PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL
GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del programa de formación**: Tecnólogo en animación digital.
- **Código del programa de formación**: 513601.
- **Nombre del proyecto**: Desarrollo de un portafolio web como estrategia de monetización para un animador digital.
- **Fase del proyecto:** Ejecución
- **Actividad de proyecto**: **AP5.** Preparar modelos digitales de acuerdo a las necesidades del proyecto.
- **Competencias:**

  Técnica:
  - **220501084.** Animar elementos de la escena según técnicas y especificaciones del proyecto.

  Claves:
  - **230101507.** Generar hábitos saludables de vida mediante la aplicación de programas de actividad física en los contextos productivos y sociales.

- **Resultados de aprendizaje a alcanzar**:

  Técnicos:
  - **220501084-01.** Alistar los personajes y elementos según las necesidades del proyecto.

  Claves:
  - **230101507-01.** Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social.
  - **230101507-02.** Practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene.
  - **230101507-03.** Ejecutar actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social.
  - **230101507-04.** Implementar un plan de ergonomía y pausas activas según las características de la función productiva.

- **Duración de la guía**: 372 horas
  - **Técnico:** 324 horas
  - **Transversal:** 48 horas

2. Presentación

Bienvenido estimado aprendiz al desarrollo de esta guía 5, en la que se involucra una serie de actividades de aprendizaje, que buscan el desarrollo de competencias y habilidades específicas importantes para el entendimiento y apropiación de este programa, donde utilizará las herramientas para crear el aspecto visual del diseño de personajes y señalar cómo se ven los personajes y su interacción. Adicionalmente, con el desarrollo de las evidencias aquí planteadas podrá crear bocetos, imágenes y dibujos, al igual que plasmar la personalidad de personajes, por medio de su apariencia, vestimenta y forma de moverse, además del ambiente general que la pieza audiovisual animada busca mostrar. Para cumplir con el objetivo de esta guía también es importante contar con otro tipo de competencias como es la generación de hábitos saludables y aplicación de programas de actividad física, indispensables para mantener una buena salud tanto física como mental en la vida laboral.

Para el desarrollo de las actividades planteadas en esta guía contará con el acompañamiento del equipo de instructores asignados al programa, que de forma continua y permanente lo orientarán con las pautas necesarias para el logro de las actividades de aprendizaje, brindando herramientas básicas de tipo conceptual y metodológico. De igual manera, los instructores programarán encuentros para brindar orientaciones específicas relacionadas con las temáticas a desarrollar en las actividades. Las fechas y los horarios para estos encuentros se indicarán oportunamente.

El desarrollo de esta guía articula competencias específicas (técnicas) y transversales que le permitirán alcanzar una formación integral; es importante recalcar que los buenos resultados dependen en gran medida de su compromiso personal, el trabajo colaborativo, la participación y motivación constante, y la organización de su tiempo, dada la exigencia que demanda la realización de las actividades mencionadas en esta guía de aprendizaje.

¡Éxitos!

3. Formulación de las actividades de aprendizaje

En este apartado se describirán las actividades de aprendizaje para cada una de las competencias planteadas en la fase de ejecución del proyecto formativo Desarrollo de una estrategia de comunicación gráfica fundamentada en las necesidades del cliente.

3.1. Actividades de aprendizaje de la competencia 220501084. Animar elementos de la escena según técnicas y especificaciones del proyecto

Los conceptos, características y técnicas son elementos necesarios para la creación del aspecto y el posterior despiece de los escenarios, personajes y *props* como fundamentos del proyecto audiovisual, construyendo con esto todo lo que contiene el denominado arte conceptual.

3.1.1. Actividad de aprendizaje GA5-220501084-AA1. Diseñar los personajes, escenarios y elementos según las necesidades del proyecto

La presente actividad de aprendizaje se encuentra asociada con las propiedades, características psicológicas, armonías y tonalidades del color, como también a tener claridad en conocer qué es el *concept art,* cuáles son las pautas para crear personajes, tener entendimiento del despiece correcto para prepararlos para *rigging* y animación, al igual que la construcción de la anatomía, proporciones del cuerpo humano, cánones, lenguajes de formas, recolección de referencias y guías visuales para la construcción de personajes *props* y escenarios.

