

REGISTRO INDIVIDUAL	
PERFIL	Formador Artístico
NOMBRE	Jhon Edinson Ramos Parra
FECHA	8 de Mayo de 2018
OBJETIVO: En el marco del Taller de Formación Estético para docentes el objetivo es: Comprender que somos un ser holístico y que el bienestar del cuerpo y el alma es también importante a la hora de enseñar. Estimular desde todos los sentidos el escuchar atento.	
1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	<i>Taller de Formación Estético:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramiento y Yoga. - El bastón de la Palabra.
2. POBLACIÓN QUE INVOLUCRA	DOCENTES
3. PROPÓSITO FORMATIVO	
<ul style="list-style-type: none"> - Por medio del escucha y la estimulación corporal que involucren varios sentidos, lograr que los docentes aprendan a escuchar atentamente, tanto a su propio cuerpo como a los otros que los rodean. - Sentir cada signo corporal y aprender a conocer su propio cuerpo. - Agudizar la escucha y los sentidos. - Fortalecer el trabajo en equipo. 	
4. FASES Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	
<p>1. <i>Estiramiento y yoga:</i> El cuerpo es el medio principal por el que podemos vivir y participar en el mundo, es el medio para crear todo lo que tenemos en mente. Por eso es importante que lo conozcamos y lo pongamos a prueba, que lo dispongamos a trabajar y que lo cuidemos. El estiramiento y el yoga se centran en ayuda a hacer conciencia de nuestro cuerpo y a reconocer nuestra imagen corporal y sus múltiples cualidades motrices, como la coordinación, el control del movimiento, la concentración y la obtención de balance y equilibrio corporal. Este taller se divide en los siguientes momentos:</p> <p><i>Estiramiento y calentamiento de articulaciones:</i> Disponer al cuerpo para la actividad principal; iniciando por la cabeza hasta llegar a los pies - Respiración, por tiempos de 4 a 16. En cada inhalación y exhalación te proporciona un conocimiento más profundo de ti, te permite salir de la realidad y pensar en positivo. Puedes transportarte a lugares maravillosos con solo cerrar los ojos y respirar lento y profundamente.</p> <p><i>Yoga (saludo al sol):</i> Ejercicio dinámico de 12 posturas, realizadas como un solo ejercicio continuo en las que se combina el ejercicio con la respiración. Cada asana o postura tiene sus propios efectos fisiológicos y es una compensación de la anterior a nivel de columna, movimiento y respiración.</p>	



Los y las docentes expresaron su agrado por la actividad, y además reconocen que es necesario tener una vida mucho más saludable, pues el “vehículo” con el que se trabaja día a día es el cuerpo, y pues si este no está bien, afectará el estado de animo y limita la labor que tienen como educadores.

2. ***El bastón de la Palabra:*** Es una actividad iniciada con estimulación sonora a partir de la lectura de un relato que cuenta la historia de una comunidad que tiene problemas de comunicación, ya que, todos en esta desean hablar al mismo tiempo sin escucharse. El primer paso consiste en que a los docentes se les venda los ojos y se les pide que presten mucha atención.

Esta actividad también puede considerarse de diversas estimulaciones sensoriales, pues mientras un formador lee los demás tocan suavemente algunas partes del cuerpo de los participantes con diferentes elementos, como algodones, telas, objetos, etc. Además, se utilizaron diversas fragancias para exponer el sentido del olfato de cada profesor participante.

Posterior a la lectura se divide a los docentes en varios grupos correspondientes a las familias del relato.

Al finalizar es entregado un palo que será intervenido con otros materiales para construir colectivamente el bastón de la palabra. Cada grupo lo decora teniendo en cuenta la familia asignada. Esta es una actividad que ayuda a reflexionar y enseña unas pautas para mejorar la comunicación y también es un medio para fortalecer el trabajo en equipo, pues se trabaja en grupos de “familias”.

Después de la actividad, algunos docentes manifiestan que en algunos cursos es muy compleja la comunicación con los estudiantes, por la carencia de pautas para establecer un dialogo asertivo. A estos maestros se les propone el acompañamiento para implementar el bastón de la palabra.





