



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

Área/ asignatura: Educación Física.		Grado: 5°
Período académico: 1 periodo.	Docente: Stefany Sepúlveda y Wilson Díaz	
Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.		
Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de mejoramiento académico:	Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad:	
1). Convocatoria a las actividades del plan de mejoramiento.	1). Semana del 10 de marzo al 14 de marzo del 2025.	
2). Socialización y Realización del plan de mejoramiento para el primer periodo académico.	2). Semana del 10 marzo al 11 de abril del 2025.	
3). Proceso de entrega y retroalimentación de los planes de mejoramiento.	3). Semana del 14 al 18 de abril del 2025.	
Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de profundización académica:	Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad:	
1). Convocatoria a las actividades del plan de Profundización.	1). Semana del 10 de marzo al 14 de marzo del 2025.	
2.) Socialización y Realización del plan de Profundización para el primer periodo académico.	2). Semana del 10 al 11 de abril del 2025.	
3). Proceso de entrega y retroalimentación de los planes de Profundización.	3). Semana del 14 al 18 de abril del 2025.	

LEER EL SIGUIENTE TEXTO

La historia de vida de Cristiano Ronaldo.

Cristiano Ronaldo es uno de los mejores jugadores de la historia del fútbol y se ganó todo el reconocimiento por su increíble trayectoria. Goles, récords, trofeos individuales, estadísticas que se fueron superando a lo largo de los años y muchos títulos ganados.

Se convirtió en leyenda por su talento futbolístico y en 365Scores te presentaremos toda su historia adentro y afuera del campo de juego. Desde sus inicios hasta los tiempos de gloria.

¿Quién es Cristiano Ronaldo?



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

Cristiano Ronaldo es un futbolista portugués, que actualmente juega en el Al Nassr de Arabia Saudita y representa a la Selección de Portugal. Su posición es la de extremo por izquierda, aunque también puede cumplir funciones de centrodelantero. Nació el 5 de febrero de 1985 y es reconocido como uno de los mejores futbolistas del mundo

Más conocido como CR7 o el “Bicho”, es el máximo goleador del fútbol profesional y es el máximo goleador en la historia del Real Madrid. Ganador de premios como el Balón de Oro y The best, lleva una carrera en la que se fue superando y consiguiendo todo tipo de récords que iremos desarrollando.

La carrera de Cristiano Ronaldo: clubes y el camino a convertirse en leyenda

Cristiano Ronaldo tiene una carrera privilegiada y una historia de vida que vale la pena ser contada. Desde los comienzos en el fútbol juvenil, hasta ser una de las máximas estrellas del mundo.

Los inicios en la carrera de CR7. Cristiano Ronaldo nació en San Pedro, Funchal, uno de los barrios más humildes de Portugal. Se crió en una familia católica, en el que el dinero no abundaba y un hogar que no tenía las mejores condiciones.

Su amor siempre estuvo relacionado con el balón y desde pequeño se destacó adentro del campo de juego. Su primer club fue Andorinha, donde mostró todo su talento y generó el interés de equipos portugueses.

A los 10 años tuvo su primera experiencia, tras ser fichado en el Club Deportivo Nacional. Tiempo después, le llegó la hora de dar el primer gran salto y viajó a Lisboa para convertirse en jugador del Sporting. Siempre contó que esos tiempos fueron muy complicados para él y que fue un gran sacrificio ya que estaba lejos de sus seres queridos.

Debut en Sporting Lisboa. No es difícil imaginar la diferencia futbolística que sacaba de pequeño y por eso rápidamente generó el interés del primer equipo en Portugal. Su debut como profesional fue el 14 de agosto de 2002, con solamente 17 años de edad: fue en un partido clasificatorio de la Champions League contra el Inter de Milán.

Sus primeros goles llegaron el 7 de octubre, en su segundo partido en liga: fue ante Moreirense y CR7 anotó dos goles en la goleada por 3-0. Esto llevó a que se convirtiera en el goleador más joven de la historia del Sporting Lisboa, con solamente 17 años y ocho meses.

Manchester United (2003-2009). En el 2003 se dio su primer gran fichaje en la carrera como profesional. Manchester United lo compró por 19 millones de euros y le hizo firmar un contrato por cinco años. Con Sir Alex Ferguson como entrenador, le tocó usar la 7 que había dejado David Beckham y que se convertiría en el número icónico de su vida futbolística.

Su debut en la Premier League fue el 16 de agosto de 2003 en un partido ante el Bolton Wanderers. Para su primer gol hubo que esperar: fue el 1 de noviembre ante el Portsmouth en Old Trafford y fue su primer gol de tiro libre en el mítico estadio inglés.

