

INSTITUCIÓN EDUCATIVA FE Y ALEGRÍA SAN JOSÉ



NODO - SER GUÍA INTEGRADA



Grado 7°

Primer Periodo - Año lectivo 2021

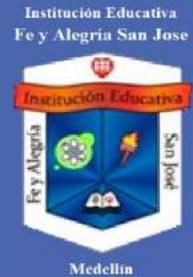
Áreas: Ética y Valores, Cátedra para la Paz, Educación Artística, Educación Física, y Educación Religiosa Escolar.

Docentes: Estela Gómez, Joaquín Emilio Correa, Santiago González.



Logros:

1. Evocar la fragilidad humana en las primeas etapas de la vida para comprender la misión y el sustento de la vida en familia.
2. Fundamentar el dinamismo del ser humano en su integralidad (Mente, Cuerpo y espíritu)
3. Aplicar pruebas físicas como herramienta para conocer posibilidades corporales y motrices.
4. Reconocer las posibilidades expresivas que brinda los lenguajes artísticos.
5. Participar en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.
6. Aplicar el conocimiento ético como un recurso para el manejo de la vida.



¿Qué buscamos en esta guía?

El trabajo de este nodo involucra un pensamiento reflexivo a partir de las dimensiones que constituyen el ser humano: lo ético que corresponde a cómo nos comportamos de forma individual y grupal, lo que establece lo bueno o lo malo dentro de la sociedad. Comprende este nodo el plano espiritual, nuestra relación con lo divino, cómo esto configura lo que somos y a lo que aspiramos. La expresión de nuestro SER se entiende por aquellas formas de comunicación artísticas que en los distintos contextos se van dando, distintos tipos de artes para distintos tipos de seres que hay en el planeta. Para mantener nuestro ser en equilibrio es necesario adquirir habilidades que lo lleven a ese nivel, por tal razón, el ejercicio físico consciente es necesario para que podamos llevar a nuestro ser a esa armonía. Entonces, por este motivo, estamos creando una guía que recoge estas preocupaciones y que queremos que tú nos ayudes a recorrer para ver qué encontramos, qué reflexionamos y miremos cuáles son los verdaderos cambios que podemos hacerle a nuestra vida y a nuestro entorno. Para esto en esta primera parte de la guía tendremos una lectura que nos llevará a responder unas preguntas exploratorias y luego tendremos unas actividades creativas para poner en práctica aquello que vamos descubriendo durante este recorrido. Además, unos anexos para profundizar las temáticas de las asignaturas. ¡Bienvenidos y bienvenidas!

GLOSARIO

Migrante: Extranjero, persona que proviene de otro país con la intención de habitar un tiempo indefinido en un contexto diferente (político, cultural, socioeconómico, etc.) al cual estaba inmerso en su nación.

Consanguíneo: Son aquellos que comparten sangre por tener algún pariente común. Que es pariente natural de otro por descender de los mismos antepasados.

Familia: Es un grupo de personas formado por individuos unidos, y primordialmente vinculados por relaciones de filiación o de pareja. El Diccionario de la lengua española la define, entre otras cosas, como un grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas, lo que lleva implícito los conceptos de parentesco y convivencia, aunque existen otros modos, como la adopción. Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos, es el elemento natural, universal y fundamental de la sociedad, tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado

Moral: Son las normas, valores, y principios que una comunidad o sociedad tiene como fundamento de lo correcto, e ideal y que espera en el comportamiento de su gente. La moral suele ser intuitiva.

Ética: La palabra ética viene del griego *ethos* que significa 'forma de ser' o 'carácter'. La ética estudia los principios que deben regir la conducta humana al tratar de explicar las reglas morales de manera racional, fundamentada, científica y teórica.

Estética: La estética es la rama de la filosofía que estudia la esencia y la percepción de la belleza. Algunos autores definen la estética de manera más amplia, como el estudio de las experiencias estéticas y los juicios estéticos en general, y no solo los relativos a la belleza

Color: El concepto de este término varía de acuerdo al ámbito que es utilizada; desde el punto de vista físico *el tono es una propiedad física* de la luz emitida por los objetos y sustancias. En la química lo describen por medio de una fórmula que representa una reacción de elementos.

Expresionismo en el Arte: El *Expresionismo* es una corriente artística de vanguardia que surge en Alemania a principios del siglo XX, en donde más que la representación de la realidad objetiva buscaba la expresión de los sentimientos y las emociones del autor.

Collage: Se denomina collage (del francés *coller*, que traduce: "pegar") a una técnica artística consistente en la construcción de obras plásticas mediante la aglomeración o conjunción de piezas o recortes de distinto origen, dándoles un tono unificado.

Test, o Prueba física: Las pruebas físicas son una serie de sesiones de esfuerzos físicos medibles, que de una forma objetiva nos van a posibilitar conocer la condición física de una persona y valorar las cualidades de ésta en sus diferentes facetas.

Para entrar en calor

Presta atención a las personas que están a tú alrededor: los niños, y las niñas, los adolescentes, los jóvenes, los adultos y los ancianos. Todos provienen y hacen parte de una familia. Los Millones de personas que integran la sociedad crecen y se desarrollan en una comunidad y en una familia, las cuales imprimen en cada una de ellas el carácter humano, espiritual, social, afectivo, ético, artístico y dinámico que las hace seres humanos integrales. La institución familiar continúa siendo irremplazable; por ello en esta guía cabe preguntarse:

¿Qué pasa con las personas que no tienen familia? ¿O cuándo las familias se ven obligadas separarse? ¿Qué ofrece la familia a los seres humanos?

Hablar de familia, es hablar de la capacidad del ser humano para amar y ser amado, para convivir y ser fraterno, para ser responsable y generoso, tolerante y solidario; en familia, es como el ser humano aprende lo que es aceptación: aceptar a los otros, porque es aceptado.

Piensa... ¿cuáles son las personas que más amas en este mundo?

Si tomamos la pregunta anterior como un pretexto para enfocar la dimensión psicológica de nuestra humanidad, tendríamos que evocar otras preguntas más profundas, por ejemplo: ¿por qué amamos? Y en torno a la discusión de nuestro origen ¿desde cuándo amamos?

