

# Módulo 1<sub>F</sub>

## *Mi territorio, el cuerpo*

### Objetivos del módulo

DO

- a. Identificar el espacio corporal como patrimonio de emociones y sentidos.
- b. Explorar patrones culturales y sociales dominantes del territorio corporal.
- c. Lograr autoconocimiento y beneplácito del cuerpo, para sí y frente a los otros.
- d. Reconocer el cuerpo como territorio de encuentro con los otros.
- e. Establecer un ambiente de confianza entre los miembros del grupo de Gestión Ciudadana.

### Sesión

### Resultados esperados, las y los jóvenes:

DR

### Productos de la sesión

DP

#### 1 ¡Qué cuerpo!

- Reconocieron prácticas sociales (lo establecido) sobre cómo se construyen preferencias y hostilidades frente al cuerpo.
- Identificaron perspectivas de género frente a la corporalidad.
- Identificaron estrategias de uso y manipulación del cuerpo en los medios de comunicación.
- Reconocieron prácticas de discriminación y violencia sobre el cuerpo.

- ☐ Encuesta de preferencias sobre el cuerpo diligenciada.
- ☐ La tabla 2 diligenciada.
- ☐ Relatoría del formador sobre el desarrollo de la sesión.

#### 2 Mi cuerpo, laboratorio de percepciones y emociones

- Tomaron conciencia sobre el papel de los sentidos en la significación y la interpretación de la realidad.
- Identificaron el papel de los sentidos en la afirmación de creencias y preferencias.
- Experimentaron con los sentidos menos privilegiados (oído, gusto, tacto, olfato).
- Reflexionaron sobre la subjetividad de la percepción y sobre la importancia de reconocer la subjetividad de los otros/otras.

- ☐ Cartografías del cuerpo.
- ☐ Relatoría del formador sobre el desarrollo de la sesión.

#### 3 Mi territorio, el cuerpo

- Reconocieron los temores y prejuicios que enfrenta la comunicación corporal en su cotidianidad.
- Ganaron mayor confianza frente a sí mismos y frente al grupo.
- Reconocieron limitantes y potenciadores de la comunicación corporal.
- Tomaron conciencia del cuerpo como instrumento de socialización y construcción de identidad.
- Pusieron en práctica técnicas de relajación y de sensibilización; se conectaron con su cuerpo.
- **Expresaron interés en asuntos problemáticos en los que quisieran profundizar.**

- ☐ Relatoría de los estudiantes sobre reacciones de sectores sociales y políticos a un decreto que prohíbe el baile.
- ☐ Cartelera de asuntos problemáticos en los que quisieran profundizar.
- ☐ Relatoría del formador sobre el desarrollo de la sesión.

## Materiales e insumos

### Sesión 1

Marcadores gruesos y delgados, pliegos de papel periódico, cinta pegante o de enmascarar.

### Sesión 2

Unas 15 vendas (las encuentra en la maleta didáctica), los materiales referentes a cada sentido preparados por los equipos de sentido. Hojas de papel tamaño carta (por lo menos una para cada participante) marcadores delgados de diferentes colores, pegante, cinta pegante o de enmascarar, pliegos de papel periódico.

### Sesión 3

Música alusiva a los cuatro elementos y otras para el círculo de cuerpos, reproductor de sonido, pliegos papel periódico, marcadores gruesos y delgados, cinta pegante o de enmascarar. Recomiende a las y los participantes que lleven ropa cómoda.



## En la maleta didáctica

- Encuesta de preferencias sobre el cuerpo (pliego).
- Tabla 2 de la Sesión 1 (pliego).
- Ejemplos de formatos de invitación y autorización para asistir a la salida de campo en la Sesión 9; los firman padres o acudientes autorizando a la o el estudiante y a un acompañante mayor de edad.
- Vendas.
- Ejemplo de figura imposible.
- Formato electrónico para sistematizar la evaluación (RF-NL, RF-OD y RF-CR).

## Palabras clave

### Derechos culturales, identidad

Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural (2001): **Artículo 5.** [...] Los derechos culturales son parte integrante de los derechos humanos, que son universales, indisociables e interdependientes. [...] Toda persona debe tener la posibilidad de expresarse, crear y difundir sus obras en la lengua que desee y en particular en su lengua materna; **toda persona tiene derecho a una educación y una formación de calidad que respeten plenamente su identidad cultural**; toda persona debe tener la posibilidad de participar en la vida cultural que elija y conformarse a las prácticas de su propia cultura, dentro de los límites que impone el respeto de los derechos humanos y de las libertades fundamentales.

Jesús Prieto de Pedro propone definir los derechos culturales como “aquellos derechos que garantizan el desarrollo libre, igualitario y fraterno de los seres humanos en esa capacidad singular que tenemos de poder simbolizar y crear sentidos de vida que podemos comunicar a otros”. Para los seres humanos,

[...] la sociabilidad se desenvuelve en el seno de un abanico de opciones desde el punto de vista de los grupos. Por un lado, están los grupos esporádicos: aquellos que se pueden formar en un partido de fútbol o en el teatro; luego están los grupos estables secundarios, representados por las asociaciones, los partidos políticos, los vecinos; y por último, se encuentran los grupos estables estructurales, legados del pasado, como la nación, el municipio o la comunidad étnica y cultural [...] Estos grupos son portadores de universos simbólicos del conjunto de sus miembros, y generan la identidad como repertorio de sentido compartido [...] En los últimos años [las constituciones de América Latina] han dado un avance extraordinario en la consagración de los derechos culturales para el desarrollo creativo. Actualmente, repre-

sentan el vivero o semillero más importante de derechos culturales que existe en el constitucionalismo mundial. Pero este es un tema que no se resalta; por el contrario, se tiende a pensar que en América Latina la situación es negativa<sup>1</sup>.

### Subjetivo

Que es propio del sujeto; del modo de pensar o sentir de uno y no del objeto mismo. Por ejemplo: a mí no me gusta la carne, esto no quiere decir que la carne tenga mal sabor sino que a mí no me gusta.

### Subjetivismo

Apropiarse de una actitud subjetiva. Por ejemplo: como a mí no me gusta la carne, no le sirvan carne a los demás.

### Subjetividad, preferencias

Por ejemplo: cuando frente al mismo hecho, los cinco testigos tienen cinco versiones diferentes.

### Cuerpo

En términos comunes, es la parte material de un ser animado o con vida. Para nuestras reflexiones el cuerpo es esto y mucho más, es el espacio social que dice algo, que se comunica, el vehículo fundamental de nuestra comunicación cotidiana.

### Símbolos

Un símbolo es aquella construcción de imagen que expresa o contiene un significado. Los símbolos condensan las concepciones, las creencias, los valores y las normas. Pertenecen al mundo de las representaciones sociales, es decir, cómo imaginamos la realidad social y cómo creamos universos de significados en torno a objetos, artefactos o incluso sonidos y olores.