Duración: 324 horas.

Materiales de formación a consultar: para el desarrollo de esta actividad es importante la lectura y análisis del componente formativo: **Creación de personajes y escenarios**.

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia: Documento con los bocetos del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV01**

El objetivo de esta evidencia es realizar los bocetos de diseño de cada uno de los personajes *props* y escenarios que harán parte de la producción audiovisual según el *storyboard* y el *animatic* que realizó en guías anteriores.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

1. Debe crear un documento en PDF donde se boceten personajes *props* y escenarios.
2. Realice mínimo 10 bocetos bien estructurados por cada uno de los personajes de la historia (protagonistas, antagonistas, etc.) según el *storyboard* y el *animatic* que realizó en evidencias anteriores.
3. Realice mínimo 5 bocetos por cada uno de los *props*, (objetos, accesorios) según el *storyboard* y el *animatic* con el que viene trabajando.
4. Realice mínimo 5 bocetos de cada uno de los escenarios.
5. Incluya nombres a cada uno de los personajes *props* y escenarios planteados.

Lineamientos generales para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: bocetos de personajes, *props* y escenarios.
- **Formato:** documento en PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Documento con los bocetos del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV01.**

- **Evidencia: Documento con las ilustraciones del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV02**

Para el desarrollo de esta evidencia debe trabajar con el diseño que resultó de la bocetación de los personajes *props* y escenarios realizados en la evidencia inmediatamente anterior, con el fin de complementar su construcción.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

En un documento PDF realice solo la línea de las ilustraciones, *props* y escenarios atendiendo lo siguiente:

1. Escoja los mejores bocetos de personajes *props* y escenarios, y mencione por qué los eligió.
2. Cree ilustraciones de cada uno de los personajes en pose frontal, lateral y ¾ (protagonistas, antagonistas, etc.) basándose en el boceto seleccionado.
3. Defina las ilustraciones escogidas para cada uno de los *props*, (objetos, accesorios) según el *storyboard* y el *animatic* con el que viene trabajando.
4. Realice las ilustraciones para cada uno de los escenarios y desarrolle los bocetos de los personajes.
5. Digitalice en el *software* de su preferencia, cada una de las ilustraciones de los personajes, *props* y escenarios (recuerde solo línea).
6. Incluya nombres a cada uno de los personajes *props* y escenarios.

Lineamientos generales para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: documento con ilustraciones de los personajes *props* y escenarios.
- **Formato:** documento en Word o PDF.
- **Extensión**: libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Documento con las ilustraciones del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV02.**

- **Evidencia: Aplicar paletas de color del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV03**

La finalidad de esta evidencia es lograr la ilustración de los escenarios teniendo siempre en cuenta las características técnicas que el proyecto requiera, por lo que es necesario escoger la paleta de color que resultó de la bocetación de los personajes *props* y escenarios, posteriormente aplicarla a los diseños finales y anexarlos en el documento de ilustración de personajes.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

- En un documento PDF desarrolle los siguientes elementos:

1. Defina la paleta de colores que va a utilizar en el proyecto audiovisual, incluir información en RGB para cada color.
2. Aplique color a cada una de las ilustraciones de los personajes (protagonistas, antagonistas, etc.).
3. Aplique color a cada una de las ilustraciones de los *props* (objetos, accesorios).
4. Aplique color a cada uno de los escenarios planteados.
5. En cada página evidenciar el color a utilizar para cada una de las ilustraciones.

Lineamientos generales para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: documento con ilustraciones y su paleta de color correspondiente.
- **Formato:** documento en PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio **Aplicar paletas de color del diseño de personaje, fondos y props. GA5-220501084-AA1-EV03.**

- **Evidencia: Crear una bitácora que evidencie el proceso de creación del diseño de personaje y los fondos del proyecto. GA5-220501084-AA1-EV04**

A través de una bitácora se puede exponer la evolución de un proyecto desde su inicio hasta su finalización. Por lo anterior y con la finalidad de cumplir con esta evidencia debe elaborar una bitácora basada en las evidencias realizadas anteriormente (bocetos, diseños, paleta de colores), en la cual se muestre la evolución de cada uno de los elementos del proyecto, es decir, desde el boceto, ilustración hasta la aplicación de color, señalando en párrafos el porqué de dichos colores, cómo estos colores influyen (teniendo en cuenta la psicología de color), que se busca expresar con el diseño que fue elegido (según las formas de los elementos), los detalles de la personalidad y expresiones.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

La bitácora debe desarrollarla en un documento PDF y debe contener:

1. Una página por cada uno de los personajes (protagonistas, antagonistas, etc.).
2. Una página por cada uno de los *props* (objetos, accesorios).
3. Una página por cada uno de los escenarios.

