo y el de mis compañeros según parámetros técnicos, interpretativos, estilísticos y de contextos culturales propios de lo estético, corpóreo y el sentir. Comunicación <ul style="list-style-type: none"> Propongo y elaboro autónomamente creaciones innovadoras, de forma individual o colectiva, en el marco de actividades o jornadas culturales en mi comunidad educativa. Apropio las reglas y normas para disposición de los momentos. Diseño y genero distintas estrategias para presentar mis producciones artísticas a un público. 		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

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.

A partir de las actividades propuestas, esperamos motivarte para que logres desarrollar todo tu potencial sensorial, expresivo y comunicativo. Para ello te propondremos diferentes búsquedas en torno a lo corporal, lo rítmico, lo visual y lo plástico, los cuales contribuirán a la realización de tus propias creaciones.

° EXPLORACIÓN

La gestualidad, el cuerpo, la expresión corporal son herramientas que contribuyen al ser humano a su desarrollo físico, intelectual, afectivo-emocional.

Expresarse con el cuerpo es descubrir que tenemos algo que decir, y hay que aprender a decir- lo con el lenguaje más apropiado, ya sea gesto, palabra, dibujo... No todo el mundo sabe hacerlo de la manera correcta, por eso la educación debe proporcionar al niño los medios necesarios para el descubrimiento y el conocimiento y con ellos su poder de comunicación (Fernández y Casanova, 2008).

¿Sabías que tu corazón es el motor en gran parte de todo lo que haces diariamente?

El corazón late 100.000 veces diariamente y la sangre que bombea el corazón transporta oxígeno y nutrientes a los órganos, tejidos y músculos. Por tanto, es indispensable realizar actividad física, comer muy bien y descansar adecuadamente para que este órgano funcione muy bien. Algunos estudios han demostrado que mantener buen humor, reír diariamente y hacer actividades lúdicas que te gusten ayuda a alejar las enfermedades coronarias y a evitar el estrés. Entonces, riete mucho, disfruta las actividades cotidianas y pásala muy bien.

2° ESTRUCTURACIÓN

El cuerpo humano es una entidad viva cuya estructura y funciones propias le permiten diferenciarse de otros y percibir la realidad de acuerdo al contexto donde se desarrolla. De tal forma, la representación del cuerpo varía considerablemente entre Occidente y Oriente: los primeros la realizan sobre la anatomía, y los segundos sobre la energía que emana del mismo. Es así que a partir de que el cuerpo se convierte en un objeto de conocimiento que se empieza a venerar como un objeto estético, se representa e incluso se mitifica de generación en generación.

Dado esto, la importancia y los beneficios de conocer el cuerpo y llevarlo a un óptimo desarrollo desde lo físico, artístico, moral y espiritual, puesto que esto permite inicialmente conocer los límites, su funcionamiento y la evolución del mismo, además de contra restar situaciones provocadas por el entorno donde nos relacionamos.

En la antigua Grecia, la práctica deportiva era muy importante. Los atletas, que en griego significa luchadores, eran personajes distinguidos en la sociedad griega. Muchos de ellos eran prestigiosos oficiales o políticos que recibían una preparación física fuerte y muy disciplinada.



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

Nit: 811039001-9 - Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N.º 9932 de Noviembre 16 de 2006.
Código de Prestación Primaria, Básica Secundaria y Media Académica

Su entrenamiento se hacía desde la mañana

hasta la tarde, con ejercicios prescritos en el gimnasio (gymnos que significa desnudez).

El gimnasio era un lugar público donde iban los griegos a hacer vida social y donde se educaba a los niños y jóvenes en ejercicios físicos y salud.

Algunos de los ejercicios que se hacían en el gimnasio eran la lucha de unos contra otros y golpear fuertemente a sacos de arena, de tal forma que, quien así se ejercitase desarrollara fuerza y resistencia.

De allí surge el Pancraccio que era un combate en el que los atletas luchaban con todo su cuerpo. Para resistir las largas jornadas de entrenamiento se necesitaba consumir una dieta estricta, según la edad y la constitución física de los practicantes. Era necesario también el descanso que empezaba con una ducha caliente después de la práctica física, masajes con movimientos fuertes y lentos no muy prolongados y muchas horas de sueño para recuperar y emprender la misma jornada al día siguiente.

Los ganadores de las competencias tenían como premio el prestigio y el reconocimiento social y una corona de olivo que era entregada delante de una gran cantidad de asistentes a estas celebraciones donde había cantantes y bailarines. Se hacía un gran festín en honor de los ganadores.

