



UNED Sénior

2024/2025

Conocimientos sin límites.

A partir de 50 años.
Sin requisitos académicos.

#SOMOS2030
www.unedcalatayud.es



Qué es UNED Sénior	3
¿A quién va dirigido?	3
¿Qué te aportará?	3
Objetivos	3
Fechas, horario y aula	4
Metodología	4
Matrícula	4
Titulación	4
Oferta de asignaturas 2024/2025	5
Calendario Académico 2024/2025	5
Sede de Calatayud	6
Entendiendo el vino. Enología, viticultura y degustación	7
Viaje al Egipto de los faraones	9
Kaizen. El camino japonés a una vida plena	11
Taller de memoria: juegos y acertijos de lógica y matemáticas	12
Mito, creencia y religiones en la Antigüedad	13
Los Balcanes. Geografía, historia y cultura	15
Taller de Informática fácil	17
Sede de Daroca	19
La mitología griega y la iconografía cristiana en el Arte	20
Viaje al Egipto de los faraones	22
Sede de Ariza	25
Cine y Literatura	26
Sede de La Almunia de Doña Godina	28
Derecho para el día a día	29
Kaizen: el camino japonés para una vida plena	31
La mitología griega y la iconografía cristiana en el Arte	33

Qué es UNED Sénior

UNED Sénior es un **programa formativo** dirigido a **personas mayores de 50 años** que buscan completar su experiencia profesional y conocimientos previos, sean cuales sean, con una formación que les permita **actualizarse** y adquirir una **mayor comprensión y participación en la sociedad actual**.

Se trata de una **formación actual y dinámica**, orientada a **temáticas de claro interés social e impacto local** y con una **metodología didáctica, flexible, participativa y práctica**.

El programa es de carácter esencialmente **presencial** y se estructura en **asignaturas independientes** que trabajan en grupos reducidos.

¿A quién va dirigido?

A personas **mayores de 50 años**, sin necesidad de formación académica previa, que estén interesadas en actualizar sus conocimientos.

¿Qué te aportará?

- Un espacio universitario propio.
- Lugar de encuentro donde intercambiar conocimientos y experiencias.
- Itinerario flexible, adaptado a las necesidades de cada estudiante.
- Orientación personalizada.
- Formación próxima a tu lugar de residencia.
- Acceso a las Tecnologías de la Información y Comunicación.

Objetivos

- Ofrecer formación en temáticas que interesan a las personas de más de 50 años, con el fin de mejorar su calidad de vida.
- Proporcionar conocimientos, aprendizajes y estrategias para el desarrollo integral y la autonomía personal.
- Favorecer la comunicación a través de las relaciones interpersonales y del encuentro intergeneracional.
- Proporcionar todos aquellos elementos necesarios para un mejor conocimiento del entorno cultural.

Fechas, horario y aula

Las clases se imparten a lo largo de un cuatrimestre en horario de tardes. Tienen una duración general de entre 2 y 3 h.

Todas las clases se imparten **presencialmente**.

Metodología

Las asignaturas se impartirán de manera **presencial**, con apoyo de materiales audiovisuales.

En función de la asignatura, se podrán realizar salidas, visitas y/o talleres prácticos.

Matrícula

Cada asignatura es **independiente: puedes cursar desde 1 asignatura**. Las plazas disponibles, en función de la sede, se otorgan por riguroso orden de inscripción.

Puedes matricularte online, telefónicamente (976 88 18 00) o presencialmente en la Secretaría de la UNED de Calatayud hasta el 15 de septiembre de 2024.

La matrícula es totalmente **flexible**: puedes matricularte de cada asignatura de manera independiente.

Titulación

Al finalizar cada cuatrimestre, se emitirán los certificados de asignatura correspondientes. Al finalizar el curso, se realizará la entrega de diplomas en el acto de clausura.