Estos tres aspectos deben incluir cada uno:

- Nombre.
- Bocetos elegidos y el porqué de esta elección.
- Ilustración.
- Aplicación de color.
- Paleta de colores.

Lineamientos generales para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: bitácora.
- **Formato:** documento en PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Crear una bitácora que evidencie el proceso de creación del diseño de personaje y los fondos del proyecto. GA5-220501084-AA1-EV04**

- **Evidencia: Elaborar el color script de las secuencias del proyecto audiovisual. GA5-220501084-AA1-EV05**

Con la finalidad de continuar con este aprendizaje y cumplir con esta evidencia debe generar un documento en el que escena por escena se señale el color *script*, estableciendo en detalle lo que se busca transmitir emocionalmente con los colores elegidos, el *look* que se quiere y su coherencia visual teniendo presente el color, la atmósfera y composición de cada secuencia.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

1. Defina las emociones que busca transmitir en cada una de las escenas del proyecto audiovisual y mencione el porqué.
2. A partir de lo anterior, defina los colores que son coherentes con esas emociones y explique por qué decidió ese color.
3. A partir del *storyboard* con el que viene trabajando con anterioridad, diseñe el color *script* de las escenas según las decisiones tomadas anteriormente.

Lineamientos generales para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: color *script* de las secuencias del proyecto audiovisual.
- **Formato:** documentos en Word o PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio **Elaborar el color script de las secuencias del proyecto audiovisual. GA5-220501084-AA1-EV05.**

- **Evidencia: Archivo fuente del despiece de los personajes. GA5-220501084-AA1-EV06**

Realizar un correcto despiece de los personajes *props,* de los escenarios y generar una correcta división según la necesidad de movimiento de cada parte; es un proceso muy importante e indispensable para posteriormente realizar el proceso de *rig* y animación de un proyecto digital. Por lo anterior, tenga en cuenta lo visto sobre estos procesos en el componente formativo, con el fin de que pueda cumplir de manera exitosa esta evidencia.

Aspectos para adelantar la evidencia de manera asertiva:

- Realice las siguientes actividades por carpetas y comprima un archivo en el que estén desarrollados los puntos que se indican a continuación:

1. A cada uno de los personajes bocetados anteriormente genere el despiece o división según los movimientos que este va a realizar.
2. A cada uno de los *props* (objetos, accesorios) genere el despiece o división según los movimientos que este va a realizar (si no hay despiece mencionar el porqué).
3. A cada uno de los escenarios planteados genere el despiece o división (si no hay despiece mencionar el porqué).

Lineamientos para la entrega de evidencia:

- **Producto a entregar**: archivo fuente con despieces indicados.
- **Formato:** documento en PDF, luego comprimirlo.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Archivo fuente del despiece de los personajes. GA5-220501084-AA1-EV06.**

3.2. Actividades de aprendizaje de la competencia 230101507. Generar hábitos saludables de vida mediante la aplicación de programas de actividad física en los contextos productivos y sociales

Fortalecer las competencias biofísicas tiene como finalidad el mejoramiento de la calidad de vida, mediante la adopción de un estilo de vida saludable y el logro de las condiciones físicas requeridas en el desempeño laboral. Este logro supone el desarrollo de la psicomotricidad propia del área de trabajo, el manejo adecuado de la postura corporal en los ámbitos de espacio-tiempo, la prevención de enfermedades profesionales y accidentes de trabajo.

