

CATEGORÍAS DE EJERCICIOS **CERRAR Y TRASCENDER**

CUADERNILLO



DIA



GRÁFICO-PLÁSTICA

Son una forma de representación y comunicación mediante el uso de materiales plásticos y distintas técnicas que favorecen el proceso creador. Con estos ejercicios se transmiten sus ideas y sentimientos en forma libre y espontánea, al experimentar con colores, formas y texturas.

Tipos de ejercicios

- Dibujos, títeres, modelar plastilina, murales colectivos, collages, diagramas, mapas mentales, plantillas para asociar, etcétera.

Ejemplos

1. Modelarse en plastilina, darse un tiempo para plasmar la sensación o emoción que identificaron en el lugar de contemplación en el que estuvieron.
2. Realizar un autorretrato donde expresen en su rostro su emoción/sensación.



EXPRESIÓN CORPORAL

Se trata de ejercicios que posibilitan la manifestación y exteriorización de emociones, sensaciones, sentimientos, ideas y conceptos, al utilizar el cuerpo como una vía de expresión.

El objetivo es reconocer al cuerpo como una extensión activa de nuestro pensamiento y vivencias que nos permite comunicarnos con gestos, posturas y movimientos.

Tipos de ejercicios

- Representaciones, movimientos libres, etcétera.

Ejemplos

1. Representar con el cuerpo las emociones.
2. Realizar una dramatización en la que los personajes representen un momento determinado de la historia.



EXPRESIÓN ORAL

Favorece el desarrollo del lenguaje, ya que se vuelve cada vez más claro, estructurado y amplio. Además, con estos ejercicios, se favorece la escucha, la confianza y la ampliación de vocabulario, entre otras habilidades.

Tipos de ejercicios

- Palabras, oraciones y narraciones.

Ejemplos

1. Crear un diálogo entre los personajes tomando en cuenta las ideas de las historias que se contaron.
2. Construir una historia colectiva.





EXPRESIÓN ESCRITA

Con estos ejercicios se enriquece de modo notable el desarrollo lingüístico y comunicativo, se amplía el vocabulario, se estructuran con mayor claridad las ideas y se aprende a expresar de distintas formas: poesía, descripciones, frases e historias que se enriquecen cada día.

Tipos de ejercicios

- Vocabulario y oraciones.
- Textos descriptivos, narrativos, poéticos, autoconocimiento, etcétera.

Ejemplos

1. Escribir una carta a un ser querido compartiendo sus sentimientos/emociones y enviarla.
2. Elegir alguna de las historias que se construyeron en la sesión y completarla.

