

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 1 de 8

DOCENTES: Teresita Grisales, Betty Maritza Gálvez, Libia Escobar, Angela Lucía Mejía		NUCLEO DE FORMACIÓN: LUDICO RECREATIVO: Educación física, artística y lúdica	
GRADO: QUINTO	GRUPOS: 5.1, 5.2, 5.4.	PERIODO: 2	FECHA:
NÚMERO DE SESIONES:	FECHA DE INICIO	FECHA DE FINALIZACIÓN	
ESTUDIANTE:		GRADO:	
<p>TEMA: Durante las guías planeada para este periodo los alumnos del grado quinto realizarán actividades acordes al desarrollo de movimientos corporales, ejercicios de expresión visual, sonora y auditiva y con los que vivenciarán hábitos de vida saludable y uso asertivo del tiempo libre.</p>			
<p>PROPÓSITO DE LA ACTIVIDAD</p> <p>Al finalizar el desarrollo de las guías planeada para el segundo periodo los alumnos del grado quinto aprovecharán el tiempo libre en casa, manejando de manera asertiva los momentos de ocio, lúdica y recreación e implementando hábitos de vida saludable a través de ejercicios de expresión visual, sonora y corporal, y con la construcción de obras utilizando material reciclable y creativo.</p>			
<p>ACTIVIDADES</p> <p>ACTIVIDAD 1: INDAGACIÓN</p> <p>COLOREAR el dibujo de tal manera que parezca que está haciendo un día fresco y soleado, haciendo honor a la naturaleza que nos brinda una amplia gama de colores. Luego pintas el otro con colores grises, negros, morados... ¿qué te inspira cada uno?</p>			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 2 de 8



ACTIVIDAD 2: CONCEPTULIZACIÓN

Hemos visto que nuestro entorno natural o urbano tiene formas, colores, texturas. Cada uno de estos elementos nos provoca diferentes reacciones que han sido estudiadas para aprovecharlas de la mejor manera, como en la publicidad, en la decoración o en el diseño, haciendo más agradable nuestra vida

SIMBOLOGIA DEL COLOR

¿Qué es lo que te producen los colores?

El significado de los colores varía de una cultura a la otra.

El color es un elemento que está estrechamente ligado a lo cultural y a lo vivencial. Los esquimales por ejemplo, distinguen claramente diversos matices y tonalidades del blanco, este conocimiento les ayuda a saber cuándo el hielo está más o menos sólido y puede pisarse y cuándo está muy delgado y resulta peligroso tocarlo.

Por otra parte, encontramos que el blanco representa para algunas culturas orientales el luto, mientras que nosotros asociamos el duelo con el color negro.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 3 de 8

Clasificación De Los Colores: Los colores se dividen en primarios, secundarios, terciarios, cálidos y fríos básicamente. **Los primarios:** Son aquellos colores cuya composición es única y por lo tanto no existe mezcla de otros que puedan crearlos. Estos son el **amarillo, azul y rojo.**

Los secundarios: Son el resultado de la mezcla de dos colores primarios, como lo son el **violeta, el verde, el naranja.**

Los terciarios: Para crear estos colores es necesario mezclar en las mismas cantidades **un color primario con uno secundario.**

Los cálidos: Son aquellos que se relacionan con las tonalidades de luz que refleja el sol, los tonos **rojizos, anaranjados, marrones.** Al apreciarlos puedes sentir la **sensación de calor o agresividad.**

Los Fríos: Mientras que los colores fríos, mostraran inclinación hacia los tonos **azules, violetas, verdes,** esos que te relajan y te transmiten **serenidad y calma.**

RESOLVER las adivinanzas de los colores; dibuja las respuestas.

- Es un nombre de mujer, que es también nombre de flor, y hay de ese tono también un color.
- Tengo el tono más chillón, me veras siempre en el sol, y en las frutas doy color al plátano y al limón.
- Estoy en la nieve, estoy en la cal, me escondo en azúcar, también en la sal.
- Luzco distintos tonos en el cielo despejado, lo mismo ocurre en el mar, cuando se encuentra calmado.
- El cielo de invierno, la piel de ratón, la barba canosa ¿Qué color soy yo?
- Adivina, adivinanza, soy color primaveral, también el más natural y el color de la esperanza.
- Me puedes ver en las fresas, las rosas y las cerezas, en la capa del torero, en la sangre y en el fuego.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 4 de 8

- Soy un color tan oscuro que deja de ser color, y en la ropa me usan para indicar gran dolor.