### Imaginarios

Podemos definirlo como aquello que sólo existe en la imaginación de las personas, los grupos y las sociedades. Los imaginarios se expresan a través de los procesos comunicativos, sean estos entre personas, grupos o por los medios masivos de comunicación. Imaginario viene de imagen, es decir, la reproducción de algo o de alguien a partir de procesos subjetivos. En la medida en que se conoce mejor a las cosas y los sujetos, los procesos de construcción de imágenes e imaginarios se acercan más a los atributos del sujeto. Por ejemplo: afirmamos que los indios (así llamamos a los indígenas) son perezosos y “cochinos”, por eso, cuando queremos ofender a alguien le decimos “indio”, “indio cochino”. Como no conocemos las culturas indígenas por eso construimos imaginarios que no reflejan la realidad de estos pueblos. Los imaginarios también tienen su lado amable; cuando queremos construir, por ejemplo, una relación con otra persona, la imaginamos casi perfecta, esa construcción nos permite tener objetivos para cumplir ese sueño imaginado.

### Prejuicio

Es un juicio de valor (generalmente negativo) que se aplica a todos los miembros de un grupo humano (‘los franceses’, ‘las mujeres gordas’, ‘los vigilantes’, etc...) basándose en evidencia circunscrita a pocos casos o en experiencias negativas (propias o ajenas) meramente circunstanciales.

### Discriminación

Es el acto de dar un tratamiento distinto, diferenciado a las personas según criterios preestablecidos. Por definición, es el trato desigual que se da a determinadas personas o grupos humanos. En el plano de la atención de necesidades la discriminación puede ser negativa o positiva en cuanto al reconocimiento de derechos y la asignación de recursos.

La discriminación es negativa cuando las decisiones excluyen a los discriminados, colocándolos en situación de desigualdad. Por ejemplo, en las sociedades marcadas por el racismo, las disposiciones que ex-

1 PRIETO DE PEDRO, Jesús. “Derechos culturales y desarrollo humano”. Revista Pensar Iberoamérica Número 7, Organización Iberoamericana para la Educación, la Ciencia y la Cultura-OEI. En: <http://www.oei.es/pensariberoamerica/ric07a07.htm>

cluyen a determinados grupos raciales (los negros, los indígenas) del goce de ciertos derechos (utilizar el transporte público, votar, celebrar matrimonios mixtos, etc...).

La discriminación es positiva cuando las decisiones incluyen exclusivamente a personas o grupos que ya están en condiciones de desigualdad, con el propósito de corregir esa situación (la exclusión previa, la desigualdad frente a los demás). Siguiendo el ejemplo, en una sociedad que quiere corregir las desigualdades producidas en el pasado, cuando las disposiciones están dirigidas a privilegiar el acceso de poblaciones tradicionalmente discriminadas (los negros, los indígenas) a determinados servicios (uso gratuito del transporte, cupos exclusivos y garantizados para ingresar a la universidad).

La discriminación puede ser evidente como en el ejemplo planteado para la discriminación negativa, pero generalmente es mucho más sutil, de manera que fácilmente puede pasar desapercibida. De ahí la importancia de vigilar y analizar las decisiones que toman los agentes de política pública.

### Estereotipo

“Es una imagen mental muy simplificada y con pocos detalles acerca de un grupo de gente que comparte ciertas cualidades características (o estereotípicas) y habilidades. El término se usa a menudo en un sentido negativo, considerándose que los estereotipos son creencias ilógicas que sólo se pueden cambiar mediante la educación”. WIKIPEDIA FOUNDATION INC. Disponible en [en línea]  
<http://es.wikipedia.org/wiki/Estereotipo>

### Cultura (Normas superiores colombianas)

La Ley General de Cultura (o Ley 397 de 1997) desarrolla unos principios fundamentales y definiciones para la cultura, entre los que se encuentran:

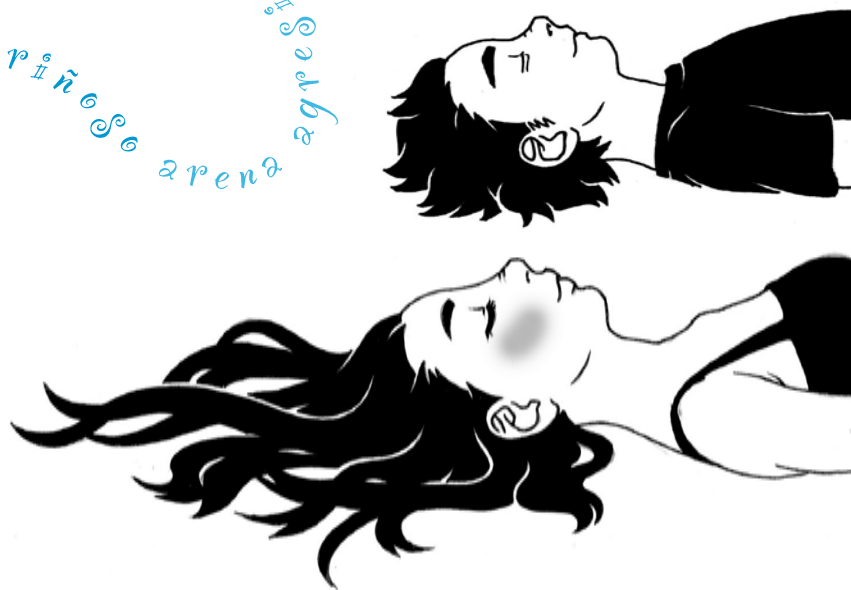
1. Cultura es el conjunto de rasgos distintivos, espirituales, materiales, intelectuales y emociona-

les que caracterizan a los grupos humanos y que comprende, más allá de las artes y las letras, modos de vida, derechos humanos, sistemas de valores, tradiciones y creencias.

2. La cultura, en sus diversas manifestaciones, es fundamento de la nacionalidad y actividad propia de la sociedad colombiana en su conjunto, como proceso generado individual y colectivamente por los colombianos. Dichas manifestaciones constituyen parte integral de la **identidad** y la cultura colombianas.
3. El Estado impulsará y estimulará los procesos, proyectos y actividades culturales en un marco de reconocimiento y respeto por la diversidad y variedad cultural de la Nación colombiana.
6. El Estado garantiza a los grupos étnicos y lingüísticos, a las comunidades negras y raizales y a los pueblos indígenas el derecho a conservar, enriquecer y difundir su identidad y patrimonio cultural, a generar el conocimiento de las mismas según sus propias tradiciones y a beneficiarse de una educación que asegure estos derechos.
8. [...] Los recursos públicos invertidos en actividades culturales tendrán, para todos los efectos legales, el carácter de gasto público social.
9. El respeto de los derechos humanos, la convivencia, la solidaridad, la interculturalidad, el pluralismo y la tolerancia son valores culturales fundamentales y base esencial de una cultura de paz.