3.2.1 Actividad de aprendizaje GA5-230101507-AA1. Valorar el estado general de las condiciones psicomotrices individuales para aplicar los correctivos necesarios que permitan mejorar las capacidades

Mediante la estrategia didáctica activa de aprendizaje individual podrá conocer sus actuales condiciones físicas y antropométricas, para el desarrollo de un plan de trabajo físico, que permita mejorar la salud y por ende la calidad de vida.

Para el desarrollo de las siguientes actividades es fundamental la lectura previa del componente formativo que lo orientará en la elaboración de las evidencias.

Duración: 12 horas.

Material de formación: para el desarrollo adecuado de las evidencias el aprendiz debe apropiar los contenidos del componente formativo: **Actividad física y hábitos de vida saludables**.

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia: Foro temático: identificar y establecer las técnicas de coordinación motriz. GA5-230101507-AA1-EV01**

Participe en el foro dando respuesta a los planteamientos que se exponen a continuación:

- ¿Cuáles son los músculos del cuerpo humano que posibilitan la coordinación motriz de acuerdo con su área de desempeño?
- ¿Qué papel juegan los huesos del cuerpo humano en la coordinación motriz?
- ¿Defina con sus propias palabras qué es motricidad?
- ¿A qué se refiere cuando se habla de motricidad fina y motricidad gruesa?
- En el desempeño laboral de su área ocupacional dónde se evidencia la motricidad gruesa, dé un ejemplo.

Realice seguimiento al foro y responda a un comentario crítico-reflexivo de acuerdo con la intervención que hayan realizado sus compañeros, demostrando construcción de conocimiento frente a los planteamientos que cada uno proponga.

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- Para hacer el desarrollo de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Foro temático: identificar y establecer las técnicas de coordinación motriz. GA5-230101507-AA1-EV01.**

3.2.2. Actividad de aprendizaje GA5-230101507-AA2. Establecer hábitos para lograr un estilo de vida saludable, mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene

Mantener buenos hábitos alimenticios puede ayudar a evitar diferentes tipos de enfermedades, además de proporcionar la energía suficiente que el cuerpo necesita para el desarrollo de las actividades cotidianas, por esto es fundamental mantener una alimentación balanceada y equilibrada en los requerimientos energéticos de acuerdo con las actividades que realizamos a diario. Para establecer un estilo de vida saludable se deben interpretar los fundamentos de higiene y nutrición en los contextos productivo y social, a través de la siguiente actividad podrá desarrollar un plan que aporte a este objetivo.

Duración: 12 horas.

Material de formación: para el desarrollo adecuado de las evidencias el aprendiz debe apropiar los contenidos del componente formativo: **Actividad física y hábitos de vida saludables**.

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia: Infografía. Estilos de vida saludable. GA5-230101507-AA2-EV01**

El objetivo de esta evidencia consiste en plasmar a través de un gráfico (infografía) los elementos que le permitan establecer hábitos para lograr un estilo de vida saludable, para lograr esto se propone que el recurso construido dé respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Qué elementos deben tenerse en cuenta para interpretar las necesidades energéticas diarias de una persona?
- ¿Cuántas calorías necesita el cuerpo diario y de qué forma recibe estos aportes con el consumo de carbohidratos, proteínas, grasas, bebidas u otros elementos?, ¿de cuáles variables pueden depender estos aportes?
- ¿Cómo sería un puesto de trabajo ergonómico y adecuado para su contextura corporal?
- ¿Qué otros factores inciden en el logro de un estilo de vida saludable?

Se recomienda el uso de la siguiente caja de herramientas para la elaboración de la infografía:

Herramienta	**Enlace**
Infogram	https://infogram.com/es/
Canva	https://www.canva.com/
Piktochar	https://piktochart.com/

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- **Producto a entregar:** infografía.
- **Formato:** PDF.

- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Infografía. Estilos de vida saludable. GA5-230101507-AA2-EV01.**

3.2.3. Actividad de Aprendizaje GA5-230101507-AA3. Construir conocimientos y prácticas básicas de nutrición en los aprendices para implementar acciones de la cultura física en el mejoramiento de la calidad de vida en el contexto individual, laboral y social.

Esta actividad se centra en realizar una valoración a través de una ficha antropométrica de su estado físico.

Duración: 12 horas.

