

## PROPÓSITO:

**GUÍA 1:** Define la corporeidad como el único medio que tenemos los seres humanos de comunicarnos con nosotros mismos y con el entorno, tomando acciones para el cuidado de la misma.

## MOTIVACIÓN:

**“Tu cuerpo es templo de la naturaleza y del espíritu divino. Consérvalo sano; respétalo; estúdialo; concédele sus derechos”**

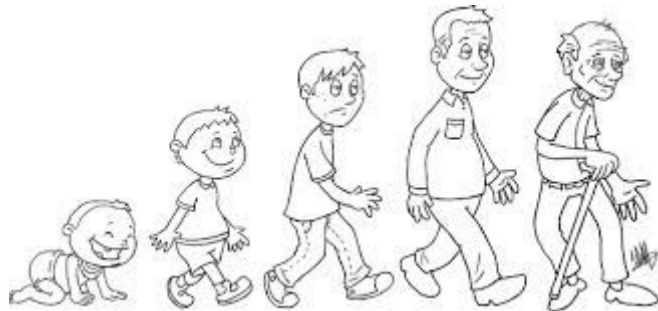
**HENRI-FRÉDÉRIC AMIEL**

## EXPLICACIÓN:

### ¿ CORPOREIDAD ?

La corporeidad se refiere a las características de aquello que tiene un cuerpo o dispone de consistencia. Se relaciona directamente con la existencia de lo corporal tomando en cuenta los aspectos físicos, motores, intelectuales, sociales y afectivos.

La corporeidad va más allá de la existencia física de un cuerpo, también involucra los sentidos a fin de poder exponer lo que se percibe a través de ellos. De esta manera los seres humanos pueden exponer información sensorial que difícilmente pueden reconocer de otra manera.



Todas las personas nacen con un cuerpo que se transforma a lo largo del tiempo, se adapta a medida que construye una conciencia sobre sí mismo y, logra exponerse al poder sentir, hacer, pensar y relacionarse con todo aquello que les rodea.

La importancia de la corporeidad radica en la posibilidad de involucrar experiencias emocionales, sociales, culturales y físicas que son únicas en cada ser y que constituyen la historia de cada persona.

Es decir, por medio de nuestro cuerpo nos definimos a nivel físico y espiritualmente, comprendiendo todo lo que nos sucede.

Nuestro cuerpo nos permite comunicarnos con nuestro ser interior (pensamientos, emociones) y con el entorno ( observar, experimentar ) con todos los sentidos, y existir gracias a todos los órganos que trabajan dentro de nosotros. Por eso es importante cuidar nuestro ser interior ( mente-Espíritu ) de pensamientos, afirmaciones y emociones, destructivas-negativas. Y también cuidar nuestro cuerpo: comer sano, ejercicio...ect.

## EJERCICIOS:

**TEN EN CUENTA:** debes ubicar siempre arriba de tu dibujo tu nombre y el nombre de la asignatura (ÉTICA Y VALORES) y el TÍTULO del tema. Debes enviar las evidencias a mi wasat interno 322349753, Docente Gloria Vargas.

Vas a realizar un tríptico ( folleto), donde expliques las etapas de desarrollo de tu vida, con fotografías tuyas hasta la edad actual, las demás las dibujas como te imaginas en esas etapas. el tríptico debe contener: NACIMIENTO -NIÑEZ: etapa de primaria- ADOLESCENCIA ( actualidad)- JUVENTUD- ADULTEZ- VEJEZ.}

En cada etapa debes escribir: un valor-habilidad que tenías y las etapas futuras las que quieres adquirir o fortalecer.

**EVALUACIÓN:**

- Escribe una lista de los cuidados que debemos tener para nuestro cuerpo, de manera general para todas las etapas de la vida

**BIBLIOGRAFÍA:**

Pedraza Z. En cuerpo y alma: Visiones del progreso y la felicidad. Bogotá: CORCAS; 1999. 5.