Oferta de asignaturas 2024/2025

Sede	Cuatrimestre	Asignatura	Día	Precio
Calatayud	1	Entendiendo el vino. Enología, viticultura y degustación	Lun	40 €
		Viaje al Egipto de los faraones	Mar	40 €
		Kaizen. El camino japonés a una vida plena	Mié	40 €
		Taller de memoria: Juegos y acertijos de lógica y matemáticas	Jue	40 €
	2.º	Los Balcanes. Geografía, historia y cultura	Mar	40 €
		Mito, creencias y religiones en la antigüedad	Mié	40 €
		Taller de Informática Fácil	Jue	40 €

Calendario Académico 2024/2025

El programa UNED Sénior 2024/2025 se realizará entre los meses de septiembre a enero (primer cuatrimestre) y de febrero a mayo (segundo cuatrimestre).

El **calendario general** del curso 2024/2025 es el siguiente:

Acto	Fecha
Conferencia Inaugural	12 de septiembre de 2024
Cuatrimestre 1 (sep a ene)	Del 16/sep/24 al 24/ene/25
Cuatrimestre 2 (feb a may)	Del 3/feb/25 al 30/may/25
Acto de Clausura	3 de junio de 2025



Sede de

Calatayud



Entendiendo el vino. Enología, viticultura y degustación

Profesor: Ernesto Franco Luesma

Introducción

El vino es una de las bebidas más antiguas y fascinantes que existen. A lo largo de la historia, esta bebida ha sido apreciada por sus sabores y aromas, su capacidad para evocar sensaciones y experiencias únicas, y su papel en la cultura culinaria mediterránea.

En este curso, nos sumergiremos en el fascinante mundo del vino, explorando su historia, aprendiendo sobre su producción, identificando sus principales aromas, entre otros aspectos. No importa si eres un aficionado o simplemente tienes curiosidad por adentrarte en este apasionante mundo, este curso está diseñado para todos los niveles de conocimiento previo.

Metodología


Presentaciones, imágenes, gráficos, videos y esquemas junto con el entrenamiento sensorial y la degustación de vinos serán las herramientas utilizadas para poder comprender el vino, aprender a disfrutar y valorar este producto mediterráneo e intentar desvelar sus mitos y verdades.

Programa

Los temas 10 y 11, relacionados con la degustación y la identificación de aromas son transversales a todo el curso y desde las primeras sesiones del curso se empezará a identificar aromas y a degustar vinos.

1. Evolución histórica de la viticultura y del vino.
2. La vid: gestión del viñedo y variedades más comunes.
3. Elaboración de vinos blancos y rosados.
4. Elaboración de vinos tintos.
5. La crianza del vino.
6. Elaboración de espumosos.

7. Elaboración vinos dulces: Sherry y Porto.
8. Vinos del viejo mundo: España, Francia, Italia, Alemania y Centroeuropa.
9. Vinos del nuevo mundo: Estados Unidos, Australia, Nueva Zelanda, Argentina, Chile y Sudáfrica.
10. Identificación y clasificación de los aromas del vino: entrenamiento sensorial.
11. Degustación.



Viaje al Egipto de los faraones

Profesora: Yolanda Concepción Júlvez Sanz

Introducción

Este curso pretende ser una aproximación a la cultura del antiguo Egipto, muy lejana y, por ello, en muchas ocasiones también desconocida.

El Egipto antiguo es un país con una historia muy rica y diversa, y el curso plantea una aproximación desde una integración de diversidad de enfoques: arquitectura, cerámica, escultura, pintura, etc.

El objetivo principal es llegar a comprender mejor la cultura y civilización egipcias, apreciarlas y valorarlas.

Metodología

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas y fotografías, a través del Power Point) y textos, trataremos no solo de conocer el antiguo Egipto, sino también reflexionar sobre su cultura.