A través de la preparación física se logran constatar varias posibilidades y herramientas para un sano vivir y convivir en sociedad, además que era quizás la manera más próxima en la antigua Grecia y diferentes sociedades para obtener alimentos, vivienda y demás, además de obtener reconocimiento social. Por lo que la mejor arma contra la fatiga y el cansancio es una buena preparación física. Cuando el organismo es sometido a entrenamientos bien orientados y dirigidos, el rendimiento deportivo aumenta. Estos son algunos de los beneficios de la preparación física adecuada:

- **Proporciona equilibrio emocional y físico.**
- Favorece un nivel de vida saludable.
- Disminuye el riesgo de enfermedades como Osteoporosis, hipertensión y enfermedades coronarias.
- Genera bienestar.
- Mantiene la vitalidad corporal, la fuerza y la resistencia física.

Las cosas de antes

Los seres humanos primitivos tenían la necesidad de buscar albergue, alimento, vestimenta y protección de un ambiente hostil. Esto hacía que su capacidad física fuera muy buena, porque en caso contrario corrían el riesgo de no sobrevivir.



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

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

3° PRÁCTICA

Desde lo anterior, Establece la relación que existe entre la preparación física, las condiciones del entorno (social) y la búsqueda del bien común desde la individualidad

Recuerda que existe una diferencia entre la condición física que es el estado en el cual se encuentra nuestro cuerpo para realizar actividad física, y la preparación física que es la que nos permite planear y organizar de forma sistemática los ejercicios y actividades para mejorar nuestra condición física.

Reúnete con tus compañeros, y planifica 4 actividades en el que desarrolles las capacidades físicas y mejores tu preparación física. Para ello es necesario mencionarlas, y explicar la intensidad de las actividades. También menciona 3 beneficios de la actividad física para una vida saludable.

Elabora una propuesta pictórica desde tu apreciación del cuerpo y todo lo que el expresa.

4° TRANSFERENCIA

FORMULACIÓN DE LA PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

De acuerdo con el problema elegido, entre todos los miembros del grupo plantear una pregunta que oriente la investigación y que pueda dar, a futuro, una posible respuesta al problema que se planteó entre todos los miembros del grupo.

Muestra del avance del proyecto de investigación pregunta problematizadora, objetivos, hacia donde voy con esta temática.

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://roxanarodriguezortiz.com/2009/08/31/el-cuerpo-como-objeto-de-arte/>



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 13
 Y 14
 GUIA**

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

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

NOMBRE DEL DOCENTE:	Diego Taborda Rosario Mejía
----------------------------	--------------------------------

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

TEMA	Soy parte de un colectivo
-------------	---------------------------

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

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:	Reconocer la corporalidad como medio de comunicación y expresión desde las diferentes disciplinas de conocimiento abordadas
----------------------------------	---

COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
<p>Sensibilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> Indago y utilizo estímulos, sensaciones, emociones, sentimientos, como recursos que contribuyen a configurar la expresión artística. Participo en la ejecución y organización de actividades para el beneficio colectivo e individual. <p>Apreciación estética</p> <ul style="list-style-type: none"> Desarrollo capacidades de análisis de obras complejas, en un amplio repertorio de producciones artísticas. Construyo y argumento un criterio personal, que me permite valorar mi trabajo y el de mis compañeros según parámetros técnicos, interpretativos, estilísticos y de contextos culturales propios de lo estético, corpóreo y el sentir. <p>Comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> Propongo y elaboro autónomamente creaciones innovadoras, de forma individual o colectiva, en el marco de actividades o jornadas culturales en mi comunidad educativa. Apropio las reglas y normas para disposición de los momentos. Diseño y genero distintas estrategias para presentar mis producciones artísticas a un público. 	<p>Reconoce el cuerpo como elemento de expresión en su entorno cotidiano.</p> <p>Expresa el sentir sobre sí mismo y sobre los demás.</p> <p>Aplica las experiencias y reflexiones personales y espirituales a su relación con el otro y con lo otro</p>



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

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

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.

A partir de las actividades propuestas, esperamos motivarte para que logres desarrollar todo tu potencial sensorial, expresivo y comunicativo. Para ello te propondremos diferentes búsquedas en torno a lo corporal, lo rítmico, lo visual y lo plástico, los cuales contribuirán a la realización de tus propias creaciones.

° EXPLORACIÓN

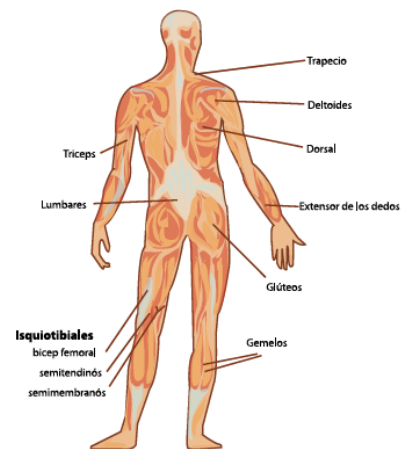
La gestualidad, el cuerpo, la expresión corporal son herramientas que contribuyen al ser humano a su desarrollo físico, intelectual, afectivo-emocional.