COLOREAR la imagen con colores fríos. La otra con colores cálidos.



Imagen tomada de: <https://webdelmaestro.com/paisajes-para-pintar/>

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 5 de 8

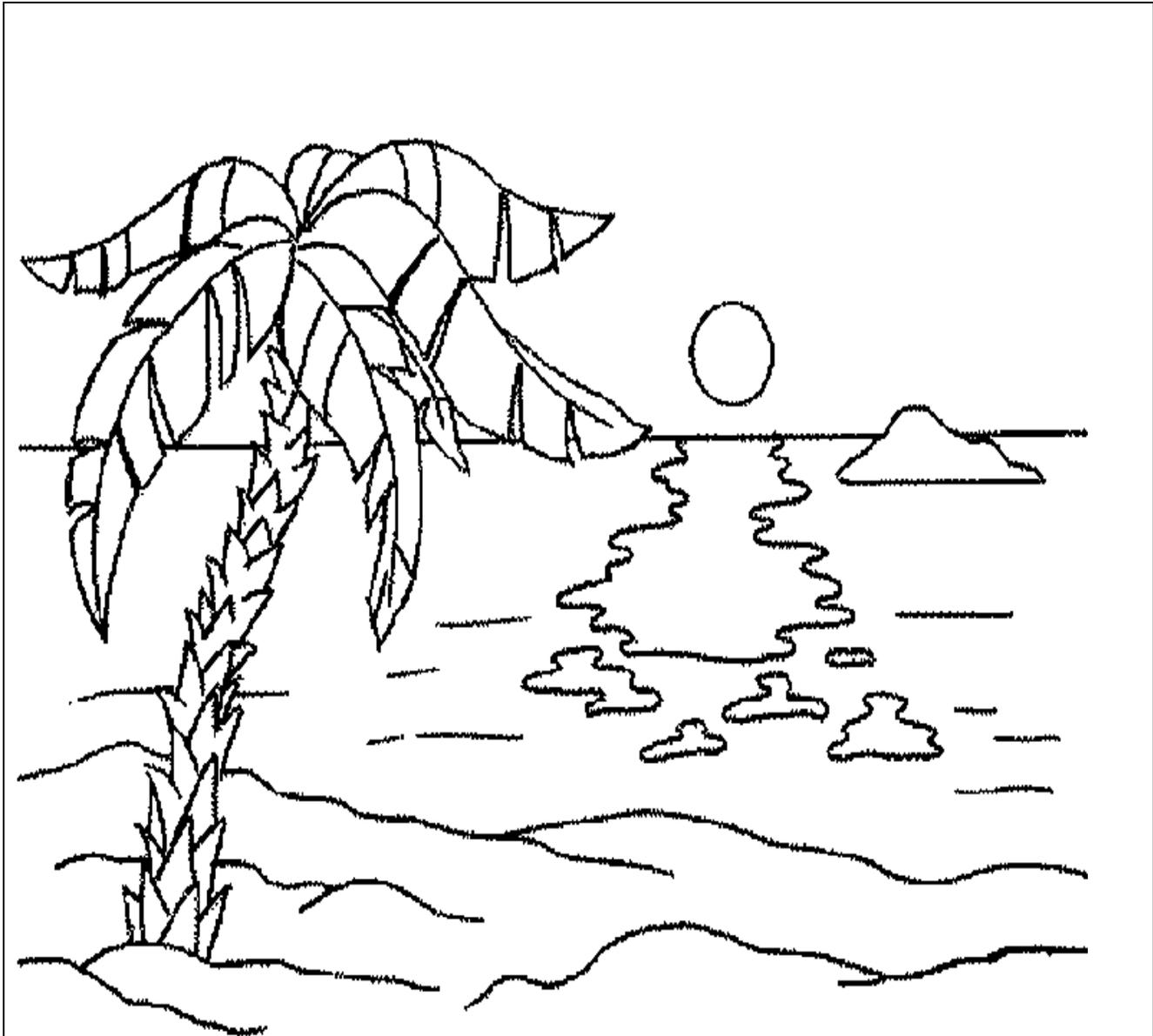
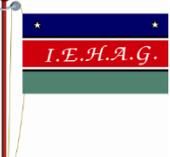


Imagen tomada de: <https://webdelmaestro.com/paisajes-para-pintar/>

REALIZAR los dibujos que se te proponen, en el cuaderno de cuadrícula, utilizando los colores cálidos, fríos y terciarios. Recuerda que es una plana por cada dibujo y debes contar los cuadritos para que te quede igual a la muestra.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 6 de 8

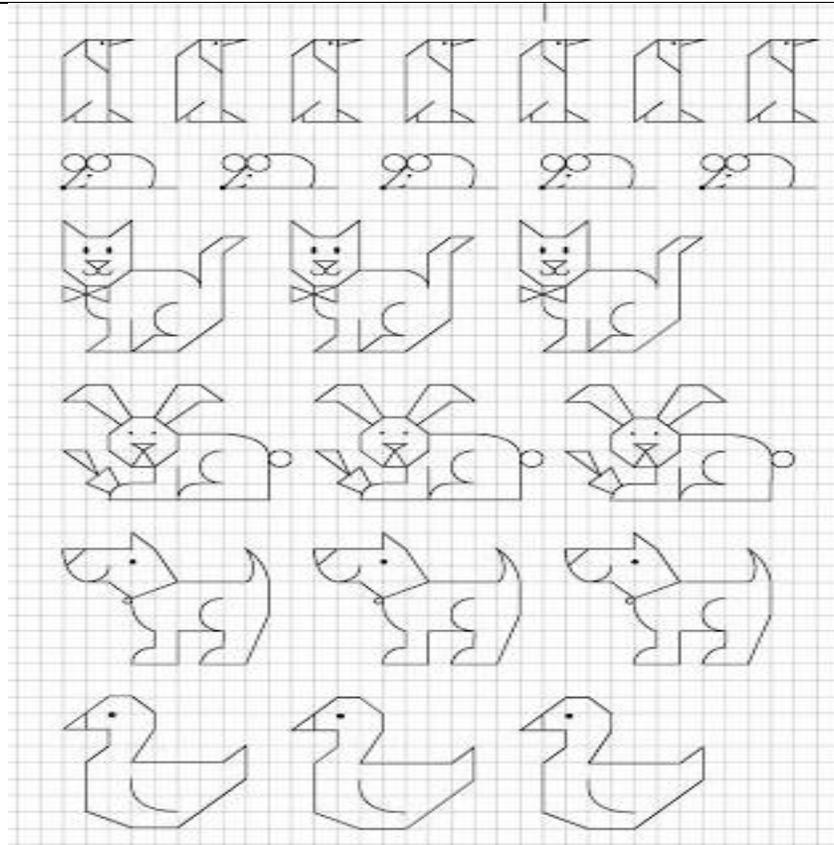


Imagen tomada de: <https://co.pinterest.com/pin/214695107214771421/>

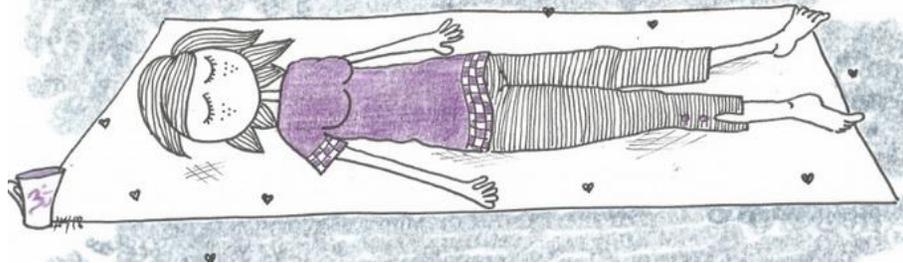
ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN

A partir de este periodo iniciaremos con unos ejercicios de relajación pues estas técnicas y ejercicios aportan grandes beneficios a nuestra salud y bienestar, **mejora** la calidad del sueño, reduce la tensión muscular, nos ayudan a darle un manejo asertivo a nuestras emociones y enriquece nuestra vida espiritual.

Debes tener a la mano una toalla, una almohada y música suave. Y Disponer de 30 minutos diarios.

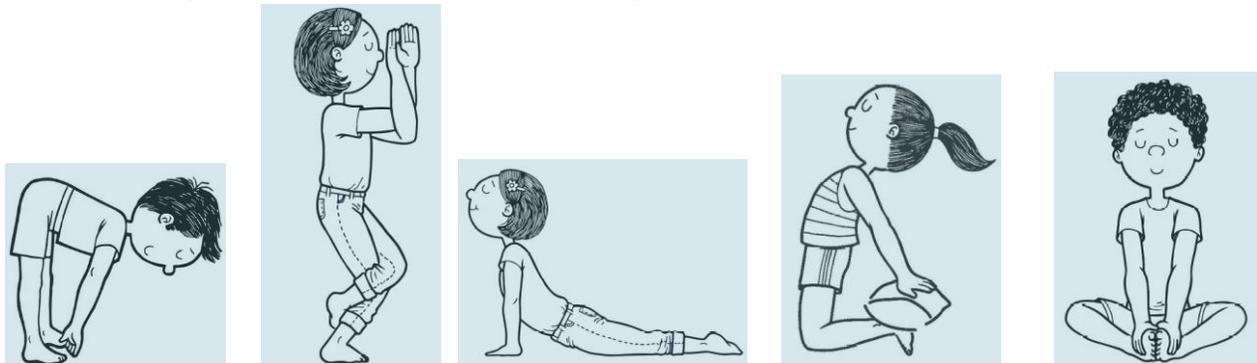
1. Control de la respiración. Te acuestas boca arriba. Como lo muestra la imagen Tomas el aire por la nariz de manera lenta, el aire entra por la nariz, llega a los pulmones y sale por la boca lentamente. Puedes comenzar con diez respiraciones lentas y profundas e ir aumentando con el paso de los días. Te quedas en esta posición durante 15 minutos.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 7 de 8



Pedir a tus padres o cuidadores que te tomen una foto o un video y lo mandas como evidencia del trabajo realizado durante varios días.

Pasados los 15 minutos te incorporas realizando las siguientes posturas, sosteniendola durante 30 segundos cada una: el mono, el aguila, la cobra, el camello y la mariposa.



Imágenes tomadas de: <https://profesorapaulina.cl/index.php/ensayos/27-ensayos/cuarto-basico/actividades-ludicas-para-cuarto/47-yoga-de-los-animales>

2. ¡Somos artistas!

- Pinta una hoja o un octavo de cartulina con lápices o crayolas de colores cálidos, cuidando de no dejar espacios vacíos.
- Aplica encima, con los dedos o un pincel, una capa de témpera o vinilo negro.
- Espera a que seque.
- Escoge una silueta, un animal, un objeto, una fruta. Vas a hacer una figura abstracta o un paisaje sencillo.
- Con ayuda de un lapicero que no escriba o de un objeto que tenga punta, retira la pintura negra, dándole forma al motivo que escogiste. Así podrás observar los colores que están escondidos debajo de la capa de pintura negra que aplicaste. Ejemplo:

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA.		Versión 01	Página 8 de 8



FUENTES DE CONSULTA

FUENTES DE CONSULTA

https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-346083.html?_noredirect=1

<https://profesorapaulina.cl/index.php/ensayos/27-ensayos/cuarto-basico/actividades-ludicas-para-cuarto/47-yoga-de-los-animales>

<https://www.etapainfantil.com/yoga-infantil>

<https://www.pinterest.ch/pin/605312006157370818/>

Educación física y artística. Cultivar el alma y el cuerpo. Módulo de auto instrucción. Fondo Editorial Sagitario. Segunda edición, 2008.