Manchester lo vio convertirse en estrella, fue campeón de Premier League en tres ocasiones y se dio el lujo de ganar su primera Champions League y el Mundial de Clubes.

En el club inglés logró ganar su primer Balón de Oro, un premio que ningún jugador del Manchester ganaba hace 40 años. También ganó el premio Puskas por un golazo inolvidable contra el Porto.

Real Madrid (2009-2018). Los tiempos más felices de Cristiano Ronaldo fueron en Real Madrid. El club español pagó 94 millones de euros, cifra récord hasta aquel momento y lo convirtió en el fichaje más caro de la historia (superado por Neymar al PSG muchos años más tarde).

Juventus (2018-2021). Tras escribir una página gloriosa en Real Madrid y despedirse campeón de la Champions League, Cristiano Ronaldo fue transferido a la Juventus por 117 millones de euros.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

Su debut oficial fue el 18 de agosto de 2018 en la victoria por 3-2 contra el Chievo Verona. Sus primeros goles llegaron un mes más tarde: el 16 de septiembre ante el Sassuolo. Una de las curiosidades fue que se fue expulsado en su primer partido en la Champions League frente al Valencia, lo que significó su primera tarjeta roja en la competencia.

En esta etapa en Italia le tocó ganar dos veces la Serie A (2019 y 2020), dos Supercopas de Italia (2018 y 2020), una Copa Italia (2021) y tuvo muchos reconocimientos individuales: fue el MVP del fútbol italiano en 2019, en 2020 fue reconocido como el Mejor Goleador de Primera División para la IFFHS y en 2021 fue elegido como el mejor delantero de la Serie A y ganó el Capocannoniere como el máximo goleador.

Manchester United (2021-2023). Tras rumores de que podía llegar al Manchester City, Cristiano Ronaldo regresó a Old Trafford: su primer gran club europeo. La transferencia fue realizada por 15 millones de euros y recibió el dorsal 7, que en ese momento utilizaba Edinson Cavani en el club.

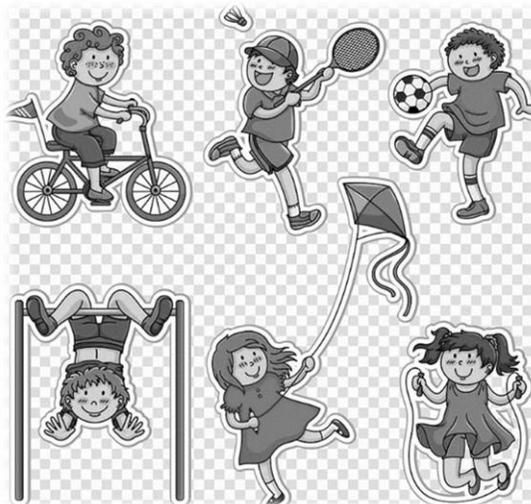
Su debut fue auspicioso con un doblete ante el Newcastle en la victoria por 4-1, pero la temporada del club no acompañó su rendimiento. Ese año finalizó sin ningún título, algo que no ocurría en su carrera desde 2010.

Al Nassr (2023-actualidad). EL 3 de enero fue presentado en Al Nassr, lo que significó su despedida del fútbol europeo y su llegada a Arabia Saudita. Un mercado exótico, que tiempo después se convertiría en un lugar muy recurrente para las grandes estrellas del mundo.

En su primer año consiguió su primer título: la Copa de Campeones Árabe 2023. Allí fue clave y anotó dos goles en la recordada final ante Al Hilal. Ganó la Bota de Oro y fue la gran figura.

Su primer año en Arabia Saudita estuvo repleto de goles y finalizó el año como el máximo goleador mundial con 54 anotaciones. Una leyenda que crece cada día más.

- 1) Elabora en tu cuaderno de Educación Física, un mapa mental en el que esté la importancia de la práctica de un deporte en la vida y cómo este le ayudó a Cristiano Ronaldo en convertirse en el mejor exponente de Fútbol mundial.
- 2) Escribe en tu cuaderno ¿Por qué es importante que el ser humano tenga una motricidad adecuada en la vida?





INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

- 3) Llena la siguiente tabla de alimentación saludable, que invitan muchos de los deportistas de alta competencia para el sano desarrollo de los hábitos saludables:

ALIMENTOS NO RECOMENDABLES	ALIMENTOS SALUDABLES
Ejemplo: Gaseosas.	Ejemplo: Agua.

- 4) Elabora una cartelera en la cual expongas la vida de un deportista colombiano, que he haya destacado en el deporte que práctica.
- 5) Realiza una exposición de la cartelera del deportista colombiano que escogió.