Expresarse con el cuerpo es descubrir que tenemos algo que decir, y hay que aprender a decirlo con el lenguaje más apropiado, ya sea gesto, palabra, dibujo... No todo el mundo sabe hacerlo de la manera correcta, por eso la educación debe proporcionar al niño los medios necesarios para el descubrimiento y el conocimiento y con ellos su poder de comunicación (Fernández y Casanova, 2008).

Gracias a los avances de la ciencia y la tecnología se han desarrollado robots con movimientos propios.

¿Crees que los creadores de estos robots utilizaron como modelo el cuerpo humano?

Que crees que plantean las distintas religiones de la construcción de partes del cuerpo mecánicas y la transformación del cuerpo.



2° ESTRUCTURACIÓN

A partir de los años sesenta el hombre se obsesiona con la necesidad de mostrarse en vez de ser el mismo, para lo cual se metamorfosea, incluso transgrediendo la estética clásica, y en otros para tratar de imitarla, como el caso de Orlan —a quien podríamos situar en el Carnal Art o Necro Art, pero no abundaré más en ello—, artista francesa que se opera estéticamente para simular un icono femenino de belleza que ella misma ha creado mediante ordenador, copiando obras como **la Venus de Botticelli, o la Mona Lisa de Leonardo da Vinci.**

En este sentido, la realidad ya no es como la percibimos, sino como la imaginamos, la transformamos y la recreamos, gracias, principalmente, al uso de la tecnología y la cibernética (ciencia interdisciplinaria que estudia el control y la comunicación entre seres vivos y máquinas), herramientas indispensables para realizar las mutaciones corporales que hacen del cuerpo humano no solo un monstruo —visualmente hablando— también un ente robotizado.

Sin embargo, se ha observado las manifestaciones del ser humano, que se precisa a través de la ciencia, donde se ha intentado robotizar y reemplazar a los humanos con robots, buscando en sí, una mayor producción y una mayor masificación de actividades que el ser humano por su fatiga, desconcentración y demás no puede realizar, pero también se ha visto que en algunos casos han intentado humanizar estas mismas máquinas, con resultados quizás satisfactorios, porque han logrado acompañamientos y relaciones entre máquina y humanos; pero a su vez alarmantes, porque al humanizar la máquina, donde queda el vínculo emocional, afectuoso e incluso la energía y vibra que las personas mismas irradian.

De esta manera, el conocimiento de las funciones del ser humano a través de las diferentes



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

Nit: 811039001-9 - Dane: 105001020052

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

actividades se convierte en una herramienta vital y de suma importancia, ya que esto permitirá relacionarse con el otro y el entorno de mejor manera, además posibilitar un engranaje en todos los sistemas del ser humano para un óptimo desarrollo.

En relación con el sistema muscular y óseo, se menciona que al obtener órdenes del sistema nervioso central produce el movimiento. Este efecto parece sencillo al describirlo, pero muchas conexiones deben darse para que muevas tu dedo pulgar. Aunque creamos que el movimiento se produce solamente por los músculos, existen estructuras como los ligamentos y tendones que determinan la capacidad de movimiento.

Conozcamos más sobre los músculos:

Los músculos son agrupaciones de millones de células con la capacidad de contraerse y relajarse.

- Cubre el esqueleto, da forma al cuerpo y mantiene una postura corporal.
- Recubre y protege estructuras como los vasos sanguíneos y las estructuras del sistema digestivo, facilitando el movimiento de las sustancias que se transportan.
- Permite junto con el sistema nervioso y el esquelético la locomoción.
- Colabora con el sistema termorregulador para mantener la temperatura corporal.

Propiedades de los músculos

Los músculos poseen unas características que les permiten cumplir con todas sus funciones:

- **Elasticidad:** capacidad del músculo de volver a su forma luego de realizar una contracción.
- **Excitabilidad:** es la respuesta de los músculos frente a un estímulo.
- **Tonicidad:** es la tensión o posición de los músculos en estado de reposo, pues estos nunca se encuentran totalmente relajados. Esta capacidad es la que les permite reaccionar con rapidez.
- **Extensibilidad:** es la capacidad que tiene todo músculo para estirarse.
- **Contractibilidad:** es la capacidad máxima de contracción de un músculo sin que cambie su volumen.