Material de formación: para el desarrollo adecuado de las evidencias el aprendiz debe apropiar los contenidos del componente formativo: **Actividad física y hábitos de vida saludables**.

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia: Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA5-230101507-AA3-EV01.**

Para dar cumplimiento a esta evidencia y continuar con su aprendizaje es importante saber valorar su condición física, por tanto, realice lo siguiente:

a. Diligencie la ficha antropométrica que se expone a continuación y cuya información debe estar completa.
b. Presente los diferentes *test* de resistencia (*burppe*) y apunte sus resultados en la ficha como: *test* de fuerza abdominal, piernas y brazos por un minuto y frecuencia cardiaca antes y después de cada uno de los *test*.
c. Realice las pruebas físicas y anótelas en la ficha.

	FICHA ANTROPOMÉTRICA		
Nombre			
Documento identidad			
Peso			
Altura			
Envergadura			
Peso ideal			
FCM			
% De grasa			
IMC			
	RESULTADO 1	**RESULTADO 2**	**BAREMOS**
Fuerza en piernas 1´			
Fuerza de brazos 1´			
Fuerza abdominal 1´			
Fuerza lumbar 1´			
***Burpee test* 1´**			
***Test* de *cooper* 12´**			
ANÁLISIS PERSONAL			
1. ¿Cuáles considera que son sus capacidades físicas? **2.** ¿Qué acciones considera pertinentes para mejorar su condición? **3.** De acuerdo con la actividad física realizada a diario ¿cuál es el tiempo que requiere para una recuperación adecuada?			

d. Con base en los resultados obtenidos elabore un plan de acción a seguir con el fin de mejorar su calidad de vida, atienda las recomendaciones del instructor.

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- **Producto para entregar:** ficha antropométrica diligenciada y plan de acción.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA5-230101507-AA3-EV01.**

3.2.4. Actividad de aprendizaje GA5-230101507-AA4. Identificar la higiene postural y pausas activas correctas para el desempeño del área ocupacional

Para un buen desempeño en el puesto de trabajo es muy importante identificar los elementos que se utilizan en el entorno para el desempeño del área ocupacional y verificar que cumplan con los estándares de calidad y ergonomía requeridos para dicha operación, ya que esto puede hacer que disminuya o aumente el rendimiento o productividad, además de evitar enfermedades profesionales producidas por el trabajo repetitivo.

Duración: 12 horas.

Material de formación: para el desarrollo adecuado de las evidencias el aprendiz debe apropiar los contenidos del componente formativo: **Actividad física y hábitos de vida saludables**.

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje**:**

- **Evidencia: Folleto de lesiones más comunes en el trabajo o vida cotidiana, y la importancia de las pausas activas. GA5-230101507-AA4-EV01**

En la actualidad se presta mucha atención a la salud y seguridad en el trabajo, por lo que es de mucha importancia para las empresas pues la idea es prevenir lesiones a sus empleados, por tal razón se hacen necesarias las llamadas pausas activas. Por lo anterior y con el fin de cumplir con la presente evidencia, elabore un folleto en el que se debe evidenciar cuáles son esas lesiones más comunes que se van presentando por el trabajo repetitivo o en la vida cotidiana por posturas inadecuadas y cuál será la importancia de implementar las pausas activas en el puesto de trabajo o lugar de estudio, como método preventivo.

Para el diseño del folleto tenga en cuenta que debe ser dinámico, creativo, puede contar con ilustraciones o imágenes que recreen lo que quiere expresar. Utilice la herramienta de su preferencia para su elaboración.

Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:

- **Producto para entregar:** folleto.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio **Folleto de lesiones más comunes en el trabajo o vida cotidiana y la importancia de las pausas activas. GA5-230101507-AA4-EV01.**

