

Nombre del alumno			
Fecha		Grupo	

ACTIVIDAD FORMATIVA 1.5



Competencia genérica: CG2. Es sensible al arte y participa en la apreciación e interpretación de sus expresiones en distintos géneros.

Atributo: CG2.3 Participa en prácticas relacionadas con el arte.

Competencia disciplinar: CDBH11. Analiza de manera reflexiva y crítica las manifestaciones artísticas a partir de consideraciones históricas y filosóficas para reconocerlas como parte del patrimonio cultural.

Conexión Mente-Cuerpo

Material: lápices de colores o plumones y una hoja en blanco.

- 1 De manera individual, dibuja en una hoja en blanco el contorno de un cuerpo, que será una representación del tuyo. No te preocupes por la perfección o el realismo del dibujo, la finalidad no es estética sino terapéutica.
- 2 Luego, con los ojos cerrados, piensa en un suceso que te cause una emoción que no puedas controlar (miedo, nervios, enojo, ansiedad, etc.) y reflexiona durante un minuto en las sensaciones que estés experimentando en tu cuerpo; por ejemplo: "mariposas en el estómago", sudoración en las manos, tensión en la espalda, etcétera.
- 3 Después incorpora gráficamente esas sensaciones en la parte física correspondiente del dibujo de tu cuerpo, guíate con la imagen de ejemplo. Puedes usar colores y figuras para representar mejor esas sensaciones.

Ejemplo



- 4 Al terminar, toma una foto del resultado de tu dibujo y pégala en el recuadro vacío, dando clic en el centro para insertar tu archivo de imagen.
- 5 Comparte tu dibujo con tus compañeros de grupo.

Aviso