Por supuesto en esta guía no intentaremos responder tales preguntas, pero la excusa de evocarlas se expresa en la realidad patente de que los seres humanos estamos determinados por la capacidad de amar. Es por amor que realizamos casi todas nuestras actividades y por la que tomamos casi todas nuestras decisiones. Lo otro, es que, por nuestra naturaleza sensible la disposición de amar se activa frente a lo cercano, lo conocido o lo palpable; es decir, **lo familiar**. Se nos dificulta amar lo desconocido. Por ello, una de las definiciones psicológicas de “familia” que contrasta con el concepto de consanguinidad biológica es: grupo de personas a las que se ama porque con ellas se ha convivido gran parte de la vida, y el separarse de ellas es fuente de una gran angustia.

Ahora, teniendo en cuenta lo anterior, y conociendo que los fines de la educación se enmarcan dentro de un proceso formativo proponemos una reflexión alrededor los modelos de vida que nos ayude a construir nuestra identidad de manera integral y para ello responde las siguientes preguntas:

ACTIVIDAD INICIAL

1. ¿Cómo afecta a la familia el sedentarismo de uno de sus miembros?
2. ¿Según tú cuál sería la diferencia entre familia por consanguinidad y familia afectiva?
3. ¿Por qué se dice que la familia es la primera escuela y cuál es su papel en el proceso de aprendizaje?
4. ¿Cuál es el valor que tienen las fotografías de la familia en tu vida?
5. ¿En tu familia guardaban los recuerdos de las expresiones artísticas de tus familiares o las tuyas? ¿Qué valor tiene eso en la experiencia familiar?
6. ¿Cuáles son los deportes favoritos de los miembros de tu familia?
7. ¿Cómo se desarrolla la espiritualidad en tu familia? ¿Cómo lo practican?
8. ¿Qué esperas aprender sobre tu familia y sobre ti en el desarrollo de esta guía?

PROFUNDICEMOS

Si observamos la realidad, podemos identificar problemas sociales que afectan a las familias y la vida de las personas. Piensa en ti y en tu familia, ¿cómo superan a diario las dificultades que se les presentan? En la cotidianidad de nuestra sociedad occidental, generalmente son los padres quienes asumen la responsabilidad de superar las crisis económicas y cuidar de que siempre se tenga lo necesario para el bienestar familiar; si falta algo en casa, lo natural es que se dé el apoyo mutuo y la colaboración entre los miembros de la familia. Pero las cosas no son siempre fáciles. Como un ejemplo de esta última afirmación lee con atención el siguiente texto:

La decisión de Oduber

Luego de celebrar el 24 de diciembre de 2020 junto a la gran mayoría de su familia, Oduber Escalona, de 43 años, decidió huir del hambre que estaba pasando en su natal Maracaibo -Estado Zulia- Venezuela, y junto a su esposa, cuatro hijos, yernos, nueras y nietos, emprendieron camino hacia Ecuador, atravesando a Colombia. Solo empacaron en sus bolsos: ropa, zapatos y por supuesto su cédula venezolana, pues, a pesar de no tener pasaporte quieren demostrar que si tienen una identidad que los represente en cualquier país del mundo. Fue así como el 27 de diciembre de ese año con todo el dinero que tenían cancelaron un pasaje que los llevara hasta Paraguachón, frontera entre Venezuela y Colombia, en el departamento de La Guajira. Sin embargo, no podían atravesar ese límite que divide a los dos países por 'la vía legal'. Tuvieron que entrar por la trocha conocida como 'La Ochenta'; un camino verde y espinoso, por donde están ingresando cientos de migrantes venezolanos que no cuentan con dinero suficiente para pasar por otra trocha 'La Cortica', por donde los coyotes (los que cobran por pasar a la gente sin que les hagan nada) cobran más dinero. Tampoco era opción dar la vuelta por el sector conocido como Monte Lara, en el lado venezolano que limita con Majayura, un corregimiento de Maicao, ya que por esta vía la guardia venezolana exige mucho dinero para dejar pasar 'tranquilamente'. Una vez estuvieron en Maicao respiraron 'otro aire'; desde entonces no se han detenido, empezaron a caminar por las orillas de las carreteras y el 8 de enero del año en curso ya se encontraban en Valledupar. Su destino es llegar a Ecuador, donde Oduber tiene una hermana que salió de Venezuela, igualmente huyendo del hambre, el no acceso a la salud, desolación, decadencia, miseria e inflación que se vive en el país vecino.

El periódico EL PILÓN habló con esta familia conformada por 12 personas, entre adultos y niños, en el sector conocido como Los Cauchos, que comunica a Valledupar con el corregimiento de Valencia de Jesús, donde se encontraban caminando su travesía. "Allá trabajaba en el sector público en el área de salud como ayudante de mantenimiento en un ambulatorio rural u hospital, pero me ganaba 2 dólares y eso alcanza para un kilo de arroz de un día de comida, y el resto del mes con qué íbamos a comer. Esto nos llevó a lamentablemente salir de Maracaibo porque para nadie es un secreto que huimos del hambre por la dictadura que hay allá", enfatizó Escalona.

Dijo que caminar a sol y lluvia no es nada fácil, pero prefieren eso, guardando la esperanza que al llegar a Ecuador su vida cambiará, a estar en Venezuela, donde cada vez es más difícil tener al menos dos platos con comida diaria. "Colombia nos ha prestado mucha colaboración, muchos transeúntes han abierto su corazón de verdad y estamos agradecidos de ellos. No nos quedamos en Valledupar porque no tenemos donde quedarnos; si empezamos a quedarnos en las calles no queremos que nos agarre la Policía y tampoco queremos hacer cosas malas en este país como lo están haciendo otras personas", aseveró este hombre. Relató que en estos días han aprovechado los ríos que consiguen en el camino para bañarse, lavar la ropa que tienen sucia, descansar un poco y seguir caminando. Estas personas en sus espaldas llevan pesados bolsos, calzan zapatos cómodos y sus rostros van cubiertos con gorras y

ponchos para cubrirse del inclemente sol que hace en esta región del país. Saben que les espera diferentes tipos de clima, confiando en Dios que ninguno se enferme.