Dado esto, **La contracción muscular.** Los músculos están compuestos por miles de fibras musculares que se reúnen en agrupaciones o paquetes conocidos como sarcómeros. Cada uno de estos grupos está recubierto por una membrana, facilitando los movimientos y la fricción que existe entre el músculo y el hueso.

El movimiento sólo es posible si hay una interacción entre los músculos y los huesos. Cuando los músculos se contraen, generan una fuerza que hace que los huesos se desplacen y se produzca el movimiento.

Es importante aclarar que los músculos solo tienen la capacidad de contraerse, es decir que sin la ayuda de otro músculo no pueden volver a estirarse. Para realizar movimientos de rotación, flexión y extensión del antebrazo se necesitan varios músculos.

Termorregulación corporal

Los seres humanos somos homeotérmicos, nuestro organismo funciona con normalidad a una temperatura corporal de **37 °C**, siendo este el rango para que nuestro cuerpo funcione de manera adecuada, a pesar de que cambia a lo largo del día. Al descender la temperatura de la piel o del torrente sanguíneo provoca que el hipotálamo, que es nuestro centro regulador, active diferentes mecanismos para reducir la pérdida de calor y aumentar su producción.



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

Nit: 811039001-9 - Dane: 105001020052

Establecimiento oficial autorizado definitivamente por Resolución N.º. 9932 de Noviembre 16 de 2006.

para los niveles de: Educación Primaria, Educación Secundaria y Media Técnica.



Al aumentar la temperatura corporal produce respuestas contrarias para eliminar de manera rápida el exceso de calor. Solo en condiciones de ejercicio prolongado e intenso o de enfermedad, nuestra temperatura puede variar y estar entre 36,1 °C y 37,8 °C. Unos grados por encima o por debajo es lo que resiste nuestro organismo para limitar con la muerte. Algunos deportistas de alto rendimiento pierden entre uno y dos kilos de su peso corporal después de un partido, debido a la sudoración producida por las altas temperaturas y la exigencia del deporte, por lo cual, deben ingerir líquidos que contengan los oligoelementos y sales minerales (sodio, potasio, etc.) que han perdido.

Hidratación

El cuerpo humano está compuesto en su mayoría por agua. Esta agua se encuentra en los músculos, huesos, órganos, tejidos y células que componen el organismo. La hidratación permite mantener los niveles adecuados de cantidad de agua y otros elementos en el cuerpo, facilitando la respuesta frente al ejercicio o a cualquier actividad.

Una pérdida del 2% de agua provoca una pérdida del 20% de actividad funcional, una del 4% provoca una pérdida del 40% de actividad y si la pérdida de agua es del 10% provoca una pérdida del 100% de actividad funcional. Además, se presentan síntomas graduales como sed, luego fatiga, sudoración excesiva, irritabilidad, falta de concentración, entre otras.



El agua es esencial para la vida, y todo organismo posee mecanismos diferentes para mantener un equilibrio hídrico. Se define como homeostasis el mantenimiento de un entorno interno normal. El agua, los electrolitos, las hormonas y otras sustancias corporales son las que permiten un buen funcionamiento de los procesos vitales.

3° PRÁCTICA

¿Cuál es la relación que existe entre la tecnología, el cuerpo, lo moral y lo espiritual?

Desde el ser ético y moral, ¿Cómo vinculas la ciencia, lo humano y el arte, desde la necesidad de mostrarse en vez de ser el mismo?

El desarrollo de largas jornadas de actividad física puede traer como consecuencia fuertes calambres.

¿Cuál consideras que es la causa?

Realiza una representación teatral del cuerpo como maquina.

Explica tres razones por las cuales es importante hidratarte cuando haces ejercicio físico:

- a.
- b.
- c.

Un vecino de tu cuadra decide que es hora de empezar a hacer ejercicio. Para ello, solicita tu ayuda. Indícale los pasos y los aspectos que debe tener en cuenta para empezar su entrenamiento.



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

--

FORMULACIÓN DE LA PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

De acuerdo con el problema elegido, entre todos los miembros del grupo plantear una pregunta que oriente la investigación y que pueda dar, a futuro, una posible respuesta al problema que se planteó entre todos los miembros del grupo.

Muestra del avance del proyecto de investigación pregunta problematizadora, objetivos, hacia donde voy con esta temática.

4° TRANSFERENCIA

FORMULACIÓN DE LA PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

De acuerdo con el problema elegido, entre todos los miembros del grupo plantear una pregunta que oriente la investigación y que pueda dar, a futuro, una posible respuesta al problema que se planteó entre todos los miembros del grupo.

Muestra del avance del proyecto de investigación pregunta problematizadora, objetivos, hacia donde voy con esta temática.

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://roxanarodriguezortiz.com/2009/08/31/el-cuerpo-como-objeto-de-arte/>