



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO LOYOLA
PARA LA CIENCIA Y LA INNOVACIÓN**

Creada por Resolución N° 00003 de Enero 5 de 2010.

DANE: 105001025984 NIT: 900339251-3

Núcleo 920

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación

CONVENIO



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación



“Humanismo e investigación para la vida”

GRADO: undécimo

AREA: Educación religiosa

DOCENTE: Susana Yepes

Orientaciones

¡Hola!

Espero que te encuentres muy bien. Cuidándote mucho y tratando de estar tranquilo/a en medio de la actual contingencia. Recuerda que la tranquilidad también ayuda muchísimo a tu cuerpo a conservar la salud.

En este documento, encontrarás algunas actividades de reflexión y de comprensión lectora que nos ayudarán a concluir este periodo. Igualmente, encontrarás links de algunos ejercicios de respiración y meditación que puedes realizar desde tu casa. Es una actividad que no solo tiene efectos positivos en el aprendizaje sino en la salud pues, como ya hemos conversado, ayuda en el fortalecimiento del sistema inmunológico.

Recuerda que los ejes del periodo son las inteligencias emocional y espiritual.

La idea, es que podamos articular estos ejes con la situación actual, y tu estancia en casa.

Para iniciar debes visitar ingresar a EDMODO, la plataforma que usaremos para comunicarnos de manera más directa:

- Visita edmodo.com desde tu teléfono o PC.
- Haz clic o pulsa 'Empezar como Estudiante'. Sigue las instrucciones en tu pantalla.
- Usa tu código de clase: 8f9ijz

En EDMODO encontrarás una parte donde podrás enviarme mensajes y adjuntar tus trabajos. **La idea es que envíes todo por esa plataforma.** Solo si tienes problemas con el envío puedes escribirme al correo institucional: susana.yepes@icolegioloyola.edu.co.

Cuando sea una actividad con tu equipo, deben enviar sus trabajos desde un solo correo electrónico y poner en el ASUNTO el nombre de la actividad *con el grado y número del grupo* (11.1, 11.2)

A cada trabajo que envíen, deben ponerle una portada con la identificación completa de los integrantes del equipo.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO LOYOLA
PARA LA CIENCIA Y LA INNOVACIÓN**

Creada por Resolución N° 00003 de Enero 5 de 2010.
DANE: 105001025984 NIT: 900339251-3
Núcleo 920

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación



“Humanismo e investigación para la vida”

Si por algún motivo se te dificulta realizar alguna actividad con tu equipo de trabajo, puedes enviarla de manera individual, explicando la razón para hacerlo solo.

Los momentos de encuentro virtual. Serán previamente agendados y convocados.

A continuación se encuentran detalladas las semanas con las actividades propuestas y su fecha de entrega.

SEMANA	ACTIVIDAD	Lugar
del 20 al 24 de abril	<p>Inducción para el uso de las herramientas digitales que se emplearán en el área: Webnode y EDMODO.</p> <p>Recepción de las narrativas escritas sobre la persona que elegiste por su inteligencia espiritual. Recuerda que debías indagar sobre su vida y argumentar las razones por las que consideras es una persona que destaca en esta inteligencia.</p> <p>Este era un compromiso en la semana antes de salir a la cuarentena. Si no lo entregaste, debes enviarlo en esta semana.</p> <p>Realización de meditación guiada.</p> <p>Cada uno, desde su casa buscará el momento, el lugar y la posición que considere conveniente para realizar el ejercicio de meditación. La idea es que volvamos sobre el ejercicio de respiración.</p> <p>El enlace es: https://www.youtube.com/watch?v=rFLXCWOjb_Y</p>	<p>La citación se realizará por EDMODO.</p> <p>Fecha última de entrega: 27 DE ABRIL</p> <p>Recuerden enviarlo por EDMODO, en formato digital (Word) o fotografías si lo realizaste en físico.</p>
Del 27 de abril al 1 de mayo	<p>Realización de ejercicios de mindfulness guiado para controlar la ansiedad, los miedos y la angustia.</p> <p>Visita el enlace de la meditación guiada y disponte para realizar el ejercicio.</p> <p>Puedes estar sentado con la espalda recta, acostado e incluso parado en una ventana viendo a un punto fijo, un árbol, el cielo, una planta. Lo importante es concentrarse en la respiración y en las indicaciones del audio.</p>	<p>Meditación guiada: https://www.youtube.com/watch?v=fTbM-PySQ_E</p> <p>Explicación y ejercicios prácticos: Control de estrés y de medios</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=d5h3B3QTu00</p>



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO LOYOLA
PARA LA CIENCIA Y LA INNOVACIÓN**

Creada por Resolución N° 00003 de Enero 5 de 2010.

