PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación:** TECNÓLOGO EN ANIMACIÓN 3D
- **Código del Programa de Formación:** 524109 V 101
- **Nombre del Proyecto: Difusión del perfil del egresado del programa de Animación 3D a través de la producción de cortos animados experimentales en 3D.**
- **Fase del Proyecto** **Análisis**
- **Actividad de Proyecto Informe:** Diagnosticar la propuesta a partir del listado de requerimientos
- **Competencia:**
  MODELAR LOS ELEMENTOS QUE HACEN PARTE DE LA IMAGEN DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
- **Resultados de aprendizaje alcanzar duración de la guía**

  - representar la solución a las necesidades del cliente en el story board apoyado en procesos manuales, tecnologías de la información y valoración económica para el desarrollo de la idea

- **Competencia:**
- COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
- **Resultados de aprendizaje alcanzar duración de la guía**

  - Encontrar información específica y predecible en escritos sencillos y cotidianos
  - Comprender la idea principal en avisos y mensajes breves, claros y sencillos en inglés técnico
  - Comunicarse en tareas sencillas y habituales que requieren un intercambio simple y directo de información cotidiana y técnica

- **Competencia: PROMOVER LA INTERACCIÓN IDÓNEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMÁS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL**
- **Resultados de aprendizaje alcanzar duración de la guía**

  - ❖ Interactuar en los contextos productivos y sociales en función de los principios y valores universales.

  - ❖ Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje.

  - ❖ Reconocer el rol de los participantes en el proceso formativo, el papel de los ambientes de aprendizaje y la metodología de formación, de acuerdo con la dinámica organizacional del SENA.

  - ❖ Concertar alternativas y acciones de formación para el desarrollo de las competencias del programa de formación con base en la política institucional

  - ❖ Identificar las oportunidades que el SENA ofrece en el marco de la formación profesional, de acuerdo con el contexto nacional e internacional.

  - ❖ Asumir los deberes y derechos con base en las leyes y la normativa institucional en el marco de su proyecto de vida.

  - ❖ Gestionar la información de acuerdo con los procedimientos establecidos y con las tecnologías de la información disponibles.

Duración de la guía: ___540__ Horas desde 06 /12/ 2022- hasta 10/04/2023

2. PRESENTACIÓN

Hola aprendices, bienvenidos a este gran proceso de formación.

Aprendices sean bienvenidos a incorporarse al programa de Tecnólogo en Animación 3D, a partir de este momento iniciarán una nueva etapa en su vida donde podrán adquirir conocimientos, adquirir habilidades y desarrollar competencias. En el proceso que emprenderán, promoverán la formación de ciudadanos libres, críticos y emprendedores. Te invito a desarrollar una guía de análisis donde aprenderás sobre conceptos generales de diseño utilizando conceptos, colores, formas, texturas, así como conocimientos de literatura creativa para la ideación, investigación previa para productos audiovisuales, todo apoyado lateralmente en la producción de alta calidad. Campos de entrenamiento donde se puede lograr el objetivo cuando se anima

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividades de Reflexión Inicial

3.1.1. LA CREATIVIDAD

La creatividad es la capacidad de crear, de producir cosas nuevas y valiosas, es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolver problemas en una forma original. La actividad creativa debe ser intencionada y apuntar a un objetivo.

La creatividad es el principio básico para el mejoramiento de la inteligencia personal y del progreso de la sociedad y es también, una de las estrategias fundamentales de la evolución natural. Creatividad es la producción de una idea, un concepto, una creación o un descubrimiento que es nuevo, original, útil y que satisface tanto a su creador como a otros durante algún periodo.

Aprendices, los invitamos participar del conversatorio sobre creatividad y a desarrollar el taller suministrado por su instructor

Ambiente requerido: taller # 11.

Materiales y/ o recursos: computadores, video beam

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje.

Teniendo en cuenta que, para el inicio del proceso de formación en la tecnología para Animación 3D es fundamental que cada aprendiz identifique el perfil, características y el rol del animador 3D a nivel local, nacional e internacional, sus campos de acción y cuál es la dinámica en el que se desenvuelve cada uno de ellos; escoja un compañero y haciendo uso de internet e investigue

cuales son los diferentes campos en los que se aplica esta técnica, seleccione imágenes, videos y enlaces cómo recursos que le ayuden a soportar su investigación. Luego junto a sus compañeros alimente una plataforma colaborativa creada por el instructor de tal manera que entre todos amplíen los conceptos que han consultado. Finalmente usted participará en un espacio de discusión donde se hablará de la información obtenida

Formar grupos de dos aprendices y realizar lo siguiente:

- Identificar el rol de un animador 3D.
- Reconocer las características que debe poseer el animador 3D.
- Identificar el perfil de un animador 3D.

Ambiente requerido: taller # 11.
Materiales y/ o recursos: computadores, video beam.

