

ACTIVITAT D'AMBIT ARTÍSTICOEXPRESIU – COMENTARI SOBRE “CUERPOS AL LÍMITE” PART I

1. ¿Per què 4 motius és famós Arnold Schwarzenegger?

- *Campió més jove de l'història de guanyar el Mr. Olympia, la competició de culturisme més important del món*
- *Un dels actors de Hollywood millor pagats i protagonista de pel·lícules com “Conan, el bàrbar” o “Terminator”*
- *Governador del estat de Califòrnia des de 2003 a 2011*
- *Creador del Arnold Classic, la segona competició més important del món*

2. ¿Saps què és el culturisme? ¿Creus que és un esport?

El culturisme o fisioculturisme és una activitat física que persegueix l'hipertrofia muscular a través d'exercicis de força al gimnàs. En les competicions, el jurat es valora el desenvolupament, el grandària, la definició i la simetria. A més, d'un minut de coreografia amb música.

3. ¿Quina es la diferencia entre un esportista amateur i professional?

Un esportista amateur practica l'esport sense compensació econòmica i el professional sí que cobra.

4. Escriu sobre el que més t'ha cridat l'atenció de la vida de Veronica Gallego.

M'ha cridat l'atenció com una esportista que es sacrifica tant no tinga cap compensació econòmica. A més, tots els suplementos alimentaris que es pren pel matí.

5. ¿Creus que és fàcil per una dona dedicar-se al culturisme?

Crec que pot ser difícil per que es estrany que una dona tinga un desenvolupament muscular tant gran. Endemés, ha de ser difícil compaginar el treball, la família i el culturisme.

6. ¿Saps la diferencia entre substancies anabolitzants i suplementes alimentaris?

Els suplementes alimentaris són substancies naturals sintetitzades o productes químics destinats a millorar el rendiment esportiu. Algun d'ells són ineficients, molt cars i a la llarga poden ser perjudicials per la salut.

Les substancies anabolitzants son versions sintètiques de la testosterona o hormona del creixement destinades a accelerar el creixement muscular. Són substancies molt cares, en alguns casos il·legals i molt perjudicial per la salut. Poden causar problemes de cor, fetge, renyo, infertilitat, depressió, caiguda del cabell, acne, agressivitat i addicció.

7. Escriu sobre el que més t'ha cridat l'atenció de la vida de Rafael Vera.

M'ha cridat l'atenció com una persona com el meu avi pot tindre tantíssima força.

8. ¿Què opines que una persona major es dedique al culturisme?

Crec que es pot fer mal. (Parlar si preferirien estar així o en un estat sedentari).

9. Culturisme en anglès es diu "Bodybulding". La traducció directa de "Bodybulding és "Construcció del cos".

¿Per què creus que Arnold Schwarzenegger diu al final del vídeo que el culturisme no tracta de "destruir el cos"?

Arnold diu açò perquè considera que el culturisme pot ser una forma de vida saludable, però qui utilitza anabolitzants, realment, s'està fent mal i està enverinant el seu cos.

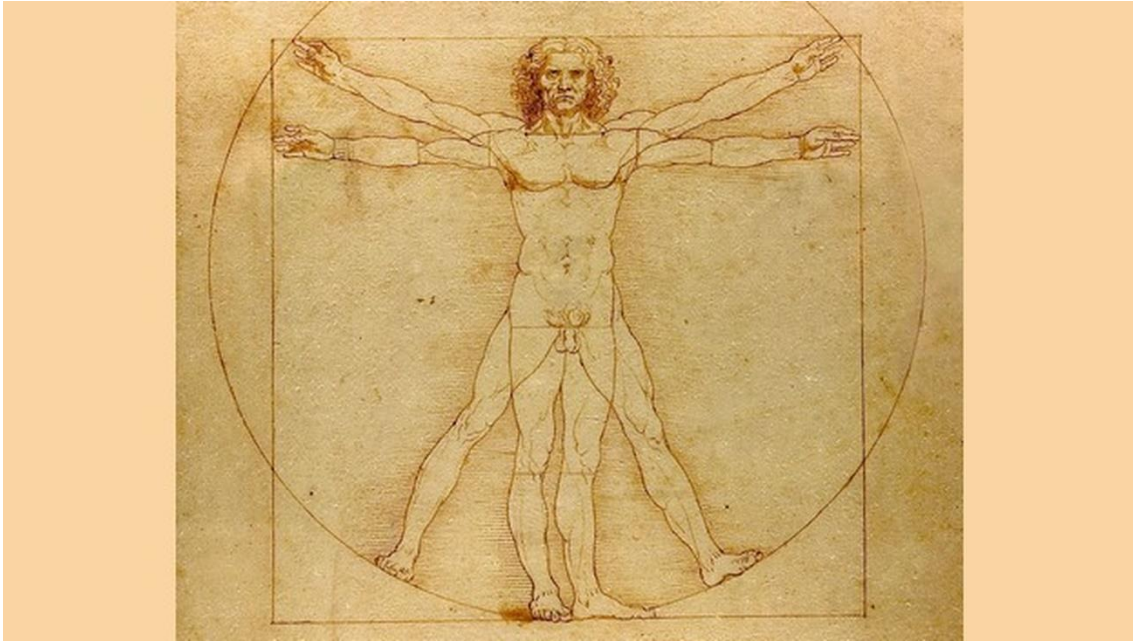
10. El cànon és la figura humana que té les característiques considerades perfectes en una època determinada.

