

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: Plan de mejoramiento		Versión 01	Página 1 de 1

ASIGNATURA /AREA	Núcleo Lúdico-Recreativo	CLEI :	4
PERÍODO	UNO	AÑO:	2025
NOMBRE DEL ESTUDIANTE			

LOGRO/COMPETENCIA

La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística, físicas y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales así como la formación personal en todos sus ámbitos.

Competencias: Sensibilidad Apreciación artística • Comunicación • La educación física • El calentamiento • El acondicionamiento físico

ACTIVIDADES:

1. Lee el siguiente texto y contesta las preguntas que aparecen al final de la lectura.

El objetivo de la Educación Física

Son objetivos diferentes y el proceso de formación ha de ser diferentes

El concepto de cuerpo ha influido en el concepto de Educación Física a lo largo de la Historia, Antiguamente se consideraba que el cuerpo estaba separado del alma (teniendo está más importancia), por lo que la Educación Física tenía un carácter instrumental en la que el cuerpo era

Un medio para lograr otras metas de mayor trascendencia. Actualmente se considera a la persona como una unidad integral compuesta por aspectos cognitivos, afectivos, sociales y motores.

Se sabe que desde la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio con fines de supervivencia, en la medida que sin **agilidad, fuerza, velocidad y energía** se tornaba muy difícil la subsistencia, en una vida tan rudimentaria. Luego, civilizaciones como la espartana se ocuparon de la educación física dándole mucha importancia a la preparación para la guerra y el combate.

En **Grecia**, la concepción del humano como algo separado del alma instaba a darle mucha importancia a la educación física, y no es casualidad que en ese contexto fue que nacieron muchos de los deportes que se practican hasta el día de hoy y los famosos Juegos Olímpicos. Los **deportes de gimnasia moderna**, en general vinculados con el atletismo (danza, esgrima, natación, equilibrio, equitación)

Tuvieron un surgimiento directamente relacionado con la educación física. Más tarde llegarían los **deportes de velocidad** como el ciclismo y el automovilismo, en los que la habilidad física y la rapidez mental se combinan con la eficiencia mecánica.

Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos.

Es una disciplina educativa que emplea la actividad física, el deporte, el juego, la recreación y las diferentes manifestaciones motrices, para formar al individuo de manera integral, en el aspecto cognoscitivo, físico, social y moral. Castillo (2006)

A través de la Educación Física, se expresa la espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Previene enfermedades, ayuda a conocer el cuerpo y logra formar al ciudadano en el trabajo en equipo. Además, la educación física es la única asignatura escolar que busca educar en la experiencia personal. Se logra consensuar reglas con el equipo contrario, pero también adquirir los valores y reconocer el esfuerzo aun en una situación de derrota. Para cualquier actividad física suelen intervenir otros conocimientos, como los de la matemática (el conocimiento sobre distancias), **la física** (la fuerza que se le impone a un móvil y la dirección que este toma), **el arte** (en la gran gama de deportes que se relacionan con la estética), y hasta la **música**, en los deportes que tienen un gran sentido rítmico.

La educación es mucho más que la educación física, pero muy poco sin ella (Hammelbert)

Preguntas:

1. Cómo se consideraba la educación antiguamente
2. En esta época como se considera el cuerpo humano
3. Conociendo lo qué es la educación física. Con tus propias palabras define qué es la educación física.
4. Como se consideraba la educación física en la prehistoria, en Grecia.
5. menciona tres beneficios de la educación física.

2. Teniendo como base la siguiente lectura realiza un mapa conceptual sobre el tema.

DEPORTE Y RECREACIÓN

El deporte en general, es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos.

Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.

Deporte universitario. Es aquel que complementa la formación de los estudiantes de educación superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas por la Ley 30 de 1992. Su regulación se hará en concordancia con las normas que rigen la educación superior.

Deporte asociado. Es el desarrollo por un conjunto de entidades de carácter privado organizadas jerárquicamente con el fin de desarrollar actividades y programas de deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional que tengan como objeto el alto rendimiento de los deportistas afiliados a ellas.

Deporte competitivo. Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del deporte asociado.