Otra migrante de esta familia es Génesis Mota, de 26 años. En sus hombros carga con un porta-bebé a su hijo de un año y 10 meses; dijo que prefiere pasar unos días o meses caminando, pero tiene la esperanza que al llegar a Ecuador tendrán un cambio de vida. “Es durísimo, tengo que sacar fuerzas por mi hijo; allá en Venezuela todo está muy mal, apenas nos alcanzaba para una comida diaria”, apuntó.

Tomado y adaptado de <https://elpilon.com.co/la-dura-travesia-de-una-familia-venezolana-con-rumbo-a-ecuador/>

ANALICEMOS

Análisis 1

Experiencias como la que viven las familias venezolanas, nos hacen pensar en muchas otras situaciones que los seres humanos han tenido que vivir, y que denotan cambios en la manera como se debe definir a la familia en nuestro país; familia ya no es tener un padre, una madre, unos hermanos... familia es tener a alguien en quien apoyarse para subsistir y procurar un mutuo desarrollo personal.

1.1 Somos familia, somos sociedad.

Nadie subsiste solo, quizá haya personas que prefieren la privacidad y vivir solas en su residencia, no obstante, es diferente cuando hablamos de subsistencia y felicidad, el ser humano es social por naturaleza, y en condiciones normales está abierto a los demás; al juego, a la conversación (diálogo), a la observación de su entorno, y es más curioso cuando se trata de observar las conductas de sus semejantes. El ser humano se apoya en los demás, y ama a los demás; algunos pensadores atribuyen esta característica a la necesidad de subsistencia, como indicando que el ser humano es meramente oportunista, y egocéntrico. Pero, aun así, tenemos que, sea lo que sea, el individuo crea vínculos humanos. Y cuando se



INSUMOS DISCIPLINARES

Tipos de hogares no tradicionales, según su conformación.

➤ Hogar monoparental.

Se compone de un hijo, o hijos, con uno de los dos padres, padre o madre, pero no ambos.

La violencia dejó a muchos hogares sin su padre o sin su madre, o la falta de responsabilidad de alguno de los progenitores que prefirió abandonar el hogar en lugar de asistir a sus hijos, u otros factores que determinaron el divorcio de los cónyuges, han dado lugar a este tipo de hogar.

➤ Hogar de los Abuelos.

Es muy frecuente el caso en el cual los abuelos han quedado a cargo de sus nietos, pues la pérdida de ambos padres, o las migraciones de éstos para buscar sustento obligan a dejar a sus hijos bajo el cuidado de quienes gozan de la entera confianza, sus propios padres.

➤ Hogar de los hermanos.

Se ha dado el caso en el que, al perder a ambos padres, los hermanos tienen la edad suficiente para continuar la vida sin necesidad de ser adoptados por otra familia, los mayores cuidando de los menores.

Se ha dado el caso en el que, al perder a ambos padres, los hermanos tienen la edad suficiente para continuar la vida sin necesidad de ser adoptados por otra familia,

rompen unos, establece otros. Sufre en el proceso, es cierto, pero esto no precisamente da cuenta de su egocentrismo, aunque puede verse de ese modo. En el caso del migrante, sufre porque ama, porque es ético, porque le interesa el bienestar de sus seres queridos que ha dejado atrás, el migrante piensa en que ya no podrá atenderlos como lo merecen; es un doliente. Va, o viene, con la esperanza de apoyarlos desde lejos, está unido sin estarlo.

1.2 Somos integralidad

En la anécdota de Oduber se fusionan la intencionalidad con la interioridad, ambas coinciden en el ser humano, especialmente en relación con la familia. La función de la familia es el desarrollo integral de sus miembros, y por supuesto que hay familias que pueden proveer un mejor ambiente, y mejores recursos para ese desarrollo, por ello el dinamismo del migrante que ya no ve esas oportunidades en su país.

La vida tiene más sentido para el ser humano tan pronto como comprende y asume su integralidad; tan pronto como se da cuenta de los valores que posee, y de lo que significa estar en un entorno social y familiar adecuado para aprender acerca de principios, normas y comportamientos que le son fundamentales para ser y vivir mejor.

Uno de los elementos fundamentales e indispensables para afianzar los valores en el hogar es el amor; éste genera un ambiente humanizante, adecuado para la escucha y el diálogo, un ambiente de coherencia, actitud lógica y consecuente con nuestro pensar, sentir y actuar. El amor “debe propiciar el crecimiento mutuo entre progenitores e hijos”. (CEC 2227).

Pero, a propósito de la formalidad familiar; se tiene como un ideal la **familia nuclear**, en la que los hijos tienen a sus padres como apoyo incondicional en el camino hacia la adultez y su propia independencia. No obstante, este tipo de familia que es *tradicional*, no siempre cumple con las condiciones óptimas para cumplir tal propósito. Si se torna disfuncional, su ambiente no ayudará mucho en la formación de un buen carácter en sus miembros. Dada esta claridad, no podemos estigmatizar otros tipos de familia que, por su conformación, son diferentes y no necesariamente disfuncionales. (Ver la sección INSUMOS TECNICOS DE ESTA GUIA, el título: **Tipos de hogares no tradicionales, según su conformación**) La importancia de la vida en familia, quizá no está en quienes la conforman, sino en

➤ **Hogar mixto.**

Se presenta este caso cuando dos personas, ambas separadas o viudas, y con hijos, se unen como pareja para reanudar sus vidas familiares. Entonces las relaciones se tornan muy complejas. Están dentro de un mismo techo, los hijos de ella, los de él, y los de ambos. Hay hermanos, hermanastros, padre, padrastro, madre y madrastra en un mismo vínculo o círculo familiar.

➤ **Hogar de familia extensa.**

Comprende a la familia numerosa que constituye clanes, tribus o núcleos conyugales emparentados que comparten lugar de residencia y tutela de los menores, presentándose el hecho de que conviven varias generaciones y líneas colaterales respecto a un antepasado común. Está integrada por padres, hijos, nietos, tíos, tías, sobrinos y sobrinas, que habitan bajo un mismo techo y se ayudan recíprocamente para el sostenimiento y comparten al máximo los beneficios según sus necesidades.