### Medios masivos de comunicación (MMC)

Los medios masivos de comunicación son organizaciones dedicadas a circular información localmente, nacionalmente o internacionalmente. Esta información no está desprovista de valores, actitudes y acciones políticas, ya que toda comunicación responde a unos intereses, los cuales pueden ser de individuos, grupos, naciones o conjunto de naciones. Los MMC en este siglo son planetarios, electrónicos e instantáneos; hacen parte del día a día de las personas.



## Metodología general



La vida en comunidad impone patrones de comportamiento que en los espacios de socialización —hogar, colegio o barrio— y en los medios de comunicación son considerados “óptimos” en contraposición a otros considerados “deficientes”. Dado que esos patrones involucran los gustos, las ideas, el aspecto personal y hasta la opción sexual y de género de los individuos, la fuerza con la que son impuestos, especialmente sobre los más débiles, tiene la capacidad de favorecer la construcción y la plena expresión de la identidad individual o de comprometerla seriamente.

El enfoque metodológico propuesto en este módulo se apoya en la biodanza, que apela al efecto terapéutico de la música y de la conexión con otros. Al encarnar la música el danzante (por medio de la danza entendida como “un movimiento integrado pleno de sentido”) se induce una vivencia, es decir, la experiencia del estar vivo o viva “aquí y ahora”. Con esto se busca que

las y los participantes reestablezcan la conexión con su propio cuerpo de manera consciente, en tres momentos. En el primer momento ello se logra por medio de la música que evoca las fuerzas de la naturaleza (fuego, aire, tierra, agua), sintiendo la música e interpretando esas fuerzas con el cuerpo (ligero como el aire, llenando cada espacio como el agua, elevándose como lenguas de fuego, abarcando el horizonte como la tierra). El objetivo en este momento de la sesión es poner en movimiento el esqueleto, los músculos, el corazón y los pulmones como un todo, despertando la flexibilidad que la naturaleza le dio a nuestro cuerpo y desplegándola de nuevo. Dado que entre los miembros del grupo hay poca confianza aún, considere la posibilidad de hacer el ejercicio con los ojos vendados, de manera que nadie se sienta observado y, en cambio, se privilegie la mirada interna que dialoga con el cuerpo, activándolo hasta el último rincón.

En el segundo momento, después que cada uno de los participantes entró en calor, despertando los sentidos, especialmente aquellos que están subordinados en la cotidianidad: el olfato, el gusto, el tacto.

La metodología busca recuperar todas las facultades corporales, especialmente aquellas que son reprimidas por los patrones mediáticos, sociales y culturales. Se busca desplegar un genuino laboratorio de sentidos, emociones y gestos que lleve a reflexionar sobre la corporalidad y que facilite la sensibilización de las y los jóvenes sobre su cuerpo, entendido como un territorio: biológico, sí, pero también existencial, identitario, patrimonial. Por las razones ya mencionadas, es importante darle a las dinámicas en este módulo un sentido vivencial y propiciar el establecimiento de la confianza en el grupo, para que en adelante todos puedan expresar libremente sus emociones en este espacio de formación: llanto, risa o vergüenza serán tomadas a favor del crecimiento personal y grupal. Este reconocimiento, sin embargo, no debe ser forzado, en lo posible, debe fluir libremente.

Por último, la metodología busca abrir la mentalidad de los participantes sobre su potencial humano: energía disponible para la acción; conexión con la identidad sexual; capacidad de expresar, innovar y construir; crear y mantener vínculos con las otras personas por medio del amor, la amistad, el altruismo y la empatía; conectarse con la naturaleza, y sentirse parte del universo.

## Marco conceptual

El cuerpo se ha pensado desde la óptica de su funcionamiento biológico en términos de salud o enfermedad. Sin embargo, el cuerpo humano es un territorio tan amplio que tiene también la capacidad de condensar las vivencias de las construcciones sociales y culturales.

En términos de Argelia Londoño, “Es una biología humanizada, sus usos tienen un contexto histórico y simbólico”. Turner, por otra parte, establece que el cuerpo es una amplia superficie en la que se exhiben públicamente marcas sociales, pero también es el espacio a través del cual se experimenta el mundo y los individuos se expresan como “seres en acción”, es el reflejo de la personalidad y de la identidad.

Bajo estas concepciones, el cuerpo emerge como uno de los territorios en los que la experiencia, la garantía o la vulneración de los derechos se da de manera más cotidiana. “El cuerpo se convierte en expresión de las situaciones psicosociales que se padecen o se disfrutan” y, como territorio de significados, expresa cómo los individuos asumen las relaciones de poder. En ese sentido, es un territorio vivo que representa además un vehículo de afectividad y emocionalidad. Así, el cuerpo pareciera inscribir las tres dimensiones humanas integrándolas, pero también reproduciendo comportamientos de **desigualdad** o de **equidad** que se viven de manera personal y colectiva.

El cuerpo, sin embargo, se asume también en relación con la clase social, el género, el grupo etario y la cultura, ubicándose así en el plano de la subjetividad y la identidad, convirtiéndose en una entidad simbólica. De allí que el abordaje que se propone aquí busque explorar diversas maneras de asumir el cuerpo, comenzando por la individualidad —las visiones sobre el propio cuerpo—, para luego reconocer las especificidades de otros cuerpos y otras emocionalidades.

El Cuerpo es una de las manifestaciones más bellas de la naturaleza. Para unos es simple materia, para otros es el vehículo más refinado de todas nuestras emociones, percepciones, valores y pensamientos.

El cuerpo es el escenario donde la vida es posible. Sin el cuerpo no podríamos percibir la existencia de nosotros mismos, seríamos como el humo de un cigarrillo flotando en el aire. Lo más sublime y lo más mundano se combinan en las figuras corporales. Los bajitos, los altos, los gordos o los flacos vibramos sobre el territorio de nuestro planeta como una sinfonía musical.

Nuestro cuerpo va cambiando con el paso de los años y nos damos cuenta de las marcas que deja el tiempo con la forma en que llevamos nuestra vida. Pero, dichos cambios no deben conducir a pensar en las buenas o malas personas que hemos sido sobre nuestro cuerpo, no es un dilema moral, sino que más bien nos deben permitir acercarnos a disfrutar el éxtasis de la vida basados en las riquezas de nuestras propias vivencias.

El cuerpo es una gran metáfora de los sentidos, es como una gran flor que tiene pétalos que descubrimos paulatinamente con el paso del tiempo. Nuestro conocimiento del mundo se produce, en gran medida, por medio de nuestros sentidos (Tacto, Gusto, Olfato, Vista, Oído). Cada sentido privilegia tipos diversos de percepciones y nos permite ver el mundo de distintas formas. Todos ellos de manera integrada nos permiten recordar, vivir y soñar en escenarios futuros.