Analitza els diferents cànons al llarg l'història. ¿Quin creus que és el cànon actual? Pots escriure o dibuixar-lo si se te dona molt bé.

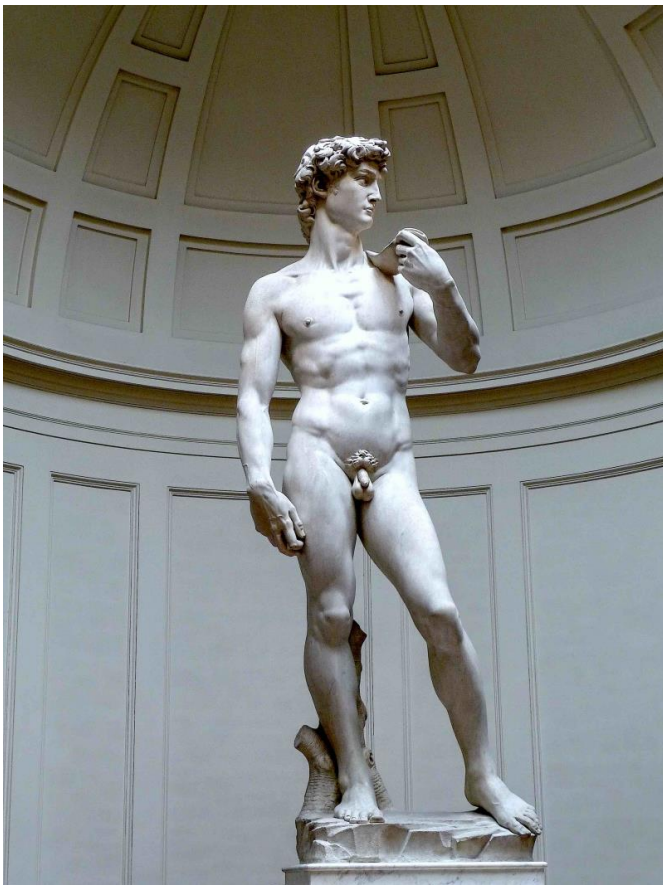
El cànon actual en occident és una persona jove, bronzejada, tatuada, amb cabell abundant i amb un físic definit, però no excessivament voluminós. Poc a poc, el cànon femení i masculí s'apropen a nivell de desenvolupament muscular.



Venus de Willendorf (25.000 a.C.). *Fou descoberta en 1908 en la República Checa per Josef Szombathy i pareix ser el cànon femení durant el paleolític.*



L'Home de Vitruvi (1492), Leonardo da Vinci. *Cànon de les proporcions humanes durant el Renaixement.*



David (1504), Michelangelo Buonarroti. Cànon masculí al renaixement.



Les Tres Gràcies (1639). Peter Paul Rubens. *Aquestes tres donen representen el cànon femení durant el Barroc.*



Escultura doble de Akenatón y Nefertiti (1.350 aC), Autoria desconeguda. El faraó i la seua esposa representen el cànon en l'Antic Egipte.



Madame Macabre (XIX). Aquesta dona burgesa representa el cànon femení durant l'època Victoriana.



Instagram de Carla i Eric (2021). Parella tatuada.



Geisha. Fotografia d'una Geisha que representa l'ideal femení al Japó del s. XVIII al s. XIX. A tota Àsia, ser extremadament pàl·lid seguix sent part del cànon.



Diferents animacions. El manga (còmic) i el anime (series animades) són productes audiovisual d'origen japonès sortits a finals del s. XIX. Representen el cànon japonès actual. Per exemple, homes amb trets facials femenins i dones amb trets juvenils.