➤ **Hogar LGBT.**

Comprende a la familia que se ha constituido por la unión de dos personas del mismo género, o de diferente género pero que su orientación sexual está determinada hacia su propio sexo; es decir, los tutores, o porque los han adoptado, pertenecen al denominativo LGBT.

aspectos de fondo, que tienen que ver con sus principios de vida y su horizonte simbólico, es decir: en cómo cada uno de los miembros de la familia define su espiritualidad, que se funde en su proyecto de crecimiento personal, familiar y social.

1.3 Somos Espíritu

Nótese, por ejemplo, que no todas las migraciones están basadas en la falta de recursos económicos, la Biblia narra la historia migratoria de una familia, que decide marcharse de su patria por razones espirituales, por no decir «místicas»; el caso del hogar de Abram. Su proeza es considerada como el comienzo de nuestra cultura judeo-cristiana.

Teniendo todo lo material al lado de su clan familiar, Abram sintió que algo no estaba bien en su vida, sintió el desasosiego de su espíritu por el estilo de vida que llevaba en la comarca donde se había criado, (Diversiones y lujos, y ante todo el politeísmo) sintió un llamado a buscar la paz interior, a estar en armonía con los ideales que espiritualmente había acogido, y decidió reunir a su esposa (Sara), y a un sobrino que había quedado huérfano (Lot), para marcharse lejos donde pudiera formar una familia con un nuevo y trascendental criterio de religiosidad, el amor a un único Dios (Monoteísmo). Abram era rico y se marchó con todo lo que tenía.

➤ **Hogar sustituto.**

Es el caso cuando un pequeño es maltratado en su hogar original o vulnerado en sus derechos, o abandonado, sin posibilidad de que un familiar lo acoja, las leyes lo protegen y le buscan un hogar sustituto que se encargue de su crianza y formación. Allí recibe lo necesario para vivir con dignidad.

Existen otros tipos de hogares, como los siguientes; Hogar Infantil, Hogar Geriátrico, Hogar monástico, Hogar penitenciario, entre otros; pero no será necesario profundizar en ellos, porque su manejo tiene un carácter más institucional y sus objetivos pueden diferir en el fondo de este tema, aunque allí también se dan fuertes lazos de amistad y de relaciones humanas.

ACTIVIDAD

1. Realiza un dibujo en el que contrastes: - el viaje migratorio de Oduber, con el viaje migratorio de Abrahán. (Genesis, Capítulo 12)

Análisis 2

Como puedes ver, existen variadas formas de ver la familia, su composición, su comunión, su relación con lo divino, con el mundo y su contexto. Cada persona en la familia percibe la realidad y la intuye, y esa percepción influye en la manera como sentimos la vida. El ser humano es tocado en su espíritu, en el fondo de su alma, y esto se refleja en su estado de ánimo, en su forma de vestir y de comportarse; podemos afirmar entonces que el ser humano no es sólo un cuerpo que posee conocimientos, sino que «*experimenta la vida*». Y su experiencia se revierte a su relación con el

mundo en forma artística; por ello, oramos, cantamos, pintamos, escribimos, hacemos poesía, etc. Una forma de entender esta realidad es profundizar un poco en el tema de la estética, veamos:

2.1 Somos Estética

Cuando abrimos los ojos, abrimos el alma a un mundo de aromas, de formas, de personas diversas, entre ellas, las que amamos. Pero también abrimos los ojos a un



mundo de colores, abrimos el espíritu a una **experiencia visual**, una impresión sensorial que recibimos a través de la retina, el mundo que nos rodea nos muestra su tonalidad. Las cosas que vemos no sólo se diferencian entre sí por su forma, y tamaño, sino también por su colorido. Cada vez que observamos la naturaleza o un paisaje urbano podemos apreciar la cantidad de colores que están a nuestro alrededor **gracias a la luz que incide sobre los objetos**

La psicología y filosofía muestran a la coloración como un portador de expresión, efectividad, sensación, de cierto simbolismo y carácter, marcando su propio **lenguaje y significado**. La tonalidad como un influyente en el ser humano, cuando domina en el ambiente.

Por ejemplo, estar de amarillo da un **humor sereno y alegre**, es una influencia positiva. En el lenguaje de las **artes plásticas**, la tonalidad es primordial calificativo para los objetos, en algunas obras y movimientos artísticos el tono se erige como protagonista.

INSUMOS DISCIPLINARES

Características de los colores

La tonalidad no es más que una impresión originada por **tonos de luz ubicados en los órganos de la vista**, pero también se puede definir como una percepción visual generada en el cerebro de los seres vivos.

¿Su objetivo? estudiar todo lo que tenga que ver con las señales cerebrales enviadas por los fotorreceptores quienes se encuentran en la **retina**, esto también hace que se logre distinguir e interpretar las longitudes de onda que se encargan de captar la parte visible de los espectros electromagnético.

El ojo del ser humano solo tiene la capacidad de percibir longitudes de onda, pero esto solo sucede cuando hay abundante iluminación, de lo contrario, solo se podrían percibir colores como el blanco o el color negro. Por otra parte, la tonalidad blanca se encuentra en la síntesis aditiva del término, también conocida como la superposición de colores de luz, pero el tono negro, forma parte de la ausencia de luz en un entorno.

En la combinación de colores o mezcla de pigmentos, la tonalidad blanca se da únicamente cuando el soporte es precisamente de ese tono, de manera que se pueda reflejar la luz blanca. Y entonces, para que pueda darse el **tono negro**, es necesario un resultado de la superposición de tonalidades amarillas, cian o magenta, es decir, una mezcla de colores que absorbe las longitudes de las ondas de luz.

2.2 Somos Expresión

Nótese como cada individuo hace aflorar sus sensaciones, y desde sus experiencias tempranas hace un constructo de su personalidad; lo estético lo define como ser humano. De ahí que el color no sólo presupone emocionalidad, también lo usamos como símbolo.



Por poner solo un ejemplo, una de las corrientes artísticas que sobresalen en el arte, es **el expresionismo**, como también lo puede ser; el Collage.

“La forma en que uno ve depende también de un estado emocional de la mente. Esta es la razón por la que un motivo puede ser visto de muchas maneras, y esto es lo que hace que el arte sea tan interesante.” (Edvard Munch).

