



**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: décimo

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: 6tqvjf

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* (10.1, 10.2 o 10.3)

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>Ejercicio de meditación para iniciar.</p> <p>Visita el siguiente enlace y disponte para el ejercicio, puedes estar sentado o acostado con la espalda recta: https://www.youtube.com/watch?v=rFLXCWOjb_Y</p> <p>Inducción para el uso de las herramientas digitales que se emplearán en el área: Webnode y EDMODO.</p> <p>Conversar y responder en equipo la siguiente pregunta:</p> <p><i>¿Cómo evitar que lo sucedido en Auschwitz (el exterminio del otro diferente) se repita en la actualidad? Recuerden tener en cuenta que Auschwitz, como símbolo de la maldad humana, puede repetirse en nuestros lugares cotidianos (colegio, casa, comunidad, ciudad).</i></p> <p>Pueden considerar el texto que abordaron antes de la cuarentena <i>“La lección de Auschwitz” de Jean Carle Melich</i>, así como sus propias reflexiones al respecto.</p>	<p>Citación por EDMODO</p> <p>Fecha última de entrega:</p> <p>28 DE ABRIL</p> <p>Recuerden enviarlo por EDMODO.</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 realiza el ejercicio de respiración propuesto.</p> <p>Puedes estar sentado, acostado e incluso parado en una ventana viendo a un punto fijo, observando una planta, el cielo etc. si prefieres puedes tener los ojos</p>	<p>Meditación guiada: https://www.youtube.com/watch?v=3mFVCX2wmq_w</p> <p>Explicación: Control de estrés y de miedos</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>cerrados. Elige el momento que consideres más adecuado para concentrarte. Te recomiendo al inicio del día.</p> <p>Estos ejercicios, si deseas, puedes realizarlos varias veces en la semana. 10 minutos al día, es lo recomendado.</p> <p>Recuerda elaborar tu reflexión, es importante que escribas las sensaciones que tienes en el ejercicio, y si deseas las emociones que has tenido en las últimas semanas con la cuarentena. También puedes dibujar. La idea es que expreses lo que sientes.</p> <p>Este es un ejercicio personal 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 un documento en Word.</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=d5h3B3QTu00</p> <p>Control de la angustia</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=wg6to9FnBKw</p> <p>FECHA: antes del 4 MAYO</p>
<p>Del 4 al 8 de mayo</p>	<p>Ejercicio de meditación. Puedes elegir un ejercicio en el grupo de EDMODO</p> <p>Actividad en equipos 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 “<i>Inteligencia espiritual para líderes</i>” de Ricardo Perret, se encuentra en el enlace que se indica y que será publicado en EDMODO. Cada estudiante realizará previamente la lectura y acordará con su equipo colaborativo una hora de encuentro para conversar y realizar la actividad # 1</p>	<p>ENLACE PARA DESCARGAR EL LIBRO COMPLETO: http://www.ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual</p> <p>Fecha de entrega antes del 11 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



“Humanismo e investigación para la vida”

	que anexo en este documento. La docente estará conectada para asesorar el ejercicio	
Del 11 al 15 de mayo	Meditación de la semana: https://www.youtube.com/watch?v=p3dRj0NZtgo <i>Devolución y conversación de la actividad anterior.</i> Compromiso: elaboración de rúbrica y respuesta a pregunta problematizadora del periodo para antes del 20 de mayo	Citación por el grupo de EDMODO.
Del 18 al 22 de mayo	Realización de rúbrica y 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 antes del 20 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 elabora un informe que dé cuenta de los siguientes elementos:

1. Tesis que desarrolla el capítulo y 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 abordados durante el periodo, y de la situación que vive el mundo actualmente, el equipo debe elaborar una respuesta 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 y en el momento que vivimos actualmente? ¿De qué manera el trabajo con la inteligencia emocional y la inteligencia espiritual pueden contribuir con el fortalecimiento del proyecto de vida?

2. Realizar la autoevaluación y la coevaluación a partir de la rúbrica del periodo.



**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”

Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación

CONVENIO



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación