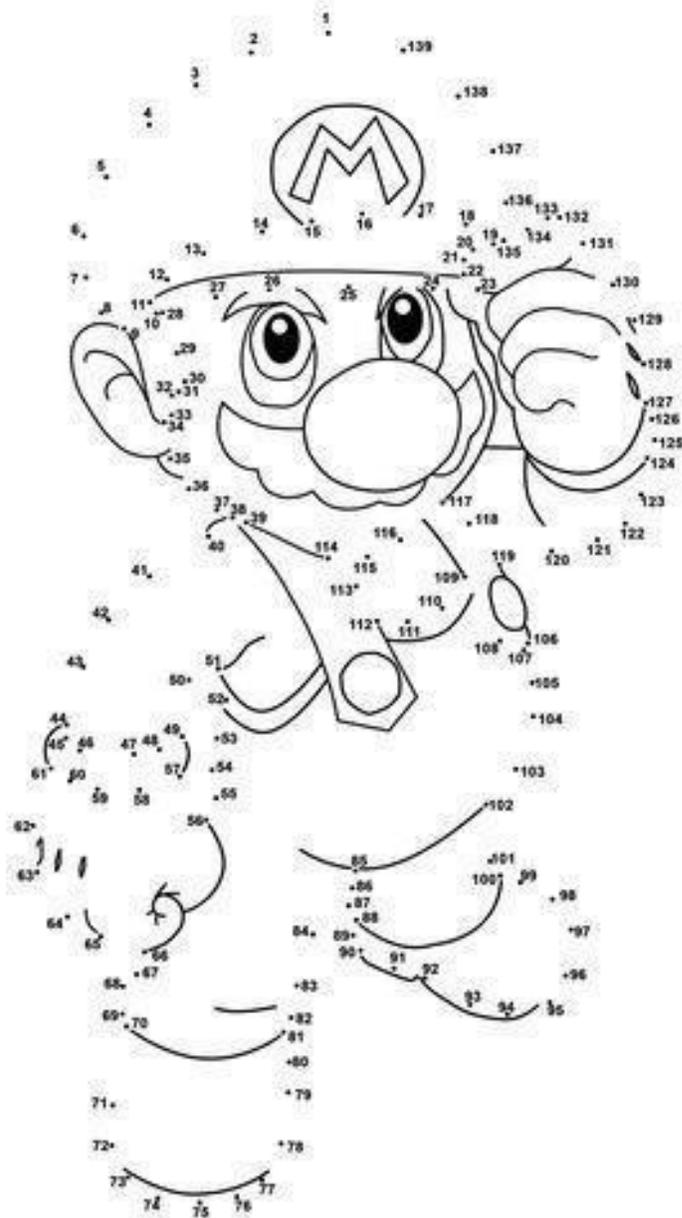
Deporte de alto rendimiento. Es la práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos.

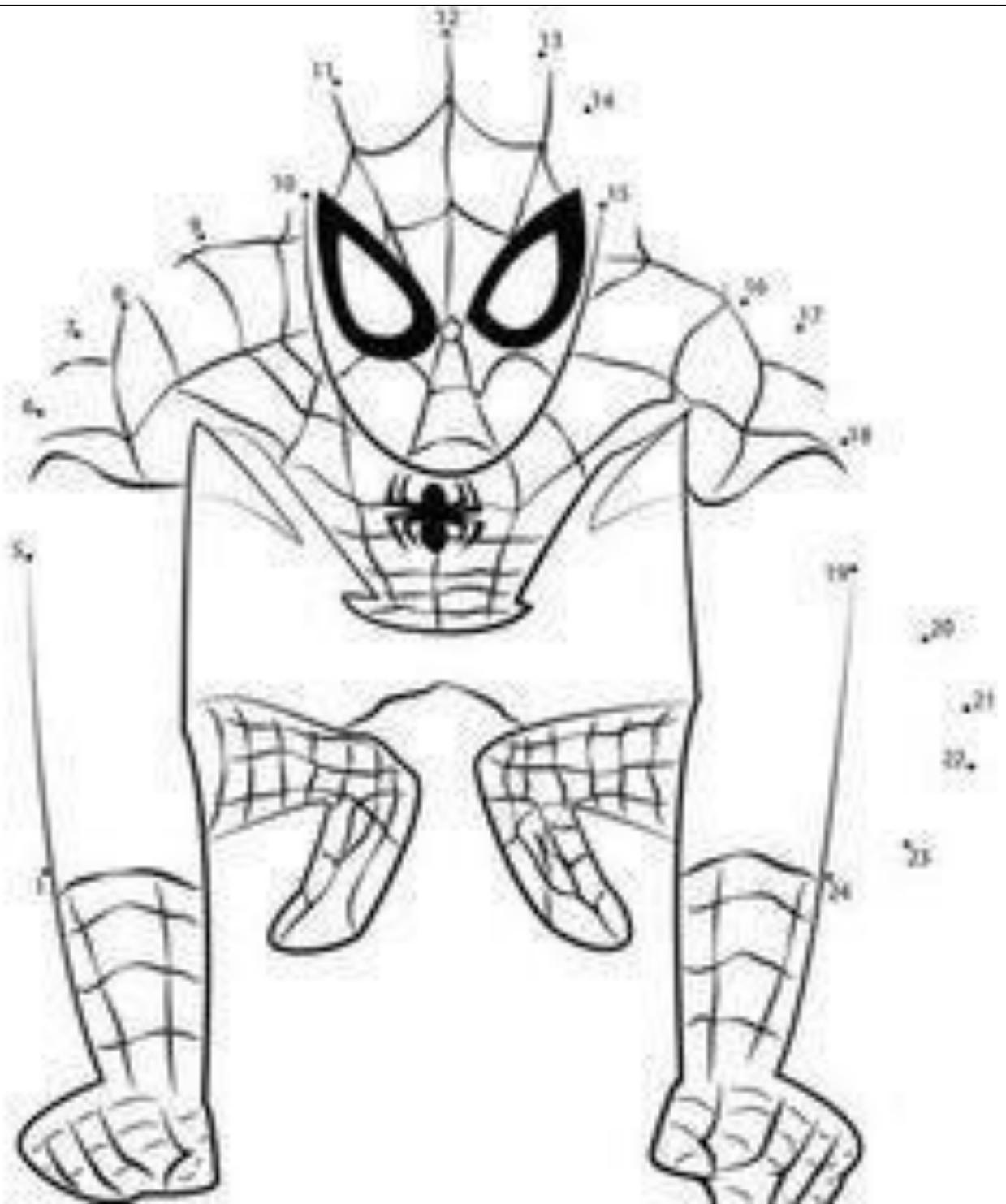
Deporte aficionado. Es aquel que no admite pago o indemnización alguna a favor de los jugadores o competidores distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.

Deporte profesional. Es el que admite como competidores a personas naturales bajo remuneración, de conformidad con las normas de la respectiva federación internacional.

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

3. Utilizando la técnica del puntillismo vista en clase realiza los siguientes dibujo con colores

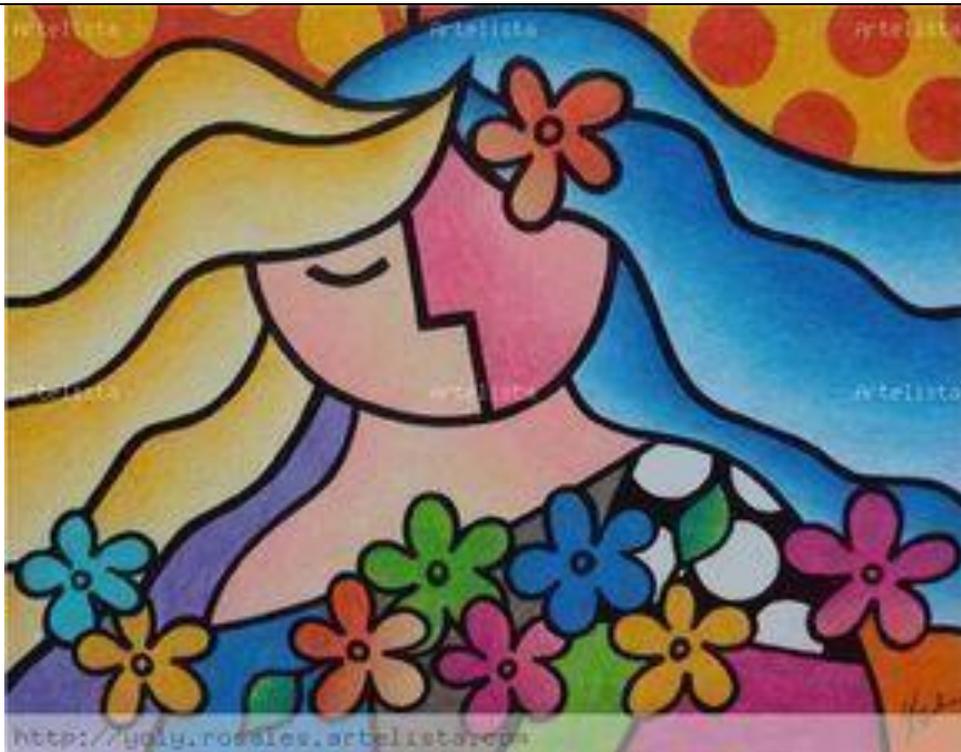




4. Teniendo como base el dibujo anterior reproducícalo y haga uno igual utilizando la técnica de la línea.



5. Teniendo como base el dibujo anterior reproducícalo y haga uno igual utilizando teoría del color vista en clase.

**BIBLIOGRAFIA:**

https://www.pinterest.es/pin/814096070112686043/?nic_v1=1a5%2BMnmh4aL09cUfdI%2FqpgcBU8N8lw%2BK5GGY1kHB8IMvBBQpYMuDI336or3%2F7edqkC
<http://edufisicaelka.blogspot.com/2014/06/trabajos-de-educacion-fisica.html>

METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN

Explicación y ejemplificaciones dirigidas por el docente frente a los contenidos del trimestre.

- Realización de actividades de superación de debilidades.
- Orientación individual para el desarrollo práctico y de aplicación para afianzamiento de los conocimientos.
- Sustentación del taller evaluativo de plan de mejoramiento

RECURSOS:

Rastreo de saberes previos de los estudiantes
-Organización de las ideas del conocimiento previo de los estudiantes
-Exposición de las ideas previas por parte de los estudiantes
- Consultas en Internet
- Herramientas Tics educativas

OBSERVACIONES:

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN
NOMBRE DEL EDUCADOR(A) Isabel Cristina Ortiz Tamayo Fabio Humberto Meneses López	FIRMA DEL EDUCADOR(A)
FIRMA DEL ESTUDIANTE	FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA

--	--