2.1. PRINCIPIOS DE ANIMACIÓN Y LAS DIFERENTES TÉCNICAS

Entre las técnicas más destacadas se encuentran: Animación en volumen o stop motion, Animación con recortes o cut-out, Plastimación o claymation, Pixilación, Go motion, Rotoscopia y Animación por computadora, estas permiten al espectador disfrutar de una forma diferente los contenidos audiovisuales, las anteriores están regidas por los 12 principios de la animación los cuales son:

1.Estirar y encoger

2.Anticipación

3.Puesta en escena

4.Acción directa y pose a pose

5.Acción continuada y superposición

6.Entradas lentas y salidas lentas

7.Arcos

8.Acción secundaria

9.Ritmo

10.Exageración

11.Dibujos sólidos

12.Personalidad o apariencia

Aprendices después de la socialización de estos conceptos por parte de su instructor, en equipos de 3 aprendices según la técnica de animación asignada represente 3 de los principios de animación.

Ambiente requerido: Ambiente# 11 y espacios del centro de formación.
Materiales y/ o recursos: Celulares, assets, luces, Software de edición de video
Producto a entregar: Representación mímica de los principios de la animación
guiarlos a través de este proceso formativo en el cual estará desarrollando las diferentes competencias que lo ayudarán a formarse como Tecnólogo en Animación 3D. En el SENA no solo se forman aprendices en el hacer, sino que también se trabajan los diferentes ámbitos del ser, por lo que usted contará con la orientación de instructores capacitados para impartir formación en conocimientos de ética, medio ambiente, cultura física, salud y seguridad en el trabajo; todos ellos trabajando de manera articulada con los conocimientos técnicos que usted adquirirá. A través de este medio usted podrá mantenerse en contacto con sus instructores así como realizar el envío de sus evidencias para darle seguimiento a su proceso.

Materiales y/ o recursos: Celulares, assets, luces, Software de edición de video
Producto a entregar: Representación mímica de los principios de la animación

3.1.2 INVESTIGACIÓN

Antes de iniciar el desarrollo de las actividades propuestas en esta guía, es importante que reflexione en cuanto a la situación que se presenta a continuación:
¿Cuál ha sido su aporte como ciudadano colombiano en el desarrollo tecnológico, investigativo e innovador en el SENA y en el país?
Ahora, como aprendiz del SENA y como ciudadano colombiano:
¿Cuál es su compromiso frente al desarrollo tecnológico, investigativo e innovador en el SENA y en Colombia?
Argumente su respuesta y compártala al interior del grupo a través de la mesa redonda.

3.3 Actividades de apropiación del conocimiento (Conceptualización y Teorización).

Encontrar inspiración para escribir no es tarea sencilla sobre todo cuando carecemos de fuentes de inspiración que permitan explicar con palabras lo que queremos transmitir

generando un bloqueo creativo que impide que surjan ideas para contar nuestras historias. Sin embargo, para ayudar a que nuestra capacidad de crear surja de manera más fluida contamos con técnicas que permiten desarrollar ideas que dan respuesta a diferentes necesidades.

Aprendiz una vez realizada la presentación por parte de su instructor sobre el desarrollo creativo en el cual se analizará el proceso de creación del corto Luminaris de Juan Pablo Zaramella lo invitamos a realizar los talleres suministrados.

- Taller 1 de creatividad lluvia de palabras y mapas mentales
- Taller 2 Posibles historias a partir de fotografías
- Taller 3 contando historias con viñetas
- Taller 4 Composición de diálogos

Ambiente requerido: taller # 11.

Materiales y/ o recursos: pinturas, pliegos de papel, lápices, reglas, marcadores, mesas

Producto a entregar: Documento powerpoint con propuesta de historia

3.4 Introducción a la teoría del color - conceptos básicos

En una producción cinematográfica, el uso del color se estudia de una manera cuidadosa pues estos pueden transmitir ideas, emociones y sensaciones. Cada color tiene un significado. No basta con escoger un color que se vea bien hay que asegurarse que las tonalidades que se usarán transmitan el mensaje correcto al espectador. Teniendo en cuenta esto es necesario comprender la manera en que se comportan los colores, como se obtienen y cómo afectan de manera psicológica a quienes lo observan. Para desarrollar la presente evidencia, consulte el material denominado Introducción a la teoría del color,https://docs.google.com/presentation/d/1a0-QL_onY7jd1Zre3RYJq8ifFdhMo-VO/edit?usp=sharing&ouid=108163297469176752508&rtpof=true&sd=true En dicho componente encontrará conceptos, que le permitirán conocer y apropiarse de conceptos básicos del manejo del color, Posteriormente, con el fin de validar los conocimientos usted elaborará una serie de ejercicios mediante la combinación de colores primarios usando pinturas de colores sobre cartulina obteniendo tonos cálidos, fríos, grises, mediante la ayuda de su instructor construya un círculo cromático y elabore diferentes esquemas de colores que le sirvan de guía. Finalmente realice una composición abstracta o figurativa y aplique sobre ella los colores obtenidos.

Ambiente requerido: taller # 11.

Materiales y/ o recursos: pinturas, cartulinas, lápices, reglas, pinceles

Producto a entregar: Documento PDF que contenga fotografías de los ejercicios: 1 Plancha con círculo cromático en cartulina blanca en tamaño ⅛ 3 planchas con composiciones de combinaciones entre colores primarios

3.5 Cómo usar el color en una película

Uno de los objetivos del uso del color en las películas es facilitar la narrativa visual ayudando a contar una historia, entender la manera adecuada en que se pueden aplicar los colores en una producción audiovisual depende en gran medida de lo que se desea comunicar y de un buen conocimiento del significado de los colores; si bien ello puede variar dependiendo del contexto cultural o de la época, los colores poseen connotaciones que son aceptados de manera universal dado que suelen asociarse con cosas que existen en nuestro entorno especialmente en la naturaleza. Aprendiz dado lo anteriormente dicho, es importante que usted conozca la simbología de los colores y desarrolle la habilidad de aplicarla en sus videos animados. Por ello usted deberá estudiar el material titulado **Cómo usar el color en la película: más de 50 ejemplos de paletas de colores de películas** el cual encontrará en el siguiente elace: https://www.studiobinder.com/blog/how-to-use-color-in-film-50-examples-of-movie-color-palettes/ luego usted y su equipo de trabajo deberán escribir una historia la cual interpretarán y grabarán haciendo uso de sus celulares tenga en cuenta los colores de sus atuendos, escenarios y asets que apareceran en las escenas ya que la intención de los colores debe estar bien planificada. Duración del video un minuto.

Finalmente con la ayuda del instructor haga uso de un software o aplicación móvil para la edición de edición de video y aplique filtros de colores que considere le ayuden a narrar su historia.

Ambiente requerido: Ambiente# 11 y espacios del centro de formación.

Materiales y/ o recursos: Celulares, assets, luces, Software de edición de video

Producto a entregar: Film minuto en formato mp4 resolución 1920 x 1080

3.6. LENGUAJE AUDIOVISUAL

El lenguaje audiovisual esta intrínseco en cada uno de los productos que vemos cada día a lo largo del pasar las horas, Sin embargo, formulemos las siguientes preguntas
¿Cómo miramos?, en realidad qué es lo que vemos?

El lenguaje audiovisual es una sumatoria de elementos que están integrados perfectamente en un producto audiovisual, no logramos distinguir a ciencia

cierta donde inicia uno y donde termina el otro; lo que sí está claro es que logra desencadenar en el espectador una serie de emociones y sensaciones que llegan a cada individuo en particular y nosotros como realizadores audiovisuales, si tenemos la responsabilidad de reconocer y diferenciar cada uno de estos elementos, su simbiosis, sus cambios internos y el correcto manejo de los mismos cada uno por separado; para finalmente, entregar al público productos de calidad que conquisten y traspasan la frontera del olvido quedándose en la memoria de los espectadores.

Aprendices, Bienvenidos al reconocimiento del lenguaje audiovisual.

Lo primero que vamos a descubrir a través de nuestras sesiones de formación, es la capacidad analítica que tenemos como espectadores, ante los productos audiovisuales que vemos cada día; revisando cuales son esos elementos necesarios para analizar y debatir una película; el tema, los aspectos técnicos, el tratamiento de la historia y no menos importante, los sonidos; como todos estos elementos cumplen un función específica y coadyuvan a transmitir un mensaje claro generando emociones y sentimientos.

Para introducirnos al mágico mundo del audiovisual, veremos la película PINOCCIO de Guillermo del Toro (2022); después de visualizar la misma, vamos a debatir en una mesa redonda cuales de esos elementos que logramos reconocer y cada aprendiz realizará las actividades correspondientes al primer taller de lenguaje audiovisual.

En la segunda parte, daremos una mirada al lenguaje audiovisual desde la perspectiva del realizador audiovisual; aquí conoceremos más a fondo los aspectos técnicos que se deben tener en cuenta a la hora de producir un producto audiovisual, comenzando por la imagen (fotografía, planimetría, movimientos de cámara); la historia y su tratamiento (el guion Literario, técnico y gráfico); el sonido y finalmente la edición.
El reconocimiento y apropiación de estos conceptos les servirán como base para desarrollar su proyecto formativo.

Para esta parte de la actividad realizarán los talleres propuestos en Planimetría y movimientos de cámara y un taller de escritura, para familiarizarse con la escritura de guiones.

Como última parte del lenguaje audiovisual; integraremos los conceptos recibidos a través de la cristalización de sus historias, esto lo haremos por medio de un proyecto y será el insumo con el ustedes aprendices, (de acuerdo a sus equipos de trabajo), continuarán trabajando a lo largo de la formación; este proceso concluye con la realización de un producto audiovisual animado, producido por ustedes, el cual será presentado en diferentes ventanas para que llegue a un público mayor.

Así que manos a la obra, que esta carrera comenzó ya!

Ambiente requerido: Taller # 11.
Materiales y/ o recursos: Plastilinas, pinturas, cartulinas, lápices, reglas, pinceles, computadoras, cámaras fotográficas y/o dispositivos móviles
Productos a entregar: Documentos PDF conforme a las actividades planteadas.

Para la entrega de las evidencias, cada aprendiz deberá subir sus entregables y cargarlos en el drive habilitado para esta función:
https://drive.google.com/drive/u/8/folders/1atRycpcITddgE0aWMrQuKbuRIE9AMVik

3.7 Guion gráfico

El Storyboard juega un papel importante en la historia animada en la elaboración de una buena propuesta para la creación de cualquier tipo de video, ayudando a generar un buen concepto estético, organizando los tiempos de las secuencias pero además desde lo técnico contribuyen al desarrollo de una buena planificación y de un mejor flujo de trabajo. Si bien a través de los ejercicios de dibujo que se desarrollan durante la formación con los aprendices se busca fortalecer sus habilidades técnicas también se pretende que logren fortalecer sus habilidades creativas plasmando las ideas concebidas en el guión literario a un guión gráfico.

Aprendiz a partir de este momento comenzará la creación del Storyboard para su corto animado experimental para ello consulte el material denominado **Creación de un Storyboard** compartido por su instructor en el cual encontrará las pautas necesarias para su elaboración.

Ambiente requerido: Ambiente# 11 y espacios del centro de formación.

Materiales y/ o recursos: Software, papel, lápices, reglas, colores marcadores

Producto a entregar: Storyboard de la propuesta del corto animado en formato PDF.

3.8 introducción al diseño de personajes

Cada historia que se cuenta mediante las técnicas de animación son únicas así cómo también lo son los personajes que las interpretan por lo que su diseño requiere de un proceso representativo que lo dota de características propias de su personalidad. La oportuna elección de las formas geométricas así como la aplicación de colores apropiados que se escogen para diseñarlo le otorgan expresividad necesaria para hacerlo convincente ante el público espectador.
Aprendiz Una vez seleccionada las historias que se elaborarán para la producción del corto animado, daremos inicio a los principios que le permitirán aprender herramientas y habilidades que le ayudarán a elaborar un buen personaje animado Por lo que con la orientación del instructor usted deberá realizar los siguientes talleres:

Taller 1 -bases de la anatomía humana
Taller 2- Expresiones faciales
Taller 3- Aplicación del color
Taller 4- creatividad mezclando formas
Taller 5 - Uso de herramientas de ilustración digital

Ambiente requerido: Ambiente# 11 y espacios del centro de formación.

Materiales y/ o recursos: Software, papel, lápices, reglas, colores marcadores

Producto a entregar: Diseño de personaje en formato PDF.

3.9 Tabla autoevaluación valores

Resultado de aprendizaje: interactuar en los contextos productivos y sociales en función de los principios y valores universales

Diligencie la siguiente tabla con la lista de valores propuestas que son fundamentales aplicar durante la formación SENA y posteriormente en el mundo laboral:

Principio	**Breve descripción del principio**	**Estoy muy bien**	**Por mejorar**(plantear un breve compromiso)
Respeto			
Responsabilidad			

Confianza-credibilidad			
Puntualidad			
Transparencia			
Comunicación			

- Verifique el nivel de comprensión del principio relacionado.
- Auto Evalúe en qué nivel se encuentra usted frente a cada uno de los principios. Las opciones son “muy bien” y “por mejorar”; seleccione sólo una de ellas.

PRINCIPIOS Y VALORES EN ANIMACIÓN 3D	COMENTARIO
· Uso de las herramientas Tic accesibles a todos.	
· Respeto por los derechos de autor: imágenes, videos, canciones, enlaces y fotos.	
· Uso respetuoso y responsable de las redes sociales(tener cuidado con los delitos informáticos)	
· Tener cuidado con la publicidad engañosa	

· Atender las necesidades del cliente: cumplimiento, trabajo con calidad y honestidad en el cobro.	
· La confidencialidad en la información	

Comente tres principios de los mencionados que más le llamen la atención.

Finalmente, recuerde **montar la evidencia** en la plataforma Territorium o en su portafolio de evidencias.

3.9.1 ACTIVITY 1: INTRODUCING MYSELF

Dear apprentice!

Es muy grato empezar este nuevo proceso formativo con usted. Lo más importante es tener una muy buena actitud para que el aprendizaje de esta segunda lengua sea de mucho provecho y ayuda para su formación laboral.

Es muy importante conocer y saber presentarse y responder a preguntas de su vida personal y laboral. Por eso realice un perfil para que pueda dar a conocer a todos acerca de su vida. Ese perfil debe ser desarrollado en documento PowerPoint con la siguiente información:

Step 1- create a paragraph with your own information. Called “my profile”

Step 2- Create a series of yes-no questions about personal information, try to include information such as name, e-mail, telephone place of origin, marital status, occupation among others.

Step 3- Ask the questions to your partners, and answer their questions with your information

Step 4- Record a 40 seconds video introducing yourself.

Step 5- Post all the evidence in a power point document plus the link of the video (youtube)

ACTIVIDAD No. 2 DESCRIBING PEOPLE AND PLACES

Este proyecto busca la gestión administrativa y planteamiento de recursos multimediales y audiovisuales, que en su desarrollo apliquen el manual de identidad corporativa brand book SENA y permitan que el Centro de Tecnologías Agroindustriales de Cartago fortalezca las comunicaciones internas y externas, la promoción y divulgación de los servicios de la entidad y la visualización y posicionamiento del centro en su zona de influencia, promoviendo el desarrollo tecnológico de las industrias creativas en la región.

Por esto, pasaremos a describir el entorno SENA y las personas con quienes lo compartimos. Para esto vamos a seguir los siguientes pasos:

Step 1, LISTENING: watch the video and create a 10 words glossary with words you learned from the video.

Step 2, READING- GRAMMAR: Using words from the glossary above, you will write down 6 sentences describing the CTA and and 3 sentences describing the people who are part of it. Use the verb to be and the verb have-has in every sentence.

Step 3, SPEAKING: You will record a 1:00 minute video promoting SENA as an environment of technological development.

Estas actividades les permitirá tener herramientas para dar información personal y de su entorno de una forma básica en inglés

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social.

CONOCIMIENTOS DEL SABER

FUNDAMENTOS DE SEMIOLOGÍA Y ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO

CONOCIMIENTOS DE PROCESOS

- IDENTIFICA LAS TÉCNICAS DE COORDINACIÓN MOTRIZ RELACIONADAS CON SU PERFIL OCUPACIONAL.

- SELECCIONA TÉCNICAS QUE LE PERMITEN POTENCIAR SU CAPACIDAD DE REACCIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

-IDENTIFICA LAS TÉCNICAS DE COORDINACIÓN MOTRIZ RELACIONADAS CON SU PERFIL OCUPACIONAL.

- SELECCIONA TÉCNICAS QUE LE PERMITEN POTENCIAR SU CAPACIDAD DE REACCIÓN MENTAL Y MEJORAR SUS DESTREZAS MOTORAS SEGÚN LA NATURALEZA DE SU ENTORNO LABORAL

3.9.2 ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA

La anatomía nos habla de la estructura del cuerpo, de lo que está compuesto, sus diferentes sistemas como el óseo, muscular, etc., que hacen que funcionen de una forma armoniosa y adecuada para obtener una buena salud.

Por otra parte, la fisiología nos habla del estudio de cómo funcionan los diferentes sistemas.

Para poder entender nuestro cuerpo y poder tener más control del mismo desde lo físico y lo psicológico debemos comprender cómo funciona nuestro cuerpo.

En el siguiente enlace encuentra una aplicación gratuita sobre los sistemas del cuerpo humano para que le ayude a comprender un poco más el tema. Se puede descargar en cualquier dispositivo.

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.rendernet.humanmale&hl=es&gl=ES

Actividad:

Realice un cuadro sobre los sistemas que componen el cuerpo humano:

ANATOMIA Y FISIOLOGIA			
SISTEMA	**DEFINICIÓN**	**COMPOSICIÓN**	**PARA QUÉ SIRVE**

Desarrolle el cuadro en grupo de 4 personas y suba la evidencia a la plataforma territorium para luego socializar en la formación.

MIOLOGÍA Y ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO.

Dentro de la actividad física el movimiento es uno de los principales estudios para esto hay diferentes ciencias como la mitología y la biomecánica que estudian este tema. ,

que produce el movimiento en el ser humano

Estructuras que intervienen en el movimiento

cómo se componen los músculos

tipos de tejido muscular

cómo se componen los huesos

Clases de huesos

según la división del cuerpo en cabeza, tronco, extremidades superiores y extremidades inferiores.identifique los principales huesos y músculos de cada zona.

MÚSCULOS Y HUESOS		
ZONA	**HUESOS**	**MÚSCULOS**
CABEZA		
TRONCO		
EXTR. SUPERIORES		
EXTR. INFERIORES		

A continuación encuentra un juego interactivo del sistema óseo, no importa si se equivoca varias veces, el hecho de repetir el juego varias veces hasta lograrlo dejará un buen nivel de recordación

https://es.educaplay.com/juego/2981615-esqueleto_humano.html

Músculos frontales

https://cienciasnaturales.didactalia.net/recurso/musculos-del-cuerpo-vista-de-frente-primaria/eee04200-1422-4631-b087-31690bbb650b

Musculos anteriores

https://cienciasnaturales.didactalia.net/recurso/musculos-del-cuerpo-vista-de-espaldas-primaria/fc87d3e6-5200-4cca-b1be-71219de9d901

Actividad;:

Identifique los diferentes huesos y músculos según juego de ruleta que se realice en formación

https://flippity.net/rp.php?c=Gluteos,Abductores,trapecio,Pectoral%20mayor,biceps%20braquial,Triceps,Deltoides,Dorsal%20mayor,Recto%20abdominal,Cuadriceps,Gastrocnemios,M%C3%BAsculo%20tibial,Soleo,Externon,Costillas,Humero,Cubito,Radio,Tibia,Peron%C3%A9,Femur,Pelvis,&t=Musculos%20y%20huesos

MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD.

Dentro de las actividades que realizamos en nuestra vida a nivel social, familiar, educativa y en el ámbito laboral siempre estamos realizando actividades y movimientos que por la rutina o sistematización de los mismos no los discriminamos y no somos conscientes. El ser humano fué creado para moverse, para hacer, crear y dinamizar su mundo. Las habilidades psicomotrices empiezan desde que nacemos y se van alimentando a medida que crecemos, algunas veces en ese desarrollo podemos tener falencias por varias razones pero las más comunes es por falta de estímulos para desarrollar estas habilidades, que aunque en el momento no se vean tan importantes, después en la vida adulta y laboral se ven reflejados en la falta de habilidad motriz para desarrollar las tareas propias de nuestros cargos .Por tal motivo vamos a mirar qué son las habilidades motrices, su incidencia a nivel laboral y cómo podemos contribuir para mejorar o mantener estas habilidades.

Actividad:

A continuación realice la siguiente consulta

¿Qué es la motricidad ?

¿Clasificación de la motricidad?

¿Qué es psicomotricidad ?

¿Por qué es importante la psicomotricidad?

¿ Cuáles son destrezas o habilidades motoras?

Realice 10 ejercicios de motricidad fina y 10 ejercicios de motricidad gruesa en su vida cotidiana y en el trabajo. (pueden haber actividades que se repitan)

	COTIDIANO	TRABAJO
MOTRICIDAD FINA		
1		
2		
3		
4		
5		
MOTRICIDAD GRUESA		
1		
2		
3		
4		
5		

Para las diferentes actividades de oficina requerimos una gran cantidad de tiempo realizando ejercicios de digitación y observación, donde intervienen las manos y los ojos, estos dos órganos tienen una cantidad de músculos y nervios muy pequeños y complejos los cuales son necesarios para su buen funcionamiento. Por tal motivo es muy importante poder realizar actividades que puedan fortalecer estos músculos, descongestionarlos en el sentido de la carga de trabajo y tiempo de exposición a los ordenadores, ya que la fatiga de las manos y ojos pueden causar problemas físicos entre los cuales están sindrome de tunel del carpio, pérdida de enfoque visual y el cansancio visual.

Actividad:

Realice una cartilla con 10 ejercicios para fortalecimiento de las manos y 10 ejercicios para agilidad de los dedos, de los ojos.

Presentarlo en formato word, realizar el trabajo en grupos de 3 personas.

subir la evidencia a territorio CARTILLA EJERCICIOS HABILIDADES PSICOMOTRICES

Actividad:

Ejecute los ejercicios propuestos en la cartilla en una video donde se vea su rostro y la ejecución de los ejercicios

Presentar el video en formato mp4, editar el video de tal manera que se logre ver bien la ejecución de cada ejercicio, subir la evidencia a territorio en VIDEO EJERCICIOS COORDINACIÓN VISO MANUAL

3.9.2 LO QUE DEBE SABER MARCO LEGAL Y CONCEPTOS DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

En 2016 solo el 45,3% de las personas ocupadas en Colombia tenían afiliación al sistema, tasa aún muy baja que evidencia el predominio del empleo informal y elevados niveles de evasión y elusión. En el periodo 2010-2016 se presentaron unos 4,5 millones de accidentes de trabajo, de los cuales 3.937 fueron mortales. Sólo en 2016 se reportaron 701.696, o sea un promedio de 58.475 accidentes de trabajo al mes, o 365 a cada hora. En cuanto a enfermedades laborales, en 2016 se registraron 10.572 casos (881 mensuales), con un incremento de

10,3% con respecto a 2015; y se reportaron 607 muertes laborales. Y eso sin contar el enorme subregistro o la invisibilización que se presenta en ambos casos.

Por otra parte, la campaña de la OIT en el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo en el año 2017 se centró en mejorar la capacidad de los países para recopilar y utilizar datos fiables

sobre seguridad y salud en el trabajo, a fin de poder reportar los progresos en relación con algunos de los 17 objetivos de la agenda de 2030 de Naciones Unidas en Desarrollo Sostenible. La meta 8.8. Esta agenda se centra en “proteger los derechos laborales y promover un entorno de trabajo seguro y protegido para todos los trabajadores, incluidos los trabajadores migrantes, en particular las mujeres migrantes y las personas con empleos precarios”.