Unos dicen que el cuerpo es un territorio que habitamos como individuos y que otros habitan también para encontrar y disfrutar el placer. Otros dicen que es pura acción, que el cuerpo quieto no se puede entender sino en movimiento, desplegando todo nuestro potencial creador y aceptando las formas que adopta ese maravilloso templo plasmado en cosas tan sencillas y tan complejas a la vez: ojos, orejas, boca, uñas, pestañas, piel, pelo, dedos, etcétera.



En el cuerpo experimentamos una gama de sensaciones: la infancia, la adolescencia y la madurez, el primer placer y los restantes, el dolor por los golpes cotidianos, la brisa del mar, el sueño profundo, el hambre o la carencia, la felicidad de los momentos, la luz de las estrellas o las lluvias del año.

El cuerpo es como la corteza y la estructura de un árbol, se hace más sabio con los años y produce frutos en medio de las mayores tempestades y dificultades. Nuestras extremidades son como las raíces del árbol que se comunican con la madre tierra o con los demás seres vivos.

Aunque nuestra mente es como el capitán de un barco, de ese barco llamado cuerpo, es precisamente dicho navío el que nos permite flotar y navegar hasta las aguas más recónditas del océano de la vida.

El cuerpo no es asunto simple, entender su complejidad lo hace cada vez más interesante, tanto que nos hemos inventado las ciencias, la anatomía, el arte, la matemática o la geometría para entender todo el mundo conocido a partir de la medida de nuestro propio ser material.

Para terminar, el cuerpo no es la cárcel del alma sino la liberación de la misma.

## Sesión I

### ¡Qué cuerpo!

#### Hilo conductor

Al terminar la sesión “cero” se dejó como tarea a las y los participantes observar atentamente las secciones de farándula y deportes de los noticieros en televisión. Esa observación es el punto de partida de esta sesión.

#### Introducción [15 minutos]

El formador inicia la sesión propiciando una discusión sobre cómo las sociedades contemporáneas —así como las de otros tiempos— tienen ideas muy arraigadas sobre la capacidad del cuerpo humano para dar información sobre la persona, no sólo sobre su salud, sino, paradójicamente, también sobre su idoneidad intelectual y capacidades para desempeñarse en los campos laboral o productivo, afectivo, familiar, etc... Esas ideas arraigadas se han afianzado en el subconsciente colectivo en la forma de creencias, las cuales afloran cuando surge la necesidad de responder a la pregunta ¿puedo confiar en esa persona?

Esta sesión está dedicada a observar muy de cerca cuáles son esas ideas arraigadas en nuestro entorno, qué creencias o valores están implícitos en ellas y con qué frecuencia y despreocupación las dejamos aflorar e influir en las relaciones que establecemos con los demás.



#### Actividad 1

### Lo vi en la tele

[20 minutos]

El facilitador divide al grupo en dos: un grupo de sólo niñas (A) y un grupo de sólo niños (B), cada grupo nombra un relator o relatora para que tome apuntes

sobre la discusión que desarrollarán sus compañeros y compañeras. Separadamente, A y B reflexionan sobre las secciones del noticiero (deportes y farándula) que analizaron como tarea en la semana que pasó, respondiendo a las siguientes preguntas (10 minutos):

- ¿Qué tipos de cuerpos nos muestra la TV?
- ¿Cómo utilizan sus cuerpos los personajes en TV para lograr sus objetivos?
- Cada grupo debe escoger dos personajes, un hombre y una mujer, y analizar de qué manera y con qué fines utilizan su cuerpo para comunicarse.
- ¿Qué valores exaltan esas secciones (noticias y farándula)?

#### Reflexión [10 minutos]

Al terminar la discusión el grupo se reúne en plenaria y comparte las respectivas respuestas. El docente contrapregunta, si lo considera necesario, para asegurarse de que haya opiniones variadas.



#### Actividad 2

### Una encuesta

[20 minutos]

El grupo tabulará la Tabla 1, *Encuesta de preferencias sobre el cuerpo*, que se encuentra arriba en la página siguiente (previamente se ha pasado el formato a un pliego de papel periódico que se rotará entre los grupos). Cada niña pondrá una X en las casillas que considere acertadas y cada niño pondrá un punto grande (●); esto se hará respetando el anonimato, de manera que ninguno de los participantes quede en evidencia y tanto niñas como niños se sientan libres de expresarse con sinceridad en la cartelera. Al terminar, en plenaria, el grupo tabulará la encues-

**Tabla 1 • Encuesta de preferencias sobre el cuerpo**

| Afirmación                                      | En desacuerdo | Parcialmente en desacuerdo | Parcialmente de acuerdo | De acuerdo |
|-------------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------------------|------------|
| Me siento a gusto con mi cuerpo                 |               |                            |                         |            |
| Estar a gusto con mi cuerpo me da seguridad     |               |                            |                         |            |
| Con un buen cuerpo se llega al éxito            |               |                            |                         |            |
| Las mujeres bonitas consiguen más fácil trabajo |               |                            |                         |            |
| Yo no me casaría con un feo o una fea           |               |                            |                         |            |
| Con este cuerpo y esta pinta para qué estudiar! |               |                            |                         |            |

ta y analizará los resultados totales y por género. El docente animará una discusión sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cómo “piensan” los niños y cómo “piensan” las niñas su cuerpo?
- ¿Cómo construimos nuestros imaginarios de cuerpo?
- ¿Cuáles son los valores dominantes en nuestra sociedad frente al cuerpo?

En una cartelera, un relator nombrado por el grupo va anotando los aportes del grupo para tenerlos en cuenta en la discusión de cierre de la sesión.



### Actividad 3

## Cuerpo y discriminación

[40 minutos]

Los grupos A y B vuelven a reunirse separadamente bajo las siguientes recomendaciones:

- Buscar en su recuerdo o en las historias del colegio, el barrio o su familia casos de personas que han sido discriminadas por su cuerpo.
- El grupo escoge un caso entre varios que han propuesto sus integrantes y prepara un pequeño dramatizado.
- En plenaria, los grupos presentan su dramatizado, que no debe durar más de cinco minutos.

Al finalizar la presentación, utilizando una hoja de papel en la que previamente se ha preparado la *Tabla 2* (en la página siguiente) todos los participantes votan anónimamente (el formador tiene la hoja y uno por uno las y los participantes van anotando en la hoja su voto, poniendo una cruz en el cuadrante correspondiente). El formador les pide a las y los participantes que piensen en lo siguiente antes de votar, es decir, el voto es la respuesta a la siguiente cuestión:

- En mi comunidad, los casos de discriminación, agravios y ofensas por causa de los imaginarios sobre cuerpo son... —Muy graves, Poco graves, etc...—.

