

REGISTRO INDIVIDUAL	
PERFIL	FORMADOR
NOMBRE	CRISTIAN ALESI GONZALEZ MINA
FECHA	28 de Junio del 2018
<b>OBJETIVO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Abrir un espacio de diálogo y generar una reflexión en torno a nuestro propósito de vida como docentes.</li> </ul>	
1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TALLER DE FORMACIÓN ESTÉTICA PARA DOCENTES DE ÁREA
2. POBLACIÓN QUE INVOLUCRA	DOCENTES I.E LA PAZ SEDE SAGRADO CORAZÓN
3. PROPÓSITO FORMATIVO	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Despertar una reflexión sobre el desarrollo humano desde la perspectiva de los cuatro cuerpos del ser humano (físico, emocional, mental y espiritual)</li> </ul>	
4. FASES Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	
<b>NOTA:</b> <p>En este taller solo nos acompañó una docente, pues otro de los compañeros de trabajo estaba enfermo y los demás se encontraban ausentes de la Institución. En el taller se toma como referencia la idea de desarrollo humano del artista franco-chileno Alejandro Jodorowsky, quien plantea que los seres humanos están conformados por cuatro (4) cuerpos (egos): físico (material), emocional, mental (intelecto) y espiritual, y cuya importancia radica en mantener el equilibrio de estos para ser más conscientes de la esencia de la cual somos. Se da comienzo al taller abordando el cuerpo físico, ya que su materialidad permite observarlo, sentirlo y admite un acercamiento más directo a una toma de consciencia para luego conectarse con la emoción y el intelecto.</p> <p><b>ACTIVIDAD #1</b></p> <p><b>ESTIRAMIENTO Y CALENTAMIENTO DEL CUERPO</b></p> <p>Es de suma importancia, realizarlos antes de realizar cualquier actividad física. Por una parte previene lesiones, y por otra, mejora la ejecución de la actividad física que se practica. Por lo tanto, el trabajo físico aumenta el gasto energético y la temperatura de los músculos, lo que conduce a la mejoría de la coordinación con menos probabilidad de lesión.</p>	

## **ACTIVIDAD #2**

### **REPRESENTACION DE LA MEMORIA POR MEDIO DE LA DANZA**

Esta actividad consiste, en recordar o rememorar un momento de su vida, para ser representado mediante movimientos corporales, teniendo en cuenta movimientos trabajados durante el calentamiento o movimientos libres, respondiendo por medio de dichos movimiento una de las dos siguientes preguntas:

- 1- ¿Existe algún recuerdo, experiencia o sensación que sustente tú vocación de docente en tiempos difíciles?
- 2- ¿Que despierta en ti ver bailar al otro?

Se da un tiempo prudente para que el participante elija su recuerdo o momento y para que incorpore los movimientos o acción que considere pertinentes para responder a la pregunta escogida.

La docente que trabajó la actividad, escogió la primera pregunta, haciéndola recordar el gobierno de Julio Cesar Turbay Ayala cuando decreto el estatuto de seguridad. Relató que fueron tiempos difíciles en su carrera pero que con ello reafirmo su vocación, lo que le ha permitido vencer los obstáculos y querer seguir trabajando en el campo de la docencia. Se refiere además sobre las dificultades presentadas en el trabajo, como la falta de una comunicación adecuada entre los compañeros, temas económicos y políticos referentes a la secretaría de educación.

## **ACTIVIDAD #3**

### **RECUERDOS Y REFERENTES MENTALES-EMOCIONALES**

En este momento del taller se pretende seguir trabajando con el cuerpo mental y emocional desde los referentes individuales y el inconsciente colectivo.

Vivir en un mundo globalizado implica que los referentes individuales y globales contienen gran cantidad de información que de una u otra forma pareciera que deberíamos consumir, sin embargo, se debe aprender a decantar dicha información y escoger lo preponderante para nuestra vidas.

Para este ejercicio se abordaron algunos referentes importantes que una persona puede tener en su vida y se relacionó con un recuerdo, una vivencia, una imagen o un estado emocional.

### **WAGNER Y LA VALKIRIAS**

Esta actividad es dirigida por Juan Pablo Ulloa para comenzar se realiza una meditación contenida en la respiración, se invita a la docente y compañeros colaboradores a que cierren los ojos para así hacer un uso consciente de su respiración. Luego se deja sonar una pieza musical llamada las Valkyrias de Richard Wagner la cual hay que describirla desde la percepción de los que se escuchó

Me parece una actividad muy bien pensada, ya que esta incita a explorar referentes cotidianos y vivencias desde los sentidos y más desde la escucha

Preguntas finales que podrían emplearse dentro del aula de clase:

¿Qué referentes (canciones, personajes históricos, ídolos, artistas, políticos, deportistas) operan en el imaginario de mis estudiantes?

¿Cómo puedo usar esos referentes y relacionarlos con mis contenidos académicos o para que mis clases sean más dinámicas?





