

1º Taller Integrador Institucional con Alumnos de 1er Año de Nivel Medio

El propósito de este Taller es generar un ámbito de integración a través del juego atendiendo al funcionamiento de nuestro *cuerpo y los centros de respuesta*. ¿Qué son los centros de respuesta? Son el equipamiento con el que contamos desde que venimos al mundo. Estos son: el centro intelectual, emotivo, vegetativo, el motriz y el sexual (contemplado desde lo integral y no solo desde lo reproductivo). A partir de esta dinámica alentaremos, por un lado, la auto-observación, atendiendo a los registros de tensión corporal, el intercambio grupal y la reciprocidad con el otro. Por otra parte, dispondremos de este ámbito para tomar contacto con la experiencia interna, con nuestro mundo interno, con eso que sentimos muy dentro de nosotros y que pocas veces le damos importancia.

- **Prácticas Psicofísicas desde el Centro Motriz**

Actividades

Ronda de Presentación: digo mi nombre en voz alta y menciono algo que me guste hacer.

Primer contacto, **Palma con Palma:** digo el nombre de un compañero hacia el que me dirijo corriendo, llego a su encuentro, damos un salto tratando de coincidir el contacto palma con palma.

Nudo a ciegas (con variantes): permanecemos en ronda, con los ojos cerrados y los brazos hacia adelante, avanzamos hacia el centro buscando contacto con ambas manos. Quedamos todos unidos. Abrimos los ojos y nos convertimos en una gran red de energía. Para que comience a circular, una persona debe comenzar el circuito presionando una mano y debe continuar con el resto de los participantes hasta llegar al último para finalizar el recorrido. Tratamos de desenredarnos sin romper el circuito.

Escondida al Revés: uno los integrantes va a esconderse, mientras el resto cuenta en voz alta, finalizan de contar y salen a buscar a quien se escondió. Una vez que lo encuentran, quienes lo descubren deben quedarse con ese integrante y así sucesivamente hasta que tod@s quedan escondidos en el mismo lugar.

1.2.3.4.5 Partes del Cuerpo: Toda la gente caminando y el instructor dice en voz alta un número y una parte del cuerpo. Los partícipes rápidamente se reúnen en grupos de acuerdo al número planteado. Uniéndose por la parte del cuerpo que el

instructor dijo, Ejemplo: Instructor: !!5. rodillas!! Partícipes: Se reúnen cinco unidos por las rodillas... todos vuelven a caminar... Instructor: !!3, narices!! Partícipes: Se reúnen tres unidos por las narices... Este juego es dinámico va una instrucción detrás de la otra, sin detenerse. Cuando alguno no logra incluirse en los grupos. va saliendo del juego... hasta que queden 1 o 2.

- **Práctica Psicofísica en torno al Centro Intelectual (trabajo atencional)**

Cruzado- Derecho: El objetivo del juego consiste en que los participantes que están sentados en ronda descubran la clave el coordinador cruzadas y tomando en sus manos dos objetos alargados, inicia la ronda pasándoselo al participante que está a su lado, diciendo: “los recibí cruzados, y te los paso derecho,,,”, al decir los paso derecho, el coordinador descruza sus piernas. Se completa la ronda, donde los partícipes continúan pasando los objetos y diciendo la frase clase, hasta que el conjunto la descubra. (La clave es como quedan las piernas al recibir el objeto y al entregar el objeto sin importar la posición de los objetos, ya sean cruzados o derechos).

Relax Externo-Relax Interno (audio)

- **Práctica Psicofísica acercándonos al contacto con el Centro Emotivo**

“Las Virtudes”

Encuadre

En general a las personas les resulta más fácil reconocer sus defectos que sus virtudes. Eso es porque desde muy pequeños hemos estado acostumbrados a recibir críticas de los padres, amigos o profesores y muy pocas veces a recibir el reconocimiento de aquello que hacemos bien o de nuestras cualidades positivas. Se resalta siempre lo negativo como lo más importante, basta ver la TV para observar que mucho de sus programas están hechos bajo una óptica negativa (noticieros, programas cómicos con burlas degradadoras, etc.) Por otro lado, nuestra propia educación se basa en un criterio correctivo, siempre se destaca lo que hacemos mal y lo que debemos corregir. Hoy se ha agudizado aún más esa situación con la implantación de un modelo económico para el cual los seres humanos somos descartables, valemos en tanto tengamos dinero y seamos consumidores, así muchos nos sentimos más pequeños, insignificantes e impotentes. Naturalmente esta situación genera

mucho sufrimiento y violencia en las relaciones. Por tanto, debemos rebelarnos a esta autoimagen que nos imponen pues no somos una cosa sin sentimientos, somos seres humanos.

Actividades

Trabajo en Grupos de 4 o 5 personas:

- 1- Reconozco las Virtudes propias y las de mis compañer@s de grupo
- 2- Intercambio por grupos
- 3- Reconozco Virtudes en tres personas muy queridas y las escribo para regalar.
- 4- Imprimimos las manos en un lienzo y colocamos debajo una Virtud
- 5- Intercambio general: comentamos y expresamos lo que sentimos al realizar el trabajo
- 6- Regalo y oficio de agradecimiento
- 7-Foto Grupal

PLAN DE TRABAJO

10:15 hs. Llegada al Parque - Desayuno

10:45 hs. Encuadre

Ronda de Presentación (sombrero)

Nombre

Lo que le gusta hacer

Palma con palma

Nudo a ciegas (no salió)

Danza de la Serpiente

Juegos: Escondida al revés

Cartero

Partes del Cuerpo

Laa tengo

Cruzado/Derecho

Fosforito

12:15 hs. Relax: externo e interno

12:30 hs. Virtudes

Intercambio general

Regalo (tarjetita)

13:50 hs. Oficio

Foto grupal