Tabla 2

|            |             |
|------------|-------------|
| Muy graves | Poco Graves |
| Graves     | No existen  |

Luego, en plenaria, en un pliego de papel periódico se copia la Tabla 2 con todas las votaciones registradas, totalizando las equis en cada cuadrante para analizar el resultado.



### Cierre de la sesión

[20 minutos]

En la plenaria, el formador propicia una discusión de cierre sobre los temas tratados en la sesión, a partir de la siguiente consideración: si el cuerpo es un territorio nuestro, personal, entonces:

- ¿Cómo podemos ‘mantenerlo en forma’ respetando sus características únicas?
- ¿Cómo nos afectan las presiones del entorno (familia, escuela, barrio, medios de comunicación) imponiéndonos patrones estéticos y valorativos?
- ¿Esas presiones afectan más a hombres o a mujeres —o por igual— y por qué?
- ¿Qué podemos hacer para protegernos de todo eso si, a veces, las presiones vienen de las personas que más queremos —familia, amigos, pareja—?
- ¿Los prejuicios sobre el cuerpo, tienen algún fundamento, debemos adoptarlos?

En el cierre debe asegurarse de que las opiniones expuestas por las y los participantes involucren las palabras clave del módulo —*imaginarios, prejuicios, discriminación, patrones dominantes, medios de comunicación*—. Recuerde que no se busca consenso sobre su significado, sino que las y los participantes las hayan apropiado de acuerdo a su edad y a sus propias experiencias, logrando articularlas en un discurso argumentado que explique sus opiniones, valores y conclusiones.

Si algo importante quedó sin discutir o mencionar, es el momento más propicio para que el formador lo exponga a manera de comentario. Antes de dar por terminada la sesión, prepare con las y los participantes una tarea que deberán traer como insumo de la siguiente.

### ¡Tarea para la siguiente sesión!

[10 minutos]

**Es muy importante preparar la siguiente sesión.** Por eso, el facilitador divide al grupo en cinco subgrupos y se reúne separadamente con cada uno de ellos para encargarles la tarea de conseguir y traer los insumos para la actividad “La cueva de los sentidos”, pidiéndoles que mantengan en estricta reserva a los demás cuál va a ser la contribución de su grupo (es importante para los resultados del ejercicio).

El tallerista le asigna a cada uno de los cinco subgrupos uno de los cinco sentidos, explicándoles qué tipo de contribuciones deben traer para la siguiente sesión, por ejemplo:

**Oído:** Música llamativa instrumental, materiales que al arrugarse o al doblarse producen ruido, un repertorio de sonidos de la naturaleza (grillos, el viento, las olas, el mar), etc...

**Olfato:** Esencias o elementos, frutos o plantas aromáticas de olor distintivo.

**Tacto:** Lijas, telas, piedras, peluches, etc...

**Gusto:** Dulces, picantes, salados, crocantes, suaves, etc...

**Vista:** Con un buscador de Internet, introduciendo las palabras “imágenes gestalt”, este grupo puede encontrar figuras de múltiple lectura como la secuencia que mostramos en la parte derecha de esta página. Se trata apenas de un ejemplo, el grupo puede hacer su propia propuesta.

## Sesión 2

*Mi cuerpo, laboratorio de percepciones y emociones*

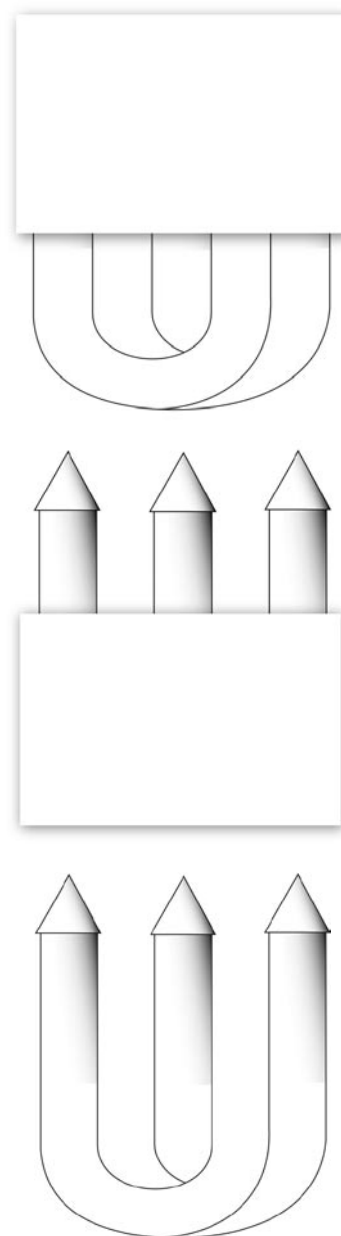
### Hilo conductor [5 minutos]

El formador hace un resumen de la discusión adelantada al cierre de la sesión anterior, centrándose en las palabras clave relacionadas con la sesión —**imaginarios, prejuicios, discriminación, patrones dominantes, medios de comunicación**— y recuerda las conclusiones y las opiniones expuestas por los participantes.

### Introducción [10 minutos]

Presente el trabajo que se va a adelantar en la sesión, esto es, una exploración acerca de las percepciones humanas, es decir, la manera como los sentidos recogen información del entorno y contribuyen a que cada individuo identifique y priorice sus preferencias. Además, señala cómo en las sociedades contemporáneas se privilegia la información que dan algunos sentidos (la vista, por ejemplo) por encima de la que otros (como el oído, por ejemplo) nos puede dar, de ahí que el primero esté comúnmente sobrevalorado y los segundos subutilizados. En cualquier caso, surge la pregunta ¿podemos confiar ciegamente en la información que nos dan los sentidos?

Por otra parte, tenemos ideas muy arraigadas acerca de cómo nos ven los demás y cómo quisiéramos vernos. La imagen que tenemos de nosotros mismos y de los demás ¿es producto de información completa y confiable o producto de nuestras percepciones?



*Esta secuencia es un ejemplo de cómo puede hacerse la exploración sensorial visual. La tercera es la imagen completa, las primeras dos muestran solamente la parte superior o la inferior. Se busca hacer un símil con nuestra tendencia a juzgar personas y situaciones sin contar con información suficiente o considerar varios puntos de vista.*



## Actividad 1

### La cueva de los sentidos

[40 minutos]

El objetivo de este ejercicio es entender que nuestras percepciones son fragmentadas —están limitadas por nuestras experiencias y puntos de vista— y, en ese sentido, son apenas fragmentos de la realidad. Así, cuando hacemos juicios de valor sobre las personas e incluso sobre el entorno, basándonos en nuestro limitado punto de vista, con frecuencia nos equivocamos. Nuestra subjetividad se asemeja a una cueva desde la que podemos percibir sólo una parte de la realidad. Por eso, para realmente “conocer” a las personas o para lograr una interpretación más completa de las situaciones que nos rodean es indispensable conocer los puntos de vista de otros, escuchar sus interpretaciones y así completar el rompecabezas que, finalmente, es la realidad. En ese sentido, este ejercicio permite reflexionar sobre el valor de la confianza en las relaciones humanas. Pero también, por supuesto, se trata de ‘redescubrir’ el papel de los sentidos en la construcción de nuestra identidad, gustos y preferencias, y cuando queremos conocer nuestros talentos y conectarnos con nuestras emociones.