Programa

1. Introducción a la cultura del Antiguo Egipto.
2. Mitología, culto y dioses.
3. Estado y sociedad.
4. Periodo protodinástico.
5. Imperio Antiguo.
6. Imperio Medio.
7. Imperio Nuevo.
8. Periodo Tardío.
9. Periodo Grecorromano.



Kaizen. El camino japonés a una vida plena

Profesor: Juan José Ceamanos Redondo

Introducción

A través de los estadios más destacados del viaje arquetípico del héroe y poniendo especial hincapié en los 5 principios del *Kaizen*: *seiri*, *seiton*, *seiso*, *seiketsu*, *shitsuke* en japonés; Separar, Organizar, Limpiar, Estandarizar, Sostener en su traducción literal al castellano, haremos un recorrido por la realidad física, emocional y trascendental del ser humano.

Trataremos de iniciar un camino de autoconocimiento profundo y personal, que nos lleve a perfeccionar el camino que aún nos queda por delante mejorando física y emocionalmente.

Este recorrido no sólo pretende una mejora individual, sino que trascienda a nuestros círculos sociales más inmediatos, con el consiguiente incremento en la calidad de nuestras vidas y de las de los que nos rodean.

Metodología

Metodología mixta de exposición teórica y nuevas metodologías de la educación en trabajo cooperativo con distintas técnicas didácticas que fomentan la autonomía y el aprendizaje en equipo, aprovechando la sinergia de la diversidad de los alumnos.

Se realizarán ejercicios prácticos en cada sesión y se concluirá con una técnica de mejora de la atención y la concentración por medio del control de la respiración y el sonido de varios instrumentos: Cuencos tibetanos, chimes, palos de agua, tingsas, flautas. Esta práctica incidirá en una meditación de visualización de los conceptos y contenidos vistos en la sesión y fluirá hacia una relajación final.

Programa

1. **Hoy es primer día del resto de tu vida:** ¿En qué momento del viaje te encuentras? Aún queda aventura.
2. **La autoconciencia:** El arte de la guerra.
3. **La atención plena:** El valor de la atención.

4. **El equilibrio físico y mental:** La teoría de la Relatividad y la Física Cuántica. *Where do you stop? La física del Tao. Neurociencia del cuerpo. "Mens sana in corpore sano"*.
5. **La autodisciplina:** El poder de los hábitos mata al dragón.
6. **El ejercicio y la alimentación.**
7. **La meditación y el ocio activo:** Los cuencos tibetanos y sensoterapia; el reencuentro con la naturaleza y los baños de bosque; la lectura.
8. **El autoaprendizaje y las inteligencias múltiples:** Inteligencia emocional.
9. **El regreso:** La sabiduría del viajero.

Taller de memoria: juegos y acertijos de lógica y matemáticas

Profesor: Joaquín Antón Duce

Introducción

Fomentar el pensamiento matemático y el desarrollo del razonamiento lógico a través de acertijos y juegos de ingenio, de una manera lúdica y atractiva.

Exponer algunos conceptos matemáticos básicos, así como de otras ciencias.

Metodología

Eminentemente práctica, con la exposición teórica imprescindible para realizar los planteamientos. Dedicaremos la mayoría del tiempo a resolver acertijos, juegos de lógica, de geometría, ilusiones ópticas, paradojas matemáticas o físicas...

Programa

Los acertijos y problemas lógicos están basados en los libros de Sam Loyd, Martin Gardner, Yakov Perelman, Jean-Pierre Alem, John Katzenbach y otros.

Se aprovecharán estos juegos para introducir algunos conceptos matemáticos, de acuerdo con el nivel de conocimiento de los alumnos.



Mito, creencia y religiones en la Antigüedad

Profesor: Carlos Sáenz Preciado

Introducción

El objetivo principal de esta asignatura es conocer con más profundidad las distintas religiones de la Antigüedad.

Metodología

Conjunto de conferencias desarrolladas mediante exposición oral del ponente con el apoyo de visuales y Powerpoint.

