

REGISTRO INDIVIDUAL	
PERFIL	FORMADOR ARTÍSTICO
NOMBRE	VANESSA GIRALDO FIGUEROA
FECHA	JUNIO 5 DE 2018
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fortalecer competencias de trabajo en equipo y comunicación no verbal.</li> <li>➤ Brindar herramientas que ayuden a mejorar la concentración y la atención a través de dinámicas que trabajan cuerpo, imagen y voz.</li> </ul>	
1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TALLER DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA PARA ESTUDIANTES DE LA I.E. LIBARDO MADRID
2. POBLACIÓN QUE INVOLUCRA	ESTUDIANTES GRADO 6º a 9º
3. PROPÓSITO FORMATIVO	
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Generar conciencia sobre nuestro cuerpo físico, mental, emocional y espiritual a través de dinámicas lúdicas dirigidas.</li> </ul>	
4. FASES Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	
<p><b>MOMENTO#1:</b></p> <p><b>El cartero:</b></p> <p>Los participantes se ubicarán en sillas acomodadas en filas. El moderador exclamará lo siguiente:</p> <p><b>Llego carta</b> y los participantes preguntaran: <b>¿Para quién?</b>, esto se repite. El moderador responde: <b>Para todos aquellos que llevan puesto ___?___</b> y menciona un objeto que lleven puesto en común varios participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo: <b>Para todos aquellos que llevan puesto <u>zapatos negros.</u></b></li> </ul> <p>De inmediato estos se pondrán de pie y cambiaran de puesto, el último que se siente recibirá la pelota y se le hará una pregunta referente a su vida cotidiana.</p>	

## **MOMENTO #2**

### **Meditación guiada y conversatorio sobre desarrollo humano**

**Objetivo:** Despertar la curiosidad de los estudiantes sobre el funcionamiento de sus cuerpos físico, mental, emocional y espiritual

**Descripción:** Puesto que la energía entre los estudiantes quedó bastante activa se direcciona a través de una meditación guiada, de esta manera la energía se equilibra y nos ayuda a experimentar y conectar con nuestro cuerpo energético y disminuir la actividad cerebral para entrar en otro estado.

Se les pide a los estudiantes que cierren los ojos. Se explica la importancia de la respiración en la vida diaria y seguidamente se dirige un ejercicio de respiración con inhalaciones suaves y profundas inhalando por nariz y exhalando por boca. Al inhalar se busca que los estudiantes conecten con una experiencia que les lleve a un estado de tranquilidad y relajación a través de imágenes relacionadas con naturaleza: El campo, un bosque, el mar, animales, el cielo. Al exhalar deben visualizar como las tensiones y problemas, son expulsados del cuerpo.

Después de controlar el estado corporal y mental a través de la respiración, se les pide a los estudiantes que junten las palmas de sus manos a una distancia de aprox. 10 cms y que empiecen a sentir como la energía en sus manos se condensa visualizando algo elástico entre ellas, como si tuvieran una goma imaginaria. De esta manera logran experimentar la sensación del cuerpo energético que los rodea. El ejercicio se realiza durante 10 minutos.

A continuación, se inicia un conversatorio acerca del desarrollo humano que plantea los cuatro cuerpos que como seres humanos tenemos: físico, mental, emocional y espiritual. Se exponen las funciones de cada uno y la importancia de buscar un equilibrio entre lo que pensamos, sentimos, decimos y hacemos. Los estudiantes hacen reflexiones e identifican los momentos en que han experimentado la forma en que opera cada uno de esos cuerpos.