Teniendo en cuenta la agenda planteada por las naciones unidas en esta fase vamos a conocer y apropiarnos de cuáles son los principales derechos y deberes que se tiene en materia de SST (Seguridad Y Salud En El Trabajo), en Colombia.

“Decreto 1072 de 2015 de Colombia El pasado 26 de mayo de 2015 el Ministerio de Trabajo de Colombia liberó el Decreto 1072 de 2015. También será conocido como el Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo. El Decreto 1072 de 2015 recopila todas las normas de los diferentes reglamentos existentes para poder establecer un Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST). El gobierno tiene la intención de asegurar la eficacia económica y social del sistema legal. Además, quiere que se simplifique el sistema nacional regulatorio. El Decreto 1072 de 2015 se establece con el objetivo de lograr la mejora continua. Además, facilita la gestión de riesgos y peligros que puedan afectar a la seguridad y salud de los trabajadores. Se debe tener en cuenta la importancia de la prevención de las lesiones y las enfermedades causadas por los accidentes de trabajo”

Teniendo en cuenta lo anterior usted debe consultar los siguientes temas:

Explique el objetivo de las siguientes normas:

- Resolución 1016 De 1989 –
- Ley 100 De 1993
- -Resolución 2400 De 1979
- Iso 45001
- Resolución 2013 De 1986,
- Ley 776 De 2002, Ley 1562 De 2012
- Decreto 1443 Y Decreto 1072 Del 2015
- Resolución Número 181294 De 2008
- Resolución 18 0398 Del 7 de abril de 2004.

Responda Los Siguientes Interrogantes

- ¿Cuáles son las reglas de oro para la Instalación Eléctrica?
- ¿Qué es El Sistema De Gestión De Seguridad Y Salud En El Trabajo - Sg-Sst?
- Cuál Es El Objetivo Principal Del Sg –Sst?

- ¿Quiénes Deben De Tener Sg-Sst?
- ¿Quiénes Conforma El Sg-Sst?

- ¿Cuál es el peligro?
- ¿Qué Es Riesgo Laboral Y Cómo Se Clasifican Los Riesgos?
- ¿Qué es un accidente de trabajo?
- ¿Qué es Enfermedad Laboral?
- ¿Que Son Actos Inseguros
- ¿Cuál es la valoración del riesgo?
- ¿Que son condiciones Subestándares o Peligrosas.?
- ¿define: ARL, IPS, EPS,FP?
- ¿Qué es el RETIE?
- ¿Cuáles son las 5 reglas de oro?
- ¿Cuáles son las normas del RETIE?
- ¿Cuál es la norma NTC 2050?
- ¿¿Que son actos inseguros
- ISO 45001
- porque es obligatoria la NTC2050

Una vez realizada la consulta se conformarán grupos de 5 aprendices y deben elaborar una cartelera para socializar en el ambiente de formación y un juego lúdico de retroalimentación, una vez recibida la retroalimentación por la instructora subir las evidencias y preparase para realizar la evaluación de conocimientos.

Te puedes apoyar en la consulta en el siguiente link de la biblioteca virtual del

Temas de seguridad industrial para especialistas / Raúl Felipe Trujillo Mejía.

(Mejía.)http://biblioteca.sena.edu.co

"Si Cree Que La Prevención Es Costosa Intente La Ignorancia

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia la técnica e instrumentos de evaluación citados en la guía de Desarrollo Curricular

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Representación mímica de los principios de la animación	CONSTRUYE LA ANIMACIÓN DE LOS ELEMENTOS QUE COMPONEN LA ESCENA DEFINIDOS EN EL STORY BOARD. ELABORA EL STORY BOARD SEGÚN CONCEPTOS DEFINIDOS.	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de product
Evidencias de Producto: Documento powerpoint con propuesta de historia PDF que contenga fotografías de los ejercicios: 1 Plancha con círculo cromático en cartulina blanca en tamaño ⅛ 3 planchas con composiciones de combinaciones entre colores primarios Film minuto en formato mp4 resolución 1920 x 1080 Diseño de personaje en formato PDF. Evidencias de Desempeño:	ELABORA EL STORYBOARD SEGÚN CONCEPTOS DEFINIDOS. REALIZAR BOCETOS A MANO ALZADA	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de product

Storyboard de la propuesta del corto animado en formato PDF.		
Producto: Tabla autoevaluación valores	Establece relaciones interpersonales dentro de criterios de libertad, justicia, respeto, responsabilidad, tolerancia y solidaridad según principios y valores universales.	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de producto.
Documentos PDF conforme a las actividades planteadas	reconoce y aplica los conceptos del LENGUAJE CINEMATOGRÁFICO: LUCES, CONTRASTE, EFECTOS, TRANSICIONES. POSTPRODUCCIÓN: SOFTWARE DE EDICIÓN DIGITAL Y DE APLICACIÓN DE EFECTOS ESPECIALES EN AUDIO Y VIDEO. LENGUAJE AUDIOVISUAL Y CINEMATOGRÁFICO. APLICA LOS DIFERENTES TIPOS DE PLANOS Y MOVIMIENTOS DE CÁMARAS: Y CAMPO DE ENFOQUE.	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de producto.