DANE: 105001025984 NIT: 900339251-3

Núcleo 920

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación

CONVENIO



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación



“Humanismo e investigación para la vida”

	<p>Elige el momento que consideres más adecuado. Te recomiendo que sea en la mañana.</p> <p>Estos ejercicios, si deseas, puedes realizarlos varias veces en la semana. 10 minutos, es lo recomendado para iniciar.</p> <p>Recuerda elaborar tu reflexión en la bitácora. Es importante que escribas las sensaciones que tienes en el ejercicio, y <i>si deseas</i>, las emociones que has tenido en las últimas semanas con la cuarentena. También puedes acompañar la reflexión con dibujos o imágenes.</p> <p>Este es un ejercicio personal Recuerda realizar la reflexión del ejercicio. Algunas preguntas guía para tu escrito pueden ser:</p> <ol style="list-style-type: none">¿Logro concentrarme al realizar los ejercicios de la meditación?¿Qué pasa con mi cuerpo? ¿me duermo, se me entumece alguna parte?¿La meditación me ha ayudado a reconocer mis propias emociones? ¿cuáles?¿siento que los ejercicios de meditación me ayudan a estar tranquilo y en armonía?¿Qué puedes hacer para mejorar tu ejercicio de meditación? <p>Puedes enviarme fotografías o en documento de word.</p>	<p>Control de la angustia</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=wg6to9FnBKw</p> <p>FECHA: 4 MAYO</p>
<p>Del 4 al 15 de mayo.</p> <p>(Trabajo para las dos semanas)</p>	<p>Ejercicio de meditación de las semanas: https://www.youtube.com/watch?v=p3dRj0NZtgo</p> <p>Trabajo en equipo a partir del capítulo 2 “<i>Los problemas actuales de la humanidad y la necesidad de una espiritualidad práctica</i>”.</p> <p>El libro completo “Inteligencia espiritual para líderes” de Ricardo Perret, se encuentra en el enlace que se indica y que será publicado en EDMODO.</p> <p>Cada estudiante realizará previamente la lectura y</p>	<p>Enlace para descargar el libro completo: http://www.ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual</p> <p>Entrega final: 15 de mayo</p>



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO LOYOLA
PARA LA CIENCIA Y LA INNOVACIÓN**

Creada por Resolución N° 00003 de Enero 5 de 2010.

DANE: 105001025984 NIT: 900339251-3

Núcleo 920

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación

CONVENIO



“Humanismo e investigación para la vida”

	acordará con su equipo colaborativo una hora de encuentro para conversar y realizar la actividad # 1 que anexo en este documento. La docente estará conectada para asesorar el ejercicio en las horas de clase correspondientes al horario. Sin embargo, pueden escribir mensajes con las dudas por el interno en otros momentos de la jornada.	
Del 4 al 15 de mayo	Realiza el ejercicio de meditación que se publicará en EDMODO. Terminar de realizar la actividad # 1	
Del 18 al 22 de mayo	Los estudiantes en sus equipos, deben realizar la autoevaluación y la coevaluación a partir de la rúbrica del periodo. Elaborar y enviar la respuesta por equipo a la pregunta problematizadora del periodo. Ver orientación de la actividad # 2 anexa en este documento	Enviar la rúbrica con la respuesta a la pregunta Hasta el 21 de mayo.

ACTIVIDAD # 1

Realizar la lectura del capítulo II: “*Los problemas actuales de la humanidad y la necesidad de una espiritualidad práctica*”, del libro “Inteligencia espiritual para Líderes” de Ricardo Perret, y con tu equipo, elabora un informe que dé cuenta de los siguientes elementos:

1. ¿Cuál es la tesis que se desarrolla en el capítulo y cuáles sus argumentos centrales?
2. ¿Cuál es la crítica que realiza el autor?
3. ¿Qué argumentos de los propuestos por el autor, les parecen clave en el desarrollo del proyecto de vida de una persona?
4. ¿Cuáles son las características del líder con inteligencia espiritual?
5. ¿Qué retos se plantean a los líderes actuales?

ACTIVIDAD # 2

1. A partir de los textos y videos abordados durante el periodo, y de la situación que vive el mundo actualmente, el equipo debe elaborar una respuesta argumentada a las siguientes preguntas:

¿Por qué es importante el desarrollo y el fortalecimiento de la inteligencia emocional y la inteligencia espiritual en el ser humano? ¿De qué manera el trabajo con la inteligencia emocional y la inteligencia espiritual pueden contribuir con el fortalecimiento del proyecto de



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO LOYOLA
PARA LA CIENCIA Y LA INNOVACIÓN**

Creada por Resolución N° 00003 de Enero 5 de 2010.

DANE: 105001025984 NIT: 900339251-3

Núcleo 920

“Humanismo e investigación para la vida”
vida?

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación

CONVENIO



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación

