
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 1 de 7

DOCENTE: Yesica Saavedra-Cristhian Mejía		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Lúdico recreativo	
GRADO: 8-9	GRUPOS: S201-S202	PERIODO: tercero	FECHA: Junio
NÚMERO DE SESIONES:	FECHA DE INICIO 21 de julio	FECHA DE FINALIZACIÓN 21 de agosto	
Temas:	Las expresiones del arte y el entrenamiento como lenguaje universal		
Propósito de la actividad			
El propósito de este taller es articular y potenciar los aprendizajes sobre EL ARTE Y EL DEPORTE como elementos esenciales para el desarrollo físico y emocional de los seres humanos a los largo de la existencia			

ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1

Cualquier duda con este trabajo la respondemos en el correo electrónico de los profesores Cristhian, y Yesica.

SABERES PREVIOS

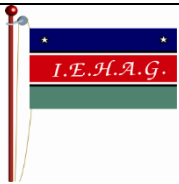
La expresión artística y el deporte tiene como propósito expresar las experiencias personales y sociales integrando habilidades, destrezas y competencias que se viven a través de los órganos de los sentidos.

Analizo las siguientes imágenes y luego explico cada una de ellas teniendo en cuenta el concepto de arte y deporte. Luego dibujo la que más llamó mi atención



Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía



INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ



Proceso: GESTIÓN CURRICULAR

Código

Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS

Versión 01



Página

2 de 7



Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 3 de 7

ACTIVIDAD 2

EXPLICACIÓN CONCEPTO DE ENTRENAMIENTO

El entrenamiento es un proceso de capacitación que tiene como fin el desempeño de ciertas habilidades, ya sean físicas, cognitivas, teóricas, artísticas y prácticas.

Tipos de entrenamiento

- **Entrenamiento eficiente** se basa en realizar una serie esfuerzos para mejorar destrezas de coordinación, fuerza, capacidades de adaptación y de superación.
- **Entrenamiento deportivo** es el que educa para transformar ideales y actitudes de quien lo práctica, se basa en brindar elementos pedagógicos de formación.
- **Entrenamiento recreativo y bienestar** contempla la posibilidad de realizar actividad física desligado de la competencia y el alto rendimiento; busca el goce, la diversión y el entretenimiento



Importante todos los entrenamientos generan: niveles de compromisos saludables, físicos y cognitivos, nutriendo la posibilidad de transversalizar la motricidad con el esparcimiento.

Reflexiona sobre los siguientes interrogantes y responde de acuerdo a los conocimientos previos y lo visto en clase

¿Qué nuevas habilidades y competencias se han desarrollado a partir del estudio de calentamiento, resistencia y entrenamiento?

Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 4 de 7

¿Qué diferencia encuentras entre entrenamiento funcional, deportivos y entrenamiento eficiente?

¿Cuáles son las ventajas psicológicas del hombre cuando realiza un entrenamiento?

¿Qué son las capacidades motoras?



¿Qué son los sistemas neuro-motrices sensitivos?

Define qué es el entrenamiento con tus palabras

1. Realiza una rutina deportiva con implementos que encuentres en el hogar como lazo, balones, mancuernas, entre otros.
2. Busca elementos como tarros que podrás convertir en pesas, sogas que servirán como lazos para saltar, elásticos para generar fricción también puedes elaborar una pelota de trapo con ropa reciclada. ¡Lo más importante es la creatividad y recursividad!

Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 5 de 7

ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN



- 3. REALIZA LOS DOS DIBUJOS Y APLICA TEORÍA DEL COLOR CON LOS ELEMENTOS GRAFICOS QUE PUEDES OBSERVAR. (EN EL CUADERNO DE ARTES GRANDE)**



- 4. Trabajo práctico:** Asiste a una de las clases virtuales que está realizando semanalmente el equipo docente del núcleo lúdico-recreativo, sino es posible trata de ver los videos que se estarán montando en los diferentes espacios web de la institución o solicita por medio de un correo una rutina de entrenamiento. si no puedes asistir toma imágenes realizando actividad física.