4. Actividades de evaluación

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencia de producto: Documento con los bocetos del diseño de personaje, fondos y props. **GA5-220501084-AA1-EV01.**	Desarrolla un *model sheet* coherente con los parámetros establecidos en el proyecto.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV01.
Evidencia de producto: Documento con las ilustraciones del diseño de personaje, fondos y props. **GA5-220501084-AA1-EV02.**	Desarrolla el arte de fondos y *props* coherente con los parámetros establecidos en el proyecto. Ilustra los personajes con las partes necesarias según las características del proyecto.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV02.
Evidencia de producto: Aplicar paletas de color del diseño de personaje, fondos y props. **GA5-220501084-AA1-EV03.**	Ilustra los escenarios y fondos según las características técnicas y artísticas del proyecto.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV03.
Evidencia de desempeño: Crear una bitácora que evidencie el proceso de creación del diseño de personaje y los fondos del proyecto. **GA5-220501084-AA1-EV04.**	Construye los personajes según la técnica definida.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV04.
Evidencia de producto: Elaborar el color script de las secuencias del proyecto audiovisual. **GA5-220501084-AA1-EV05.**	Define el *model sheet* del personaje que contenga: vistas, expresiones faciales, posturas básicas y extremas. Construye los escenarios según la técnica definida. Aplica las paletas de colores según las necesidades del proyecto.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV05.
Evidencia de producto: Archivo fuente del despiece de los personajes. **GA5-220501084-AA1-EV06.**		**Lista de chequeo:** IE-GA5-220501084-AA1-EV06.
Evidencia de desempeño: Foro temático: identificar y establecer las técnicas de coordinación motriz. **GA5-230101507-AA1-EV01.**	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.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-230101507-AA1-EV01.

	Identifica los conceptos básicos de anatomía y fisiología.	
Evidencia de producto: Infografía. Estilos de vida saludable. **GA5-230101507-AA2-EV01.**	Interpreta los fundamentos de estilo de vida saludable e higiene y nutrición en los contextos productivo y social. Administra un plan de higiene corporal dentro del contexto productivo.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-230101507-AA2-EV01.
Evidencia de producto: Ficha antropométrica de valoración de la condición física. **GA5-230101507- AA3-EV01.**	Ejecuta rutinas de ejercicio físico según las necesidades de los contextos laboral y social. Establece pausas de acuerdo con cargas de trabajo y tiempos de actividad física para una recuperación adecuada.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-230101507-AA3-EV01.
Evidencia de producto: Folleto de lesiones más comunes en el trabajo o vida cotidiana, y la importancia de las pausas activas. **GA5-230101507-AA4-EV01.**	Aplica conceptos básicos de ergonomía y pausas activas de acuerdo con la naturaleza de la función productiva. Discrimina ejercicios específicos para la prevención de riesgos ergonómicos según su actividad laboral. Estructura un plan de ergonomía y pausas activas según el contexto laboral. Aplica los conceptos básicos de la miología humana con base en el análisis del movimiento.	**Lista de chequeo:** IE-GA5-230101507-AA4-EV01.

5. Glosario de términos

Actividad física: cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

Antropometría: estudio de las proporciones y las medidas del cuerpo humano.

Animación: es la técnica que da sensación de movimiento a imágenes, dibujos, figuras, recortes, objetos, personas, imágenes computarizadas, utilizando leves cambios de posición para que se genere la ilusión de un movimiento real.

Audiovisual: material conjunto de imágenes y sonidos grabados.

Deporte: es un juego o actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que mejora la condición física y psíquica de quien lo practica y tiene propiedades recreativas que lo diferencian del simple entretenimiento.

Digital: que suministra datos mediante dígitos binarios.

Ejercicio: se considera ejercicio físico al conjunto de acciones motoras musculares y esqueléticas. Comúnmente se refiere a cualquier actividad física que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de la persona. Se lleva a cabo por diferentes razones como el fortalecimiento muscular, mejora

del sistema cardiovascular, desarrolla habilidades atléticas, deporte, pérdida de grasa o mantenimiento, así como actividad recreativa.

Gráfico: que pertenece y es relativo a la representación visual de la escritura y lo impreso.

Motricidad fina: se refiere a las acciones que implican pequeños grupos musculares de cara, manos y pies concretamente, a las palmas de las manos, los ojos, dedos y músculos que rodean la boca. Es la coordinación entre lo que el ojo ve y las manos tocan.

Motricidad gruesa: es aquella relativa a todas las acciones que implican grandes grupos musculares, en general, se refiere a movimientos de partes grandes del cuerpo del niño o de todo el cuerpo.

Multimedia: que difunde o está compuesto por distintos medios.