Cada subgrupo de sentido, por turnos, somete los respectivos objetos, sustancias, alimentos, sonidos o imágenes, etc... al resto del grupo. Un subgrupo de sentido se queda en el salón preparando sus implementos y el resto, afuera del salón, se venda los ojos para entrar (excepto cuando se trate del experimento del subgrupo de la vista). Listos los implementos, el resto del grupo —vendados los ojos— entran al salón. Dos miembros del subgrupo asisten a los vendados y otros dos van tomando nota de lo que los vendados van diciendo (limón, miel, sal, pimienta, papel, plástico, seda, peluche, lija, etc...). **Cada grupo de sentido dispone de 7 minutos**, por lo tanto, todo debe estar muy organizado antes de empezar.

En cuanto a la prueba del sentido de la visión, las imágenes serán dispuestas en la pared o sobre una mesa para que los demás —sin vendas, por supuesto— las analicen.



## Actividad 2

### Cartografía del cuerpo

[50 minutos]

En este ejercicio las y los participantes deben sentirse libres de presiones para expresarse, es decir, el formador garantizará las condiciones para que todos puedan hacer su dibujo sin el escrutinio de los demás y, en todo caso, a menos que algún participante exprese libremente lo contrario, se mantendrá el anonimato de cada dibujo y de su autor.

El educador entrega a cada participante una hoja de papel en blanco, marcadores delgados de colores o vinilos y pinceles, y explica que a continuación deben dibujar su propio cuerpo —su personal y única manera de interpretarlo— y, por medio de convenciones —colores, símbolos, números o letras— señalar en él:

**Gustos** Lo que no me gusta y lo que me gusta de mi cuerpo.

**Emociones** La tristeza, la alegría, la ira, la serenidad, la impotencia, el poder, la desesperación, etc...

**Herencias** Qué heredé de mi madre, de mi padre o en qué me parezco a mis hermanos.

**Sentidos y afectos** Las partes que más siento, las más vivas, las que siento poco. Las que me duelen, dónde siento cosquillas, dónde me gusta ser acariciado o acariciada, etc...

Una vez localizados en el cuerpo los gustos, las emociones, las herencias y los afectos, todos entregan sus dibujos anónimamente al formador —sin marcarlos, con el dibujo hacia abajo— y salen del salón. El formador dispone los dibujos en el piso o en una pared y el grupo entra para observarlos.

El formador pregunta si alguno quiere explicar su dibujo, pero, si ninguno responde a esta solicitud, el ejercicio habrá cumplido igualmente su cometido. En la observación de los dibujos **el grupo debe tomarse entre 10 y 15 minutos**.



### Cierre de la sesión

[15 minutos]

El formador propicia una reflexión sobre lo vivido durante la sesión. Primero, sobre cómo fueron evolucionando sus percepciones en la Cueva de los sentidos:

*¿Qué diferencia hubo entre primeras y segundas impresiones?*

*¿Cuántas veces acertaron?*

*¿En cuántas ocasiones se equivocaron?*

*¿Cómo se sintieron trabajando en equipo?*

A continuación, el formador pregunta cómo se sintieron haciendo la cartografía de su cuerpo, si les resultó fácil o difícil y por qué. La intervención final del formador debe mencionar cuál es la diferencia entre ‘conocer’ y ‘reconocer’ a los demás, ‘conocernos’ y ‘reconocernos’ a nosotros mismos, aceptándolos-las como son o aceptándonos como somos, sin ceder bajo las presiones de los patrones dominantes en el entorno.

La reflexión también debe referirse a los sentidos que tienen más desarrollados y los que casi no usan o,

usándolos, no los tienen en cuenta en la cotidianidad para interpretar sus gustos, a otros o a la realidad. En cuanto al sentido del oído, por ejemplo, la reflexión debe referirse a la capacidad de escucha del grupo (las y los participantes deben preguntarse si realmente ‘escuchan’ a los demás) y a propósito de la vista, si realmente ‘ven’ a los demás, etc...

### ¡Importante!

Invite al grupo a adoptar como tarea permanente el acercamiento a los medios de comunicación (los que estén a su alcance), especialmente a los segmentos de noticias, dado que, al comenzar cada sesión, se comentará una noticia relacionada con los temas de interés que el grupo ha ido abordando.

### Sesión 3

## *Mi territorio, el cuerpo*

### Hilo conductor [10 minutos]

En la anterior sesión se exploró el tema de la subjetividad: en las relaciones humanas, en el conocimiento del entorno y en la construcción de identidad. El formador enlaza esta idea con la importancia de escuchar otras subjetividades, por ejemplo, al analizar las noticias presentadas por los medios de comunicación, ya que oír otras opiniones nos ayuda a adoptar una actitud crítica frente a la información que éstos presentan y a construir nuestra propia opinión. Pregunta a las y los participantes si quieren comentar una noticia. Si no hay propuestas, el formador propone una para discutirla. **Dedique entre 5 y 7 minutos** a la discusión y luego proceda a presentar la sesión.

### Introducción [10 minutos]

Desde tiempos inmemoriales, el hombre se ha sentido parte muy importante de la naturaleza, tanto es así

que en su cotidianidad, así como sus hábitos de vida (caza, movilización, siembra, celebraciones o descanso, entre otros), se ha acomodado a los ritmos y a los ciclos naturales.

En los años setenta, surgió una teoría sobre la vida en la tierra denominada Gaia (diosa griega de la tierra). Según esa visión, la tierra es un sistema de sistemas vivos por cuya interacción Gaia (o la naturaleza, como quiera llamársela, anota su creador, James Lovelock) se autoregula y tiende al equilibrio... La especie humana, por supuesto, hace parte de ese sistema. En esta sesión las y los participantes van a evocar y a celebrar esa relación tan antigua como estrecha que la humanidad tiene con la naturaleza, la cual también, desde los siglos de los siglos, nos ha permitido conectarnos con el deseo de trascender, de fundirnos con el todo, es decir, éso que se conoce como espiritualidad. En la pasada sesión se exploró el cuerpo desde la subjetividad, el “yo mismo”, en esta el formador va a favorecer el trabajo grupal por medio del reconocimiento del cuerpo en el marco de las relaciones sociales.