Nombre del docente

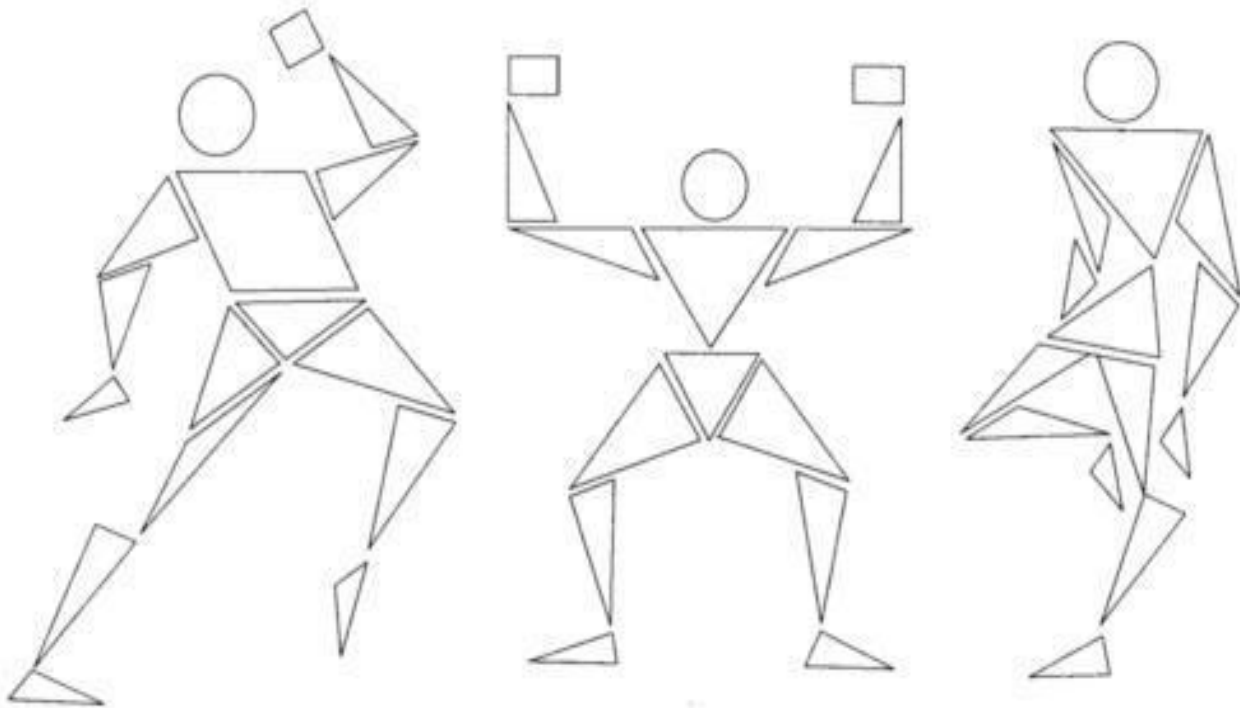
Yesica Saavedra - Cristian Mejía

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 6 de 7

5. Como los aprendizajes son articulados en la siguiente imagen que puedes observar de las siguientes materias. Argumenta las respuestas...



- **Geometría**
- **Artísticas**
- **Educación física**

6. Realiza los tres dibujos



Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS		Versión 01	Página 7 de 7

AMPLIACIÓN RUTINA REALIZADO POR EL

DOCENTE: https://drive.google.com/open?id=1RCDS81qWjSxsTksIOO1gOSO_iOCLbCNV

Se tendrá encuentros sincrónicos con los estudiantes que tienen conectividad para el desarrollo de textos guía EdiarTE y rutinas de deportes.

NOTA la responsabilidad se envía a los dos correos adjuntos y tiene nota en cada materia articuladamente
yesicasaavedra@iehectorabadgomez.edu.co
Cristianmejia@iehectorabadgomez.edu.co

FUENTES DE CONSULTA

REFERENCIADO

IMÁGENES: <https://www.pinterest.co.uk/>

<https://es.dreamstime.com/>

<https://catalogo.artium.eus/>

<https://concepto.de/cubismo/#ixzz6NIMebIS3>

<https://www.freepng.es/hd-png/el-cubismo.html>

Nombre del docente

Yesica Saavedra - Cristian Mejía