Introducing myself	Escribe o presenta descripciones de sí mismo, su profesión y su entorno. Plantea y responde preguntas sobre sí mismo. Elabora resúmenes cortos sobre textos sencillos, y con contenido técnico.	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de producto
ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA MOTRICIDAD Y PSICOMOTRICIDAD ATIVIDAD DE CONSULTA cartilla con 10 ejercicios para fortalecimiento de las manos y 10 ejercicios para agilidad ejercicios propuestos en la cartilla en una video donde se vea su rostro y la ejecución de los ejercicios	identifica las técnicas de coordinación motriz relacionadas con su perfil ocupacional. - selecciona técnicas que le permiten potenciar su capacidad de reacción mental y mejorar sus destrezas motoras según la naturaleza de su entorno laboral	TÉCNICA: Valoración de Producto INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: Lista de chequeo de product

Identifica de los conceptos y normatividad De Seguridad Y Salud En El Trabajo	Diagnóstica los riesgos ergonómicos y psicosociales de su desempeño laboral según normas de salud ocupacional"	Instrumento: Cuestionario Técnica: Formulación de preguntas. Instrumento: Cuestionario

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

PRODUCTION: Etapa en la cual se realiza el proyecto: animación, iluminación, render…

SHOT:o Plano es el fragmento más pequeño de una película; el tiempo que transcurre entre 2 cortes de cámara.

POST PRODUCTION: Etapa posterior a la producción la cual incluye edición, etalonaje, efectos especiales…

PRE PRODUCTION: Etapa anterior a la producción en la cual se prepara el material: Diseño, color script, animación, storyboard.

STORYBOARD: Conjunto de ilustraciones mostradas en secuencia con el objetivo de servir de guía para entender una historia, previsualizar una animación o seguir la estructura de una película antes de realizarse o filmarse.

WORKFLOW: Las metodologías y herramientas para hacer el trabajo más ergonómico y efectivo.

CASTING: Etapa en la cual se busca toda la información necesaria para hacer lo que pide el director y la producción.

GATHERING: Etapa en la cual se hace un trabajo de imaginación y exploración para que el plano sea entretenido.

SOFTWARE: conjunto de programas, instrucciones y reglas informáticas que permiten ejecutar distintas tareas en un sistema informático.

DECÁLOGO: Conjunto de diez mandamientos que, según los judíos y los cristianos, dio Dios a Moisés en el monte Sinaí.Deriva del griego ***dekalogos***, la palabra ***deka***: que es sinónimo de diez, el sustantivo ***logos***: que puede traducirse como palabra. El decálogo no se aplica para aspectos técnicos, sino que usualmente se usa para conducta o ética.

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Cañizares Márquez , J., & Carbonero, C. (2016). Juegos y deportes tradicionales. En *Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales* (pág. 30). Sevilla: Wanceulen Editorial.

Castañer, M., & Oleguer, C. (2006). En *Manifestaciones básicas de la motricidad* (pág. 172). Lérida: Edicions de la Universitat de Lleida.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (Octubre de 2017). *Pausas Activas.* Obtenido de https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/pu1.pg6_.gth_publicacion_cartilla_pausas_activas_2018_v1.pdf

Silva Camargo , G. (2014). Diccionario básico del deporte y la educación física . Armenia : Kinesis .

https://brainly.lat/tarea/4366519, https://definicion.de/decalogo/.

Reflexión para descargar: quién soy yo. https://www.youtube.com/watch?v=xt5rY4NC2MQ

video para descargar sobre decálogo personal: http s://www.youtube.com/watch?v=KtNvp9SVgcA

Video para juego de roles https://youtu.be/GMMRw3Ryki0

- Lüdecke-Plumer, S. (2007/2). La enseñanza de valores y principios morales en los centros de formación profesional. Revista europea de Formación Profesional No. 41. (p. 116 – 128)
- Vidal-Bota, J.(s,f). Valores y principios de la dignidad humana y sus implicaciones éticas. ACEB. Recuperado de http:bioetica.cat/valores-y-principios-ladignidadhumana-y-sus-implicaciones-eticas/?lang=es

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Elkin Javier Toral Padilla** **Angelica Janeth Gómez Franco** **Harold Alexander Triana** **Mónica Burgos**	**Instructor técnico** **Instructora técnica** **Instructora técnica** **Instructora de bilingüismo** **Instructora de Ética** **Instructor de Cultura Física**	**Centro de Tecnologías Agroindustriales CTA regional Valle**	**03-02-2023**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					