

| REGISTRO INDIVIDUAL   |   |
|---|---|
| PERFIL  | FORMADOR  |
| NOMBRE  | LINED CRISTINA AÑASCO GUAMANGA                  |
| FECHA   | JUNIO 5 2018                                    |
| <b>OBJETIVO:</b> Taller de estiramiento, meditación y cine foro con los estudiantes de la IEO Alfonso López Pumarejo.   |   |
| 1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD   | Taller de Educación artística para estudiantes. |
| 2. POBLACIÓN QUE INVOLUCRA  | Estudiantes de la IEO Alfonso Lopez Pumarejo.   |
| 3. PROPÓSITO FORMATIVO  |   |
| <p>INCENTIVAR UN EQUILIBRIO ENTRE LA MENTE Y EL CUERPO, COMO UNA FORMA DE EXPRESIÓN CONSIENTE PARA RECREAR EL PENSAMIENTO CRÍTICO.</p>  |   |
| 4. FASES Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES   |   |
| <p><b>FASE1:</b><br/>           Se inicia el taller con un estiramiento del cuerpo, cabeza, hombros, brazos, tronco, piernas y pies. Posteriormente se realiza un momento de meditación, para centrarse en sí mismo, buscar la sonrisa interior, dejar la mente en blanco.<br/>           Se hacen ejercicios de respiración, tratando de llegar a la máxima concentración posible. Los estudiantes responden muy bien a este primer paso.<br/>           Luego se hace una socialización a cerca de la mediación, qué lograron sentir, si pudieron sacar su sonrisa interior y si pudieron concentrarse. Que piensan, que sienten y si les gustaría aplicar la meditación en su vida diaria.</p> <p><b>FASE 2:</b><br/>           Se muestra un material audiovisual sobre Cortometrajes animados, a cerca de la posesión territorial, la cadena alimenticia, la unión y convivencia familiar, el tema de la tecnología y cómo puede llegar a afectarnos en el presente y el futuro.<br/>           Cada cortometraje dura entre 4 y 6 minutos. Los estudiantes se concentran mucho y logran entender los contextos.</p> |   |

Finalmente se hace una reflexión de cada cortometraje y como se asocia con la vida cotidiana.

Hubo bastante participación, la mayoría quiso exponer su punto de vista y la asociación entre la realidad y el diario vivir.