Programa

1. Las creencias en el mundo paleolítico (Manuel Bea Profesor de Prehistoria (UNIZAR).
2. La religión egipcia: Dioses y culto.
3. Creencias y prácticas funerarias en el Egipto faraónico.
4. Akenatón: el monoteísmo de un faraón herético.
5. Mitos y creencias en la antigua Mesopotamia.
6. Los zigurats: una arquitectura al servicio de los dioses.
7. Grecia y el Olimpo.
8. El arte al servicio de los dioses griegos.
9. El oráculo como regulador de la sociedad griega.
10. Mitos y creencias en el mundo celtibérico (Silvia Alfayé Profesora de Historia Antigua – UNIZAR).
11. La religiosidad de los íberos (Silvia Alfayé Profesora de Historia Antigua – UNIZAR).

12. Roma: la creación de una religión de Estado.
13. Roma y el Culto Imperial.
14. Roma y las religiones orientales.
15. El cristianismo: de la persecución a la tolerancia por el Edicto de Milán.



Los Balcanes. Geografía, historia y cultura

Profesor: Alfonso Marco Pérez

Introducción

Los Balcanes son una parte importante de Europa, una de las mayores penínsulas del continente, con más de una decena de países.

Desde una perspectiva física, la península la delimitan la cordillera de los Balcanes propiamente dicha y los Alpes Dináricos. El Danubio es su eje fluvial y en su parte costera limita con los mares mediterráneos del Adriático, Jónico, el Egeo y Negro.

En la historia, han sido protagonistas de la historia y frontera de mundos, civilizaciones y hasta continentes, con fronteras cambiantes y una importante influencia en el devenir de Europa, desde la edad media hasta nuestros días.

El espacio balcánico se caracteriza por su riqueza y variedad cultural, reflejo, a su vez, de su dilatada historia y su gran diversidad geográfica.

Son una zona poco conocida, pero son países muy cercanos en la distancia y parte de Europa incluso la mayoría de la Unión Europea. Una zona que merece un acercamiento y una nueva perspectiva más allá de conflictos y tópicos.

Metodología

Se mostrará el espacio balcánico, su geografía, historia y cultura, con una perspectiva muy visual y divulgativa, primero la geografía y sus principales accidentes. Después, la historia genérica de la zona, que se irá detallando en la parte contemporánea, especialmente desde final del siglo XIX hasta hoy.

En las treinta horas del curso, se dedicarán entre doce y quince a cada uno de los países incluidos, citados abajo, con referencia a su geografía, historia, cultura actualidad, incluyendo sus paisajes, arte y arquitectura e interés turístico. El resto de las horas versarán sobre temas más concretos relacionados con la zona, algunos de los cuales se citan abajo.

Se incluirá, si es posible, una visita de carácter cultural y gastronómico en Madrid y se invitará a uno o más expertos, en lo posible de alguna embajada de algún país balcánico en España.

Programa

Países:

Eslovenia, Croacia, Bosnia, Serbia, Montenegro, Macedonia, Kosovo, Albania, Grecia, Bulgaria, Rumanía y Moldavia.

Temas relacionados:

1. Los grandes imperios de la antigüedad y el medievo.
2. Los Balcanes antes de la Gran Guerra.
3. Primera Guerra Mundial.
4. Segunda Guerra Mundial.
5. Periodo comunista y guerra fría.
6. La desintegración de Yugoslavia.
7. Guerra y limpieza étnica en Bosnia.
8. El caso albanés y kosovar.
9. Rumanía, Moldavia y Transdnistria.
10. Sarajevo: la Jerusalén europea.
11. Literatura y lenguas balcánicas.
12. Artes y estilos.
13. Música y folklore.
14. Gastronomía.



Taller de Informática fácil

Profesor: Alberto Muñoz Fuertes

Introducción

El presente curso tiene como objetivo servir de invitación a las tecnologías digitales a un sector de la sociedad que no es nativo digital, haciendo que las personas matriculadas normalicen el uso de estas herramientas en su vida diaria y perdiendo así el miedo a utilizarlas.

Se dirige al desarrollo de las competencias tecnológicas de este sector específico de población para ampliar su acceso al conocimiento y el desarrollo de la actividad social en una situación en que la tecnología es necesaria en la vida diaria.

Metodología

Eminentemente práctica, usando materiales audiovisuales y el dispositivo propio del estudiante como eje conductor. Se tratarán escenarios particulares del día a día y ejemplos prácticos.

Programa

1. Del teléfono “tonto” al “inteligente”.
 - Configurar, usar e instalar APPS en teléfonos iOS y Android.
 - Crear fotografías y vídeos con el móvil.
 - Cromas, vídeos de cine.
 - Sonido, el arte de grabar audio.
2. Dispositivos inteligentes en el hogar.
 - Asistentes de voz: Alexa, Siri y Google.
 - Dispositivos para ver contenido multimedia: Chromecast, Firestick, Android TV.
 - Aplicaciones para ver contenido multimedia: Pluto.

3. Comunicación e internet: navegadores, email, apps mensajería instantánea.
 - Aprender a instalar y usar el navegador Chrome y Firefox.
 - Crear y usar cuentas de correo electrónico.
 - Instalar, configurar y usar Whatsapp y Telegram.
 - Videollamadas con Whatsapp, Skype, Meet, Zoom.
4. Redes sociales
 - Crear y gestionar cuentas de Twitter (X), Facebook, LinkedIn e Instagram.
 - Control del contenido y legalidad en redes sociales.
 - Uso responsable de las redes y fake news
5. La nube y la Inteligencia Artificial
 - Crear y usar cuentas de Drive, Dropbox y Wetransfer.
 - Almacenar y compartir documentos en la nube.
6. Gestión del espacio y del tiempo digital
 - Usar y compartir mapas en tiempo real con Google Maps y con OpenStreet Maps.
 - Crear cuenta, usar y configurar Calendar de Google.
7. Trámites online con la administración
 - DNI electrónico y su uso en el ordenador.
 - Certificados digitales.
 - Carpeta ciudadana y Registro Telemático.
8. Compras y ventas por internet
 - Comprar mediante tarjetas bancarias, Paypal o transferencias.
 - Detectar sitios de confianza para comprar.
 - Instalar y usar Amazon y Wallapop.
 - Transferir dinero de ventas a cuenta bancaria.
 - Riesgos y estafas en la red.
9. Crea tu página web.
 - Requisitos para crear una web.
 - Servicios gratuitos para realizar una web.
 - Subir videos y fotos a la web. ▪ Publicar y compartir.



Sede de

Daroca



La mitología griega y la iconografía cristiana en el Arte

Profesor: José Luis Cortés Perruca

Introducción

El análisis de los principales mitos de la antigüedad clásica y de los más sobresalientes temas de la iconografía cristiana, presentes en la obra de arte, constituyen los contenidos esenciales de esta asignatura, cuyo conocimiento es esencial para establecer los fundamentos de un lenguaje común empleado por los historiadores del arte.

Su estudio se propone aquí desde la consecución de dos objetivos básicos: la adquisición de conocimientos teóricos básicos relacionados con asuntos fundamentales de la mitología clásica y el cristianismo y, por otra parte, el aprendizaje de habilidades prácticas vinculadas al análisis iconográfico de las imágenes y la realización de su comentario correspondiente, competencias básicas aplicadas al conocimiento de la Historia del Arte en el ámbito de la conservación, conocimiento y difusión del patrimonio artístico.

Metodología

Presencial, con ilustración de imágenes y vídeos, mediante la impartición de 10 sesiones de 3 h.