A lo largo de la historia del arte podemos encontrar artistas deformadores de la realidad, sin embargo, es hasta el siglo XX que diversos artistas se unieron para desarrollar un arte más personal e intuitivo, mostrando una visión interior, una expresión frente a la plasmación de la realidad. En este sentido, puede verse que la técnica «Collage» está en la misma línea artística expresionista:

“El collage es el arte de transformar la realidad de las cosas, puedo hacer una resignificación de un objeto con tan solo cambiar una parte de él”. (Adriana Bermúdez)

Ahora, volviendo al ámbito de la familia, y empatizando con la historia de Oduber; el cambiar el sitio donde vivimos, o con quienes convivimos, o las circunstancias habituales a las que estamos acostumbrados, genera un choque emocional que puede ser traumático dependiendo de qué tan fuerte sean dichos cambios en lo cotidiano.

Muchos venezolanos, pasan en la actualidad por dicha crisis, y su percepción de la realidad la están expresando artísticamente de diversas formas; suben a los buses a cantar rimas de Rap, o a narrar su historia, y traen consigo su bandera, sus colores, y sus ritmos culturales. Se les ve en las calles de los barrios, en semáforos, o grandes avenidas y parques compartiendo su lenguaje simbólico. Dan cuenta de tantos Kilómetros recorridos buscando un espacio; un estar,

Características del Expresionismo

- ✚ El expresionismo es una deformación de la realidad expresándola de más subjetiva.
- ✚ Los expresionistas creyeron que debían captar los sentimientos más íntimos del ser humano
- ✚ La angustia existencial es el principal motor de su estética
- ✚ Pretender potenciar las emociones del espectador distorsionando deliberadamente y exagerando los temas
- ✚ Se basa en la intuición, depura, intensifica e interpreta la realidad, pero nunca se aparta totalmente de ella.
- ✚ Se manifiestan las emociones sin preocuparse de la realidad, utilizando colores fuertes y puros, formas retorcidas y una composición agresiva
- ✚ No importa la luz ni la perspectiva, alterada de manera intencional para presentar una escena dramática, una tragedia interior.
- ✚ Se desarrollo en todas las artes como la poesía, teatro, música, artes gráficas
- ✚ Se prende la libertad individual, el irracionalismo y el pesimismo, con una temática de lo morboso, lo prohibido y lo fantástico
- ✚ La opinión del artista es más importante que la concordancia y la armonía del trabajo realizado.

pero, ante todo, un «*estar con*». ¿Imaginas su resistencia física? ¿Puedes intuir que sus cuerpos también han sido sometidos a un choque, a un esfuerzo físico, incluso a un cambio en su aspecto físico?

ACTIVIDAD

1. Elabora con tu rostro o cuerpo una obra expresionista usando un lenguaje gestual y lo registras en una fotografía. Recuerda el tratar de capturar en la fotografía las características de este tipo de obra.

- ✚ En la literatura se presenta con un lenguaje desgarrado, la presencia constante de la muerte, la violencia y la crueldad, busca que el lector entre en la historia y sienta como si la hubiera vivido
- ✚ Abarca temas sociales, culturales, ecológicos, habla del poder, el mundo real, la maldad y la guerra
- ✚ Tiene una visión enfocada hacia lo universal.
- ✚ Algunos de los exponentes de la pintura son: Der Blaue Reiter, Arnold Böcklin, Vincent Van Gogh, Pablo Picasso, Fernando Botero, Diego Rivera, Frida Kahlo, entre muchos.

Video de profundización: Arte expresionista
<https://www.youtube.com/watch?v=UQXA7KXgips>

Análisis 3

Los migrantes marchantes como es el caso que repetidamente se ve en las carreteras desde Venezuela hacia el sur del continente suramericano, o en las de Centroamérica hacia Norteamérica; salen con la esperanza puesta en una meta: un mejor «*estar con*». Van cargados, no sólo de sueños, llevan en hombros decenas de Kilos de equipaje, o bebes en brazos. Muchos no han calculado el esfuerzo físico que esto requiere, y se han conocido noticias dramáticas que dan cuenta de pérdida de vidas en algún paraje inhóspito del recorrido. Quizá no evaluaron su condición física antes de emprender el viaje, o no consultaron información acerca de las circunstancias. Es decir, si hubieran sabido habrían acondicionado su cuerpo para la travesía, o tomado precauciones al respecto.

3.1 Somos cuerpo.

Conscientes de que el cuerpo es vulnerable y requiere de cuidados, la familia siempre está en procura de su bienestar. Preparamos alimentos para nutrirlo, vestidos y edredones para arroparlo, medicinas para recuperarlo en caso de afecciones virales o de cualquier otra índole. Lo aseamos, y lo aromatizamos; y desde nuestra faceta estética, nos interesamos en que luzca lo mejor posible: atractivo, lozano, enérgico y en algunos casos, sexi.



No en vano, existen los gimnasios, los salones de belleza y las Barberías; los centros de asesoría de imagen, y los centros deportivos y de acondicionamiento físico.

No obstante, la mayoría de las personas asumen su desarrollo físico de manera intuitiva, y por su cuenta hacen alguna actividad física de forma recurrente.



Cuando se es consciente de la importancia de mantener el cuerpo al 100%, es más fácil planificar el desarrollo personal integral. Los miembros de la familia deben apoyarse para lograr unos hábitos saludables al respecto. El sedentarismo hace que el cuerpo pierda cualidades, y le da oportunidades al deterioro de muchos órganos; el cuerpo decae, se adormece, se enferma, etc.



INSUMOS DISCIPLINARES

Facetas físicas del Ser Humano

LA FUERZA: Es la capacidad del músculo de generar tensión contra una resistencia". También se define la **fuerza** como la capacidad del sistema muscular para vencer, soportar, oponerse a una resistencia o ejercer una **fuerza** externa.

LA RESISTENCIA: La **resistencia** en educación **física** podría definirse de forma simple como la capacidad de mantener un esfuerzo de forma eficaz durante el mayor tiempo posible. Dicho de otro modo, la capacidad de una persona a resistir la fatiga.

LA VELOCIDAD:



Podemos clasificar la **velocidad** según la forma de manifestarse en **velocidad** de reacción, gestual o de desplazamiento: **Velocidad** de reacción: es la capacidad de ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible tras responder a una señal determinada.

LA FLEXIBILIDAD: es la capacidad que tienen las articulaciones para realizar movimientos con la mayor amplitud posible.