### Actividad 1

## Los cuatro elementos

[10 minutos]

Con la ayuda del profesor / profesora de danza o indagando en las preferencias del grupo, el formador ha seleccionado cuatro músicas para los cuatro elementos: agua, fuego, aire, tierra. Antes de iniciar la actividad, explíqueles a los participantes que es lo que van a hacer a continuación es un ritual de conexión con la esencia más íntima de la naturaleza, por medio de una ‘encarnación’ de los cuatro elementos.

Explique también que los danzantes deben imitar algún animal, cosa o persona relacionada con el elemento evocado por la música. Por ejemplo, “soy un pájaro en el aire y vuelo”, “soy la llama más alta de una hoguera”, “soy una pequeña ola en el mar”, etc...

A continuación, pídeles a las y los participantes que se sitúen equidistantes unos de otros (la medida son los brazos extendidos sin que se toquen las manos) y comiencen a bailar en ese espacio propio, con los ojos cerrados, concentrados en el momento de introspección y de íntima conexión con la naturaleza. Inicie con la música alusiva al agua para ‘calentar’ la respiración.

Cuando cobren un poco más de confianza y calentamiento, indíqueles que pueden abrir los ojos y abarcar con la danza todo el espacio del salón, bailar a ras de suelo, apenas agachados o empinados, como se sientan mejor y más conectados con los elementos... Siga con la música alusiva al aire, luego el fuego y finalmente la tierra (si puede hacer esta dinámica al aire libre, ¡mejor!). Cuando esté por terminar la música, indíqueles que deben finalizar acostados en el piso, con los ojos cerrados y en actitud de relajación.

### ¡Importante!

En la dinámica introspectiva pueden aflorar sentimientos de tristeza o estados de crisis. Si ello ocurre, la idea es llevar la imaginación hacia estados de felicidad o recuerdos placenteros. Recuerde también que es ideal que en esta sesión involucre al profesor o profesora de danza o de teatro, tanto en la preparación de las actividades como en su desarrollo.



### Actividad 2

## Supongamos que...

[40 minutos]

Las y los participantes siguen tendidos en el suelo con los ojos cerrados, usted los pone en situación:

*Supongamos que ustedes están en su cama, ya salió el sol (que apenas se está asomando), es día de colegio, ustedes oyen entre sueños las noticias de la mañana en la radio. Finalmente abren los*



*ojos y terminan de despertarse cuando oyen la siguiente noticia: el gobierno nacional emitió un decreto con efecto inmediato prohibiendo el baile en todo el territorio nacional. En adelante, toda persona que sea sorprendida bailando en público o en privado deberá ser denunciada ante las autoridades, las cuales, sin excusa, deberán privar de la libertad a los infractores por tiempo indefinido. La medida se toma por considerar que el baile en Colombia ha adoptado formas contrarias a la decencia y al decoro que lesionan gravemente la moral pública. En un primer momento ustedes piensan que se trata de un programa humorístico o que, en la somnolencia del despertar matutino, tuvieron un sueño muy raro. Pero, camino al colegio, la noticia sigue sonando en la radio, en donde el propio presidente comunica de viva voz la decisión; la gente no para de comentarla, algunos complacidos, otros indignados...*

Al terminar de exponer el supuesto, las y los participantes, organizados en tres grupos, se reparten las preguntas para contestarlas en una hoja de papel carta (cinco preguntas cada grupo), así:

*¿Cuáles serían las reacciones a la noticia de los siguientes grupos y por qué creen que reaccionarían así?*

### Grupo 1

- a) De los medios de comunicación.
- b) De los jóvenes.
- c) De las comunidades indígenas.
- d) De los afrocolombianos.
- e) Del Congreso de la República.

### Grupo 2

- f) De los padres de familia.
- g) De las iglesias.
- h) De los grupos de Derechos Humanos.
- i) De las embajadas de otros países en Colombia.
- j) De la Organización de Naciones Unidas.

### Grupo 3

- k) De músicos, cantantes y bailarines.
- l) De los comerciantes e industriales (propietarios de discotecas, disquerías, etc...).
- m) De la Corte Constitucional.
- n) Del gremio de los periodistas.
- o) De los partidos políticos.

Luego, en plenaria, se comentan y registran las respuestas en una cartelera y, a continuación, en una discusión participativa, complementan la reflexión respondiendo las siguientes preguntas:

*¿Ustedes cómo se sentirían?*

*¿Qué libertades o derechos se estarían limitando o suprimiendo con esta decisión?*

Asígneles 10 minutos para responder estas dos preguntas. Esta reflexión tiene el propósito de profundizar aún más sobre la relación que mantenemos con nuestro cuerpo, en la que se reposa además la libertad en diferentes dimensiones y de qué manera no se trata de una relación exclusiva de los jóvenes o los niños sino que se extiende a la comunidad humana en general. En segundo lugar, se quiere indagar en los saberes previos de las y los participantes sobre dere-

chos humanos y libertades, un tema que se retomará continuamente en las sesiones sucesivas. Terminada la reflexión, se pasa a la siguiente dinámica que remite al papel socializador de la corporalidad.



### Actividad 3

## Círculo de cuerpos

[15 minutos]

Organice al grupo en un círculo. Para trabajar cómodamente es oportuno quitarse los zapatos (debe ser una sugerencia, no una imposición). Una vez en el círculo, los participantes deben bailar al ritmo de la música que suena; los movimientos deben ser libres y sencillos: saltar, mover los brazos, etc...

El formador (usted o el profesor o profesora de danza que le acompaña, si lo prefiere) pasa al centro y pide a los participantes que imiten su movimiento —se busca que todos los presentes sigan sus pasos—. Luego, señalando con el índice a otro u otra participante, lo/la lanza al centro para que pauté los movimientos. Así, los participantes uno a uno, designados por la persona que ha estado bailando en el centro, van tomando ese lugar para liderar la danza (hasta que todos hayan pasado adelante por lo menos una vez). Para terminar, anímelos a que bailen como quieran, siempre y cuando bailen con los demás.



### Cierre del Módulo

[15 minutos]

El formador retoma los temas tratados en las tres sesiones anteriores:

- *Subjetividades individuales y colectivas:* prejuicios, gustos, preferencias, identidad, estereotipo, patrón dominante, medios de comunicación, erotismo, sensualidad, placer, dolor, discriminación, confianza.
- *Límites de las subjetividades:* cuerpo-territorio, libertades, derechos humanos, socialización, autoconocimiento.

- *Subjetividades y convivencia:* diversidad, tolerancia, conocimiento y reconocimiento.

Cerciórese de que las y los participantes han desarrollado opiniones sobre estos temas en relación con el cuerpo; para ello, en una cartelera, oriente con todos la identificación de situaciones problemáticas relacionadas con esos conceptos y el cuerpo en las que les gustaría profundizar más adelante (de estas 'situaciones problemáticas' en los últimos módulos se tomarán los problemas que consideren más relevantes en lo personal y en lo colectivo que serán priorizados —uno por sobre todos— para que se convierta en el eje del trabajo en el segundo año). Por ahora no tienen que ser problemas sino apenas 'situaciones problemáticas'.

Por último, pregúnteles cómo se sintieron en cuanto 'grupo' y qué creen que podrían mejorar en las siguientes sesiones.

### Preparación de salida de campo

[10 minutos]

La sesión 9 del Módulo 3 es un recorrido urbano o rural que tiene el objetivo de reconocer el territorio palmo a palmo.

Para preparar esa salida con las y los estudiantes usted debe haber leído la sesión correspondiente. Le corresponde a usted como formador, comentarlo con los demás docentes que participan en la IE en Gestión Ciudadana, escoger entre las siguientes la alternativa que consideren viable y carente de peligros evidentes en el contexto de las y los estudiantes. Las seis alternativas que proponemos son las siguientes:

1

El colegio y sus alrededores.

2

El centro administrativo de la comuna, localidad, municipio.

Un lugar de encuentro permanente para la comunidad (mercado, plaza, centro comercial, abasto, zona).

El segmento de una calle principal o tramo del camino o carretera.

Un sitio turístico, cultural o de interés  
en la vereda, la comuna, la localidad.

Un centro productivo (comercial y de servicios, industrial, agroindustrial, agrícola, piscícola o pecuario).

Lo que se va a hacer en este segmento es presentar al grupo la alternativa escogida y explicar que, entre todos (pero principalmente ellos) van a pensar en aliados (familiares, amigos, expertos conocidos, organizaciones) que puedan acompañarlos y apoyarlos en esa “expedición por el territorio” bien sea con información, insumos, tutoría o con acompañamiento en general.

Explíqueles que es **requisito indispensable** ir acompañado/acompañada por un familiar inmediato (padre o madre, hermano/hermana mayor, tío/tía, etc...) o un adulto delegado por los padres/acudientes y en todo caso llevar la autorización escrita. Pero, más importante aún es dejar en claro que **el adulto acompañante no va en calidad de ‘vigilante’ sino para desempeñar un rol activo en la expedición, y hacer parte activa de un ‘equipo’ de búsqueda de información con su pareja.** En la maleta didáctica encontrará un formato de invitación y otro formato de autorización que debe imprimir y entregar a cada

uno/una de los participantes para que vayan adelantando las gestiones con sus padres o acudientes.

La tarea, muy importante, que queda pendiente es empezar a invitar y confirmar a los aliados, y conseguir información relevante sobre la salida. En la Sesión 7 se hará una revisión de los avances en esos compromisos.

## Notas

[illegible]



## Relatoría del formador • Módulo 1

Nivel de logro de objetivos **RF-NL**

**a.** Identificar el espacio corporal como patrimonio de emociones y sentidos.

Óptimo ☐ Suficiente ☐ Aceptable ☐ Insuficiente ☐ Muy insuficiente ☐

**b.** Explorar patrones culturales y sociales dominantes del territorio corporal.

Óptimo ☐ Suficiente ☐ Aceptable ☐ Insuficiente ☐ Muy insuficiente ☐

**c.** Lograr autoconocimiento y beneplácito del cuerpo, para sí y frente a los otros.

Óptimo ☐ Suficiente ☐ Aceptable ☐ Insuficiente ☐ Muy insuficiente ☐

**d.** Reconocer el cuerpo como territorio de encuentro con los otros.

Óptimo ☐ Suficiente ☐ Aceptable ☐ Insuficiente ☐ Muy insuficiente ☐

**e.** Establecer un ambiente de confianza entre los miembros del grupo de Gestión Ciudadana.

Óptimo ☐ Suficiente ☐ Aceptable ☐ Insuficiente ☐ Muy insuficiente ☐

Observaciones sobre el desarrollo del módulo **RF-OD**

|                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| <b>Debilidades</b> | <b>Fortalezas</b>    |
| <b>Amenazas</b>    | <b>Oportunidades</b> |

## Cuadro de registro de la sesión 1

| Resultados esperados                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Competencias cognitivas | Competencias comunicativas | Competencias emocionales | Competencias integradoras |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <p><b>Módulo 1 • Sesión 1</b><br/><b>¡Qué cuerpo!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocieron prácticas sociales (lo establecido) sobre cómo se construyen preferencias y hostilidades frente al cuerpo.<br/>O S A I M I</li> <li>Identificaron perspectivas de género frente a la corporalidad.<br/>O S A I M I</li> <li>Identificaron estrategias de uso y manipulación del cuerpo en los medios de comunicación.<br/>O S A I M I</li> <li>Reconocieron prácticas de discriminación y violencia sobre el cuerpo.<br/>O S A I M I</li> </ul> |                         |                            |                          |                           |

Cuadro de registro de la sesión 2

RF-CR

| Resultados esperados                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Competencias cognitivas | Competencias comunicativas | Competencias emocionales | Competencias integradoras |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <p><b>Módulo 1 • Sesión 2</b></p> <p><b>Mi cuerpo, laboratorio de percepciones y emociones</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tomaron conciencia sobre el papel de los sentidos en la significación y la interpretación de la realidad.<br/>O S A I M I</li><li>• Identificaron el papel de los sentidos en la afirmación de creencias y preferencias.<br/>O S A I M I</li><li>• Experimentaron con los sentidos menos privilegiados (oído, gusto, tacto, olfato).<br/>O S A I M I</li><li>• Reflexionaron sobre la subjetividad de la percepción y sobre la importancia de reconocer la subjetividad de los otros/otras.<br/>O S A I M I</li></ul> |                         |                            |                          |                           |

Cuadro de registro de la sesión 3

| Resultados esperados                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Competencias cognitivas | Competencias comunicativas | Competencias emocionales | Competencias integradoras |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <p><b>Módulo 1 • Sesión 3</b></p> <p>Mi territorio, el cuerpo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocieron los temores y prejuicios que enfrenta la comunicación corporal en su cotidianidad.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> </ul> <li>• Ganaron mayor confianza frente a sí mismos y frente al grupo.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> <li>• Reconocieron limitantes y potenciadores de la comunicación corporal.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> <li>• Tomaron conciencia del cuerpo como instrumento de socialización y construcción de identidad.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> <li>• Pusieron en práctica técnicas de relajación y de sensibilización; se conectaron con su cuerpo.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> <li>• Expresaron interés en asuntos problemáticos en los que quisieran profundizar.</li> <li>○ S   A   I   M I</li> |                         |                            |                          |                           |