Pausa activa: es una actividad física realizada en un breve espacio de tiempo en la jornada laboral, orientada a que las personas recuperen energías para un desempeño eficiente en el trabajo, a través de ejercicios que compensen las tareas desempeñadas, revirtiendo de esta manera la fatiga muscular y el cansancio generados por el trabajo.

Producción: generación de contenido para medios de comunicación audiovisual.

Psicomotricidad: disciplina que basándose en una concepción integral del sujeto se ocupa de la interacción que se establece entre el conocimiento, la emoción, el movimiento y de su mayor validez para el desarrollo de la persona, de su corporeidad, así como de su capacidad para expresarse y relacionarse en el mundo que lo envuelve.

Reacción mental: es un concepto que se utiliza para referirse al conjunto de tensiones inducidas en una persona por las exigencias del trabajo mental que realiza (procesamiento de información del entorno a partir de los conocimientos previos, actividad de rememoración, de razonamiento y búsqueda de soluciones, etc.). Para una persona dada la relación entre las exigencias de su trabajo y los recursos mentales de que dispone para hacer frente a tales exigencias expresa la carga de trabajo mental.

Recreación: son todas aquellas actividades y situaciones en las cuales está puesta en marcha la diversión, como así también a través de ella la relajación y el entretenimiento. Son casi infinitas las posibilidades de recreación que existen hoy en día, especialmente porque cada persona puede descubrir y desarrollar intereses por distintas formas de recreación y divertimento.

***Rigging*:** es el proceso de construir una estructura esquelética y articulada, para que un personaje u objeto se mueva correctamente al animarlo.

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Brenson, G. (s.f.). *Los sobrecomprometidos: el estrés y la gerencia de sí mismo.* Fundación Neo-humanista.

Cortés, J. (2020). *¿Qué es la animación? Tipos y técnicas*. Notodoanimacion. https://bit.ly/3gGd7Wh

Defontaine, J. (1981). *Manual de reeducación psicomotriz* (Tercer año). Editorial Médica y Técnica S.A.

Guilman E. y G. (1981). *Evolución psicomotriz desde el nacimiento hasta los 12 años*. Editorial Médica y Técnica S.A.

Hohnke, O. y Ramme –Wichmann A. (1991). *Salud en la oficina.* Integral.

Rigal, R. (1987). *Motricidad humana. Fundamentos y aplicaciones pedagógicas*. Editorial Pila Teleña S.A.

Web Design Inspiration. (2018). *Behance.* https://www.behance.net/gallery/68306231/20-Best-Animated-Logos-for-Your-Inspiration

Wickstrom, R. (1990). *Patrones motores básicos*. Alianza Deporte.

Zarco, J. (s.f.). *Desarrollo infantil y Educación Física*. Ediciones Aljibe.

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	Cristóbal Álvaro Villegas Acevedo	Experto temático	Regional Distrito Capital - Centro de Formación en Diseño, Confección y Moda	Octubre de 2020
	Bertha Paola Bejarano Ávila	Diseñadora instruccional	Regional Distrito Capital – Centro para la Industria de la Comunicación Gráfica	Octubre de 2020
	Johnier Felipe Perafán Ledezma	Experto temático 3D	Regional Antioquia - Centro de Servicios y Gestión Empresarial CESGE	Diciembre 2021
	Fabian Andrés Gómez Pico	Experto temático 3D	Regional Antioquia - Centro de Servicios y Gestión Empresarial CESGE	Diciembre 2021
	Oscar Absalón Guevara	Diseñador instruccional	Regional Distrito Capital - Centro de Gestión Industrial	Diciembre 2021
	Gloria Amparo López Escudero	Diseñador instruccional	Regional Distrito Capital - Centro de Gestión Industrial	Febrero de 2022
	Silvia Milena Sequeda Cárdenas	Metodóloga	Regional Distrito Capital - Centro de Diseño y Metrología	Febrero de 2022
	Rafael Neftalí Lizcano Reyes	Responsable Equipo desarrollo curricular	Regional Santander - Centro Industrial del Diseño y la Manufactura	Febrero de 2022
	Julia Isabel Roberto	Correctora de estilo	Regional Distrito Capital - Centro de Diseño y Metrología	Febrero de 2022