3.2 Somos vida.

Sí, somos vida, y la vida es dinámica, siempre está en movimiento. De allí la importancia del ejercicio físico, y de acondicionar la dimensión corporal para estar lo mejor posible dentro de los límites personales. Por Condición Física entendemos el conjunto de cualidades anatómicas y fisiológicas que tiene la persona y que la capacitan en mayor o menor grado para la realización de la actividad física y el esfuerzo.

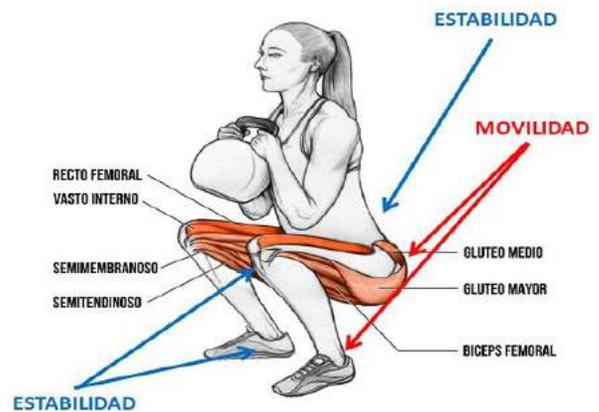
En general, la Condición **Física** va a venir determinada por el nivel de desarrollo de las diferentes **Capacidades Físicas Básicas** (Fuerza, Resistencia, Velocidad y Flexibilidad), las **cuales** se van a sustentar en una base orgánica (Aparato Locomotor, Circulatorio y Respiratorio), y una buena alimentación.

Las cualidades o **capacidades físicas básicas** son las cualidades internas de cualquier persona esenciales para realizar cualquier *actividad física o deportiva*, y que se mejoran o desarrollan con el entrenamiento. Para empezar a acondicionar el cuerpo, es necesario realizase **pruebas físicas** para determinar el plan a seguir, según las expectativas de la persona. Estos datos son fundamentales para la programación del entrenamiento, ya que nos indican si hay que trabajar de forma específica, alguna de ellas, en función de los objetivos a alcanzar, o, por el contrario, hay que trabajar de forma general, como es el caso de los individuos sedentarios.

Forma correcta para hacer sentadillas.

MUSCULOS INVOLUCRADOS

Las **sentadillas** apuntan a los **músculos** más fuertes; el glúteo mayor, responsable del movimiento de la cadera, y los cuádriceps e isquiotibiales que **trabajan** en conjunto para extender y flexionar las piernas.



ACTIVIDAD

1. Selecciona una de las capacidades físicas básicas, la que más te llame la atención; habla de ella, resumiendo su importancia y su técnica; realiza también un dibujo ilustrativo escogiendo un personaje, bien sea un atleta de alto rendimiento, o un individuo sedentario.

Análisis 4

Otra de las reflexiones que corresponde al ser humano en torno a sus circunstancias, a sus relaciones tiene que ver con moralidad y eticidad. Tomemos como ejemplo, la migración de las familias a lo largo de la historia, para pensar un poco en cómo Oduber, y los miles de migrantes que llegaron a Colombia, se sienten en medio de la crisis humana que atraviesan. Cuántos de ellos han sido, o están siendo discriminados en su drámatica experiencia; se generaliza cuando se les acusa de ser delincuentes, de llegar sin nada, de usurpar el empleo que «debería corresponder» a los colombianos, y de otras tantas cosas. ¿Es eso cierto?

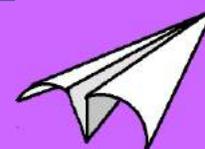
La reflexión debe ofrecerse desde variados enfoques para no correr el riesgo de faltarle a la verdad, para no incurrir en la agudización del problema. Es necesario hacerse preguntas éticas sobre el caso, y establecer el dilema moral. Por ejemplo:

- ¿La humanidad, como tal, tiene nacionalidad, y el mundo tiene fronteras?
- ¿Debe exigirse a un migrante que llegue con las manos llenas, cuando precisamente huye de un territorio donde lo ha perdido todo, y lo único que le queda es la esperanza de encontrar un mejor futuro lejos de su patria?
- ¿Tienen los colombianos deberes frente a las necesidades por las que atraviesan los migrantes?
- ¿Cuáles son los criterios para establecer derechos y deberes en una crisis migratoria?

ACTIVIDAD

1. Realiza una historieta acerca de un dilema moral; la historieta debe estar coloreada y con escenas suficientes para definir cuál sería el dilema moral.

INSUMOS DISCIPLINARES



EL DILEMA MORAL

Un dilema ético o una paradoja ética es un problema de toma de decisiones entre dos imperativos ético-morales posibles, ninguno de los cuales es inequívocamente aceptable o preferible. La complejidad surge del conflicto situacional en el que obrar de acuerdo a uno podría resultar en transgredir al otro.

La idea de dilema moral, en este marco, aparece cuando una persona debe optar entre distintas posibilidades que, de una u otra forma, pueden producir una situación censurable desde el punto de vista ético.

Elementos de resolución de un dilema Moral

1. Enumerar opciones alternativas, todo dilema obliga a elegir una opción de entre las dos que se abren.
2. Argumentar en favor de cada opción.
3. Análisis del problema .
4. Solución.

Análisis 5

Se nace y se crece en el círculo afectivo de una familia, allí se gestan los primeros amores, los primeros aprendizajes, pero también los primeros conflictos. Al comienzo de la vida se suelen dar inconformidades que se expresan con “pataletas”. Pero luego, si no se tiene un buen manejo de estas situaciones, el hogar puede tornarse en un campo de batallas emocionales, en el que los miembros de temperamento fuerte suelen dominar a los demás, o gestar riñas entre sí.

Para tener una familia pacífica, el grupo familiar tiene que creer y practicar la paz. Los niños aprenden a ser amables al tener alguien que es amable con ellos. Aprenden a ser pacíficos y no violentos al tener otras personas demostrándoles lo que significa ser pacífico. El hogar es el lugar más importante para ellos. La convivencia en familia es factor de suma importancia en el desarrollo emocional de las personas, hay que establecerla en las directrices de unos deberes y unos derechos que como miembros de una familia se poseen.