Programa

MITOLOGÍA CLÁSICA

- SESIÓN 1. El origen de los mitos en la Antigua Grecia.
- SESIÓN 2. Los dioses olímpicos y su iconografía.
- SESIÓN 3. Las hazañas de los héroes de la mitología clásica.
- SESIÓN 4. El ocaso de los héroes. ¿Iconografías de una muerte "heroica"? ▪ SESIÓN 5. Los infiernos en la Antigüedad clásica.

ICONOGRAFÍA CRISTIANA

- SESIÓN 6. La licitud de las imágenes y los orígenes de la iconografía religiosa
- SESIÓN 7. El Antiguo Testamento.


- SESIÓN 8. Historias de la Virgen, sus Devociones y sus representaciones.
- SESIÓN 9. La vida de Cristo y sus representaciones.
- SESIÓN 10. *Exemplum*, la vida de los Santos y sus representaciones.

Calendario

- Lunes, 28-oct
- Miércoles, 30-oct
- Miércoles, 6-nov
- Miércoles, 13-nov
- Miércoles, 20-nov
- Miércoles, 27-nov
- Miércoles, 4-dic
- Miércoles, 11-dic
- Miércoles, 18-dic
- Viernes, 20-dic

Horario y sede

Las clases tendrán lugar en la sede de la Comarca Campo de Daroca, en horario de 17 a 20 h.



Viaje al Egipto de los faraones

Profesora: Yolanda Concepción Júlvez Sanz

Introducción

Este curso pretende ser una aproximación a la cultura del antiguo Egipto, muy lejana y, por ello, en muchas ocasiones también desconocida.

El Egipto antiguo es un país con una historia muy rica y diversa, y el curso plantea una aproximación desde una integración de diversidad de enfoques: arquitectura, cerámica, escultura, pintura, etc.

El objetivo principal es llegar a comprender mejor la cultura y civilización egipcias, apreciarlas y valorarlas.

Metodología

Apoyándonos en materiales audiovisuales (principalmente ilustraciones, mapas, esquemas y fotografías, a través del Power Point) y textos, trataremos no solo de conocer el antiguo Egipto, sino también reflexionar sobre su cultura.

Programa

1. Introducción a la cultura del Antiguo Egipto.
2. Mitología, culto y dioses.
3. Estado y sociedad.
4. Periodo protodinástico.
5. Imperio Antiguo.
6. Imperio Medio.
7. Imperio Nuevo.
8. Periodo Tardío.
9. Periodo Grecorromano.

Calendario

Martes, del 3/febrero al 30/mayo

- Febrero: 4, 11, 18, 25
- Marzo, 4, 11, 18, 25
- Abril: 1, 8, 29
- Mayo: 6, 13, 20, 27

Horario y sede

Las clases tendrán lugar en la sede de la Comarca Campo de Daroca, en horario de 17 a 20 h.



Sede

Ariza





Cine y Literatura

Profesora: María Sabroso Cortés

2º Cuatrimestre, comienzo el jueves, 6 de febrero de 2025

Fechas: 6, 13, 20 y 27/ febrero; 6, 13, 20 y 27/marzo; 3, 10 y 24/abril; 8, 15, 22 y 29 /mayo.

De 16:30 a 18:30 h

Lugar: Biblioteca Municipal, Ariza

Introducción

Con este curso se pretende analizar la relación e influencia que ha tenido la Literatura en el Cine de finales del siglo XX y del siglo XXI.

Las relaciones entre Cine y Literatura son muy estrechas desde los comienzos del séptimo arte, no sólo por las adaptaciones de obras literarias, sino también con la incursión o adaptación de técnicas narrativas literarias en el cine (y a la inversa).

El objetivo principal será mostrar las semejanzas y diferencias entre ambas formas de narrar y cómo la Literatura es una influencia clave en el mundo audiovisual.

Metodología

Usaremos materiales audiovisuales (imágenes y fragmentos de películas, fundamentalmente) y fragmentos de obras literarias para reflexionar sobre las relaciones entre Cine y Literatura.

Programa

1. Introducción al cine y la Literatura. Presentación de los principales conceptos de lenguaje narrativo cinematográfico y literario.
2. El cine como herramienta para conocer la Literatura.
3. El viaje del héroe en el cine.
4. De las tablas a la gran pantalla: cómo llevar las obras de teatro a la gran pantalla.

5. El arte de contar historias: grandes novelas llevas al cine.
6. Los superhéroes toman las salas: adaptación de cómics al cine.
7. La importancia del texto en el cine: análisis de la obra de tres grandes guionistas del cine actual.

Matrícula

Para matricularse, la persona interesada deberá:

1. **Cumplimentar el formulario** de matrícula ([descargar "Formulario de matrícula"](#)).
2. **Enviar** el formulario **por WhatsApp** al Ayuntamiento de Ariza (teléfono **654 35 21 89**).
3. **Abonar el coste de matrícula** (20 €) en el Ayuntamiento de Ariza.

Plazo de matrícula hasta el 29 de enero, inclusive. Las plazas se otorgarán en riguroso orden de inscripción.

Coste: 20 € a abonar en efectivo en el momento de la matrícula.

Sede de

La Almunia





Derecho para el día a día

Profesora: Marta Almiñana Pons

Fechas: martes del 18 de febrero al 27 de mayo de 2025

Hora: de 17:30 a 19:30 h

Lugar: Aula del Centro de Adultos

Introducción

La finalidad de esta asignatura es acercar conocimientos del mundo del derecho que pueden afectar a nuestro día a día, como puede ser la lectura de un contrato, una donación, que elementos se han de tener en cuenta para elaborar un testamento o como anticiparse a unas posibles medidas de apoyo que afectan a la capacidad.

Para alcanzar dichos objetivos se van a estudiar unos principios básicos constitucionales que afectan a nuestra defensa jurídica y, por otro lado, desgranaremos diferentes títulos del código civil que abordan las materias mencionadas anteriormente entre otras.

Metodología

Simposios para conocer en mayor profundidad aquellos derechos que afectan a las personas físicas en su esfera más personal.

Programa

- Derecho a la tutela judicial efectiva y resolución extrajudicial de conflictos.
- Código Civil:
 - a. Parte general.
 - b. Las personas.
 - c. Los animales, de los bienes, de la propiedad y de sus modificaciones.
 - d. Modos de adquirir la propiedad.
 - e. Obligaciones y contratos.

Calendario

Febrero: 18 y 25

Marzo: 4, 11, 18 y 25

Abril: 1, 8 y 29

Mayo: 6, 13, 20 y 27



Kaizen. El camino japonés a una vida plena

Profesor: Juan José Ceamanos Redondo

Fechas: miércoles del 19 de febrero al 28 de mayo de 2025

Horario: de 17:30 a 19:30 h

Lugar: Aula del Centro de Adultos de La Almunia

Introducción

A través de los estadios más destacados del viaje arquetípico del héroe y poniendo especial hincapié en los 5 principios del *Kaizen*: *seiri, seiton, seiso, seiketsu, shitsuke* en japonés; Separar, Organizar, Limpiar, Estandarizar, Sostener en su traducción literal al castellano, haremos un recorrido por la realidad física, emocional y trascendental del ser humano.

Trataremos de iniciar un camino de autoconocimiento profundo y personal, que nos lleve a perfeccionar el camino que aún nos queda por delante mejorando física y emocionalmente.

Este recorrido no sólo pretende una mejora individual, sino que trascienda a nuestros círculos sociales más inmediatos, con el consiguiente incremento en la calidad de nuestras vidas y de las de los que nos rodean.

Metodología

Metodología mixta de exposición teórica y nuevas metodologías de la educación en trabajo cooperativo con distintas técnicas didácticas que fomentan la autonomía y el aprendizaje en equipo, aprovechando la sinergia de la diversidad de los alumnos.

Se realizarán ejercicios prácticos en cada sesión y se concluirá con una técnica de mejora de la atención y la concentración por medio del control de la respiración y el sonido de varios instrumentos: Cuencos tibetanos, chimes, palos de agua, tingsas, flautas. Esta práctica incidirá en una meditación de visualización de los conceptos y contenidos vistos en la sesión y fluirá hacia una relajación final.

Programa

- **Hoy es primer día del resto de tu vida:** ¿En qué momento del viaje te encuentras? Aún queda aventura.
- **La autoconciencia:** El arte de la guerra.
- **La atención plena:** El valor de la atención.
- **El equilibrio físico y mental:** La teoría de la Relatividad y la Física Cuántica. *Where do you stop? La física del Tao. Neurociencia del cuerpo. "Mens sana in corpore sano"*.
- **La autodisciplina:** El poder de los hábitos mata al dragón.
- **El ejercicio y la alimentación.**
- **La meditación y el ocio activo:** Los cuencos tibetanos y sensoterapia; el reencuentro con la naturaleza y los baños de bosque; la lectura.
- **El autoaprendizaje y las inteligencias múltiples:** Inteligencia emocional.
- **El regreso:** La sabiduría del viajero.

Calendario

Febrero: 19 y 26

Marzo: 5, 12, 19 y 26

Abril: 2, 9 y 30

Mayo: 7, 14, 21 y 28



La mitología griega y la iconografía cristiana en el Arte

Profesor: José Luis Cortés Perruca

Fechas: miércoles, del 19 de febrero al 29 de mayo de 2025

Horario: de 10 a 12 h

Lugar: Aula del Centro de Adultos

Introducción

El análisis de los principales mitos de la antigüedad clásica y de los más sobresalientes temas de la iconografía cristiana, presentes en la obra de arte, constituyen los contenidos esenciales de esta asignatura, cuyo conocimiento es esencial para establecer los fundamentos de un lenguaje común empleado por los historiadores del arte.

Su estudio se propone aquí desde la consecución de dos objetivos básicos: la adquisición de conocimientos teóricos básicos relacionados con asuntos fundamentales de la mitología clásica y el cristianismo y, por otra parte, el aprendizaje de habilidades prácticas vinculadas al análisis iconográfico de las imágenes y la realización de su comentario correspondiente, competencias básicas aplicadas al conocimiento de la Historia del Arte en el ámbito de la conservación, conocimiento y difusión del patrimonio artístico.

Programa

MITOLOGÍA CLÁSICA

- El origen de los mitos en la Antigua Grecia.
- Los dioses olímpicos y su iconografía.
- Las hazañas de los héroes de la mitología clásica.
- El ocaso de los héroes. ¿Iconografías de una muerte "heroica"?
- Los infiernos en la Antigüedad clásica.

ICONOGRAFÍA CRISTIANA

- La licitud de las imágenes y los orígenes de la iconografía religiosa
- El Antiguo Testamento.
- Historias de la Virgen, sus Devociones y sus representaciones.
- La vida de Cristo y sus representaciones.
- *Exemplum*, la vida de los Santos y sus representaciones.

Calendario

Febrero: 19 y 26

Marzo: 5, 12, 19 y 26

Abril: 2, 9 y 30

Mayo: 7, 14, 21 y 28

Contacto

UNED Calatayud

Secretaría, 1ª planta
Avenida San Juan el Real, 1
50300, Calatayud, Zaragoza

Teléfono 976 88 18 00

Email senior@calatayud.uned.es

Redes Sociales

Telegram <https://t.me/unedcalatayud>

WhatsApp <https://whatsapp.com/channel/0029VaDE9yHLdQefVGPHeS3k>

Instagram <https://www.instagram.com/unedcalatayud/>

UNED

CALATAYUD