Los miembros de la familia deben asumir el respeto por los derechos sabiendo que estos se fundamentan en el principio de la dignidad humana y se desarrollan mediante el reconocimiento propio y de los otros como personas iguales, con voluntad y autonomía, que construyen un mundo de saberes y valores, participan de la vida en comunidad y son merecedores de un trato digno.

ACTIVIDAD

1. Añade fotografías de tres momentos con diferentes maneras de compartir en familia, y a cada una inscríbele una breve frase de positivismo en la convivencia.

INSUMOS DISCIPLINARES

Existen algunos principios que fundamentan la vida dignificante en el ambiente de la familia:

El orden, el aseo, la buena nutrición, el vestuario, un buen sitio para descansar, el afecto y el buen trato.

Los diez principios básicos del buen trato son los siguientes:

1. Buscar tener un mismo sentir
2. Tener compasión unos por otros
3. Mantener una buena actitud
4. No pagar con la misma moneda cuando se recibe una ofensa
5. No responder con palabras descorteses y/o subidas de tono (áspero, gritos)
6. Buscar el perdón cuando has ofendido
7. No buscar controlar a los demás
8. Practicar la alegría
9. Ser reflexivo
10. Dialogar

¿Qué es bueno para la armonía en el hogar?

- Tener buena comunicación con los miembros de la familia
- Reconocer y expresar las emociones
- Destinar tiempo para compartir en familia
- Adaptarse rápidamente a cualquier cambio
- Ser tolerante.

ACTIVIDAD INTEGRADA REFLEXIVA DE PROFUNDIZACIÓN

Es fácil notar que la historia de Oduber y su familia, como migrantes, caminantes en crisis, y seres humanos esperanzados, ha sido un cohesionador y generador de transversalidad en los logros de esta guía, por ello, ahora que has analizado su dama desde diferentes facetas, te proponemos relacionar la historia de Oduber con la fundamentación conceptual analizada:

1. Escoge un fragmento o frase que te haya impactado y realiza un dibujo sobre esto, recuerda que esta creación debe llevar colores que reflejen esas emociones y vivencias que relata la travesía de esa familia.
2. Describe qué tipos de pruebas físicas puedes identificar en este relato, debes escribirlas y explica profundamente la más importante para ti durante una travesía como esta.
3. ¿Cómo crees que la experiencia de un caminante trastoca su visión y su práctica espiritual?
4. ¿En una situación de supervivencia crees que las definiciones de bueno y de malo cambian o se mantienen? ¿Cómo se definen estos conceptos?
5. ¿Cómo consideras que se puede vivir en paz en familia si el contexto social no es el más adecuado?

ACTIVIDAD PROPOSITIVA INTEGRADORA

Lee la siguiente noticia y después la siguiente canción para entrar en este segundo espacio de reflexión:

Hace un año, la migrante venezolana Reymar Perdomo cantaba en los abarrotados autobuses de Lima a cambio de unas monedas, luchando por llegar a fin de mes mientras construía una nueva vida en la capital de Perú. Pero su vida dio un giro inesperado cuando escribió una sentida canción de reggae sobre su partida de Venezuela que se hizo viral en internet y que ha arrancado lágrimas a cientos de integrantes de la diáspora venezolana que se ha extendido por todo el mundo. Ahora, Perdomo combina sus actuaciones en la calle con apariciones en conciertos y programas de televisión y su canción se ha convertido en el himno no oficial de los venezolanos que huyeron de la crisis en su país.

"Esta canción me eriza", dijo Junior Barrios, un migrante venezolano que recientemente escuchó a Perdomo interpretar "Me fui" en una concurrida plaza en Lima. "Tener que salir de tu país por culpa de un gobierno que no supo hacer las cosas es difícil". En "Me fui" Perdomo relata cómo se marchó de Venezuela con la "cabeza llena de dudas", presionada por su madre, quien insistía en que no había otra forma de que hiciese algo con su vida. La canción, que la artista de 30 años toca con un ukelele luego de que su guitarra se rompió mientras se bajaba de un autobús, habla de su difícil viaje por cuatro países hasta llegar a Perú, un trayecto en el que le robaron su equipaje y que hizo "hablando poco y llorando bajito". "Tenía muchos sentimientos encontrados de dolor por haber dejado Venezuela. Y necesitaba drenarlos para poder avanzar", señaló Perdomo en una entrevista tras tocar en las calles del adinerado distrito de Miraflores en Lima.

Pese a haberse convertido en un símbolo del éxodo venezolano, sigue teniendo problemas para salir adelante. Su madre, su hermano, su cuñada y su sobrino de un año están con ella en Perú, donde comparten un pequeño apartamento de alquiler en un sector popular de Lima. Sólo el hermano de Perdomo ha encontrado un empleo estable como guardia de seguridad en un club nocturno, por lo que ella trabaja largas jornadas para ayudar a mantener a su familia. Sin embargo, su fama en las redes sociales le está abriendo nuevas puertas.

Tomado y adaptado de <https://www.chicagotribune.com/hoy/ct-hoy-alfrente-reymar-venezuela-20190122-story.html>

Ahora lee o escucha:

LETRA DE CANCIÓN: "ME FUI" REYMAR PERDOMO.

(Si quieres escuchar la canción ingresa en este enlace www.youtube.com/watch?v=Ui1YhXKBnpc)

Obligaba a mis ojos a no ver la realidad
Creando excusas para no escuchar
Yo me escudaba, no reaccionaba
Pero tarde o temprano me tenía que marchar
Y mi madre me ayudó, al vacío me lanzó
Me dijo, mi negrita es con buena intención
Yo soy tu madre y quiero verte volar alto
Y no lo harás si te tengo entre mis brazos
Y yo decía, ¿Cómo carajo se hace esto?
Dejar mi casa, mi familia, mis afectos
Dejar mi tierra y mis amigos
¿Por qué no todos se vienen conmigo?
Y yo lloré, grité y pataleé
Pero la vida me lo hizo entender
Y agarré mi guitarra y mi equipaje
Y dije, ¡Maduro coño e' tu madre!
Y me fui, me fui (Yo me fui, yo me fui)
Con mi cabeza llena de dudas, pero me fui
Y aquí estoy, creyendo en mí
Acordándome de todo aquello que un día fui
Despedirme fue duro, en ese terminal
Lloré todo lo que en un año se puede llorar
Pero me fui pa' la frontera
Espérense que ahora es que comienza mi odisea
Me robaron, una maleta se me llevaron,
Me quedé con la plata porque la tenía en la mano
Seguí pa' lante, pa' atrás no vuelvo
Si Dios me puso esto es porque yo puedo con esto
Y así seguí, haciendo escala noche y día
Crucé cuatro países en cinco días
Corriendo al trote, comiendo poquito

Hablando poco y llorando bajito
Pero llegué, como lo deben saber todos
Pues esto se regó de cualquier modo
Yo no sé si esto es ahora, no sé si esto es pa' siempre
No sé si esto es poquito, para mí fue suficiente
Me fui, me fui (Me fui, me fui)
Con mi cabeza llena de dudas, pero me fui (Con dolor,
con rabia)
Y aquí estoy, creyendo en mí (Creyendo en mí)
Acordándome de todo aquello que un día fui
No me detengo, sigo en la lucha
Pues yo sigo haciendo música y la gente me escucha
Ser inmigrante no es jodedera
Y el que diga lo contrario que lo diga desde afuera
Ahora camino por el mundo soltando lágrimas
Respirando profundo y mi bandera en la mano
¿Por qué? Si todos somos hermanos
Que somos producto latinoamericano
Y me fui, me fui
Con mi cabeza llena de dudas, pero me fui
Y aquí estoy, creyendo en mí
Acordándome de todo aquello que un día fui
Y me fui, me fui
Con mi cabeza llena de dudas, pero me fui (Pero yo, yo
me fui)
Ay y aquí estoy (Aquí estoy)
Creyendo en mí (Sin perder la fe)
Acordándome de todo, de todo lo que un día fui
Me fui (Ay me fui, ay me fui, ay me fui)
Me fui (Ay me fui, ay me fui, ay me fui)
(Me fui) Llevo tu luz y tu aroma dentro de mí
Me fui
(Me fui) Pero volveré
Acordándome de todo, de todo lo que un día fui
(Me fui) Creo en mí, creo en ti, creo en el bravo pueblo

Ahora responde:

2A) A través de un collage representa los elementos importantes de la canción y de la noticia que leíste. Registra fotográficamente el paso a paso de esta actividad.

2B) Imagina que eres una persona que debe salir de tu ciudad o país, que eres un migrante, entonces busca un maletín o morral que debes llenar con esas cosas que crees importantes, necesarias e indispensables para realizar dicha travesía. Cuando tengas el morral lleno haz tres series de veinte repeticiones (sentadillas) cargando el peso del morral (recuerda manejar buenas posturas para evitar lesiones). No olvides registrar fotográficamente el paso a paso de esta actividad.

2C) Teniendo en cuenta esta noticia y la canción, ¿cuál sería el anhelo del migrante? Con base en esto haz un cuadro comparativo de esos anhelos del migrante y de lo que anhelas tú para tu vida.

2D) En ciertos contextos lo legal a veces no es moral y lo moral a veces no es legal. Escribe dos versos que expresen este dilema ético. Puedes apoyarte en la canción que hemos leído o en otra canción donde identifiques ese problema.

2E) Escribe una reflexión de media página, con tus propias palabras, sobre qué sería lo necesario para vivir una sociedad en la que la gente no deba migrar.

CRITERIO	SUPERIOR	5 pts.	ALTO	4 pts.	BÁSICO	3 pts.	BAJO	2 pts.
Actividades Completas	Entrega completa cada una de las actividades especificadas.		Entrega, con la falta de una actividad.		Entrega, pero sin algunas actividades.		Entrega sin la mayoría de las actividades.	
Creatividad	Demuestra originalidad, y total manejo de conceptos en la realización de las actividades.		Demuestra originalidad y manejo de la mayoría de conceptos en la realización de las actividades		Demuestra originalidad y manejo de algunos conceptos en la realización de las actividades		Su entrega no evidencia originalidad alguna.	
Orden y presentación	La actividad está desarrollada con letra legible, sin enmendaduras, en orden y con la secuencia propuesta		La actividad está desarrollada con letra legible, en orden y con la secuencia propuesta.		La actividad está desarrollada con letra legible, sin enmendaduras, pero no en la secuencia propuesta		La actividad está no tiene la secuencia propuesta, además presenta enmendaduras y letra poco legible.	
Contenido	Sus respuestas son correctas, coherentes y sustentadas, utilizando un lenguaje apropiado en la misma		Sus respuestas son correctas y sustentadas, utilizando un lenguaje apropiado en la misma		Sus respuestas son correctas, y sustentadas, pero evidencia problemas de redacción y/o lenguaje inapropiado.		Sus respuestas son inadecuadas, no sustentadas, además, denotan falta de coherencia, y uso de un lenguaje inapropiado.	
Puntualidad	Entrega en la fecha estipulada.				Entrega dos días después de la fecha estipulada		Entrega tres o más días después de la fecha estipulada	

La valoración es estipulada en una sumatoria de los puntos obtenidos en cada uno de los criterios dividido por 5, (que es el número de criterios)

INDICACIONES PARA EL ENVÍO

1. Las actividades deben hacerse en tres cuadernos de 100 hojas (UNO POR NODO), al menos 1 cuadriculado.
2. Los entregables los pueden hacer manuscritos, en letra legible, o también en computador.
3. Si realizas las actividades de forma manuscrita, se deben ESCANEAR en formato PDF y enviarlas en un solo ARCHIVO por NODO.
4. El archivo debe llevar el siguiente nombre: NodosER#1_Nombres y apellidos completos
5. Envía las actividades de esta guía en un único archivo, en formato PDF, al correo: nodoser7@gmail.com
6. En el **Asunto** del correo electrónico se debe escribir el mismo nombre del archivo escaneado, por ejemplo:
NodosER#1_Rufina Echandía Granados
7. Fecha de entrega de esta guía: 08 de marzo de 2021.
8. Debes enviarlo desde un correo que tenga tu nombre y apellido, si no lo tienes de esa forma, créalo, (no se abrirán correos cuyo usuario no corresponda con nombres ajenos al estudiante)
9. Dudas e inquietudes con su Director de Grupo.