
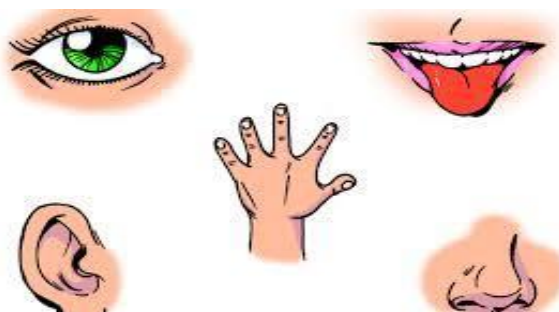
	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: Planes de Mejoramiento</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 1</b>

<b>NÚCLEO:</b>	<b>LÚDICO-RECREATIVO</b>	<b>CLEI</b>	<b>5</b>
<b>PERÍODO:</b>	<b>UNO</b>	<b>AÑO:</b>	<b>2022</b>
<b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE</b>			

#### LOGROS /COMPETENCIAS:

Se pretende que los estudiantes de CLEI V de la jornada Sabatina, construyan los conocimientos acerca de las expresiones y los movimientos artísticos como elementos esenciales para el desarrollo físico y emocional de los seres humanos a lo largo de la existencia, a partir de la sensibilización y el desarrollo de saberes específicos, desde las prácticas motrices y artísticas incidentes en el desarrollo cognitivo y corporal. Se pretende también que los estudiantes, construyan los conocimientos acerca de los conceptos de EL ARTE Y EL DEPORTE como elementos esenciales para el desarrollo físico y emocional de los seres humanos a lo largo de la existencia en un momento coyuntural de pandemia.

#### SABERES PREVIOS



La expresión artística y la actividad física 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. Es a través de los órganos de los sentidos que los seres pueden contemplar y admirar el mundo que lo rodea y transformar la realidad. Por ello es fundamental para el ser humano recrear su vida a partir de experiencias, pensamientos y sentimientos.

#### EXPERIENCIAS CORPORALES Y MENTALES

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué entendemos por percepción visual y percepción corporal?
2. ¿Qué relación encuentras entre arte y esquema mental?
3. ¿Cuáles son los órganos de los sentidos?, explica cada uno de ellos para que sirven y dibújalo en el cuaderno basado en la imagen anterior.

Ejercicio de percepción intenta leer el nombre más no decir el color de cada uno.

**AZUL AMARILLO NEGRO**  
**ROJO AZUL NARANJA**  
**VERDE NEGRO ROJO**  
**AMARILLO VERDE AZUL**  
**NARANJA NEGRO VERDE**  
**AZUL ROJO NARANJA**

## ACTIVIDAD 2

### LEE CON ATENCIÓN

#### ORGANOS DE LOS SENTIDOS

Es importante comprender que es a través de los **sentidos que se capta lo que sucede en nuestro entorno.**

Los seres humanos tenemos cinco **órganos de los sentidos**, que son los oídos, la nariz, los ojos, la lengua y la piel, que se corresponden con los **cinco sentidos**: el oído, el olfato, la vista, el gusto y el tacto.

El ser humano capta toda la información del mundo exterior a través de los sentidos, esta interacción del hombre con su mundo sensible es la condición principal para el desarrollo psíquico y corporal de la persona. La actividad cerebral depende esencialmente de estímulos sensoriales, no sólo al nacer y en sus primeros años sino durante toda la vida, la energía psíquica de todo ser humano es decir, toda la serie de procesos químicos y eléctricos localizados en los campos neuronales son el determinante principal de manifestaciones de la inteligencia y de la conducta y todos ellos dependen de las estimulaciones a través de los sentidos, por lo tanto la corteza cerebral requiere una continua estimulación para conservar la normalidad de la mente y de la conducta. Existen diversos estudios que comprueban la naturaleza poli sensorial del hombre (Gimeno 1986, 34), es decir de la particularidad del ser humano de captar su entorno a través de todos los órganos de los sentidos.

Cada órgano de nuestro cuerpo tiene unas funciones específicas, pero entre ellos existen unas interacciones esenciales para asegurar el buen funcionamiento general del cuerpo. Cada órgano requiere de cuidados para mantenerlo en buen estado y que no interfiera con nuestra salud.

Intenta implementar los siguientes cuidados para el buen de estado de tu cuerpo

#### OJOS

Necesita vitamina 3D por medio de la exposición segura al sol, evita las luces azules (celular, Tablet)

- Relaja tu mente y tus ojos
- Come vegetales frescos de hojas color verde oscuro: acelgas, espinacas, brócoli

#### CEREBRO

- Aceite de coco, grasas omega-3 de fuentes animales: salmón, atún, marisco...
- Hacer ejercicio regularmente

- Evita el aluminio: por ejemplo, con el consumo de alimentos enlatados

### **PULMONES**

- Reduce los contaminantes del aire de tu casa
- Usa productos y sprays de limpieza naturales
- No fumar ni exponerse al humo de cigarro de otras personas

### **CORAZÓN**

- Reduce el consumo de granos y dulces
- Haz ejercicio regularmente
- Beber proteína de lacto suero
- Mantener el estrés bajo control
- Mantener el colesterol en niveles saludables

### **ESTÓMAGO E INTESTINOS**

- Ingiere alimentos fermentados, probióticos
- Comer alimentos completos y crudos
- Masticar la comida lentamente

### **PIEL**

- Comer alimentos saludables que vayan de acuerdo a su tipo nutricional- alimentos orgánicos
- Comer vegetales de hojas de color verde oscuro como col rizada, espinaca y brócoli
- Tomar jugos de vegetales
- Consumir alimentos altos en carotenoides y grasas omega-3
- Usar solamente productos para la piel que sean orgánicos

### **ARTICULACIONES**

- Ingerir omega-3 y glucosamina, vitaminas D3 y K; la vitamina K se encuentra en verduras de hojas verdes y frutas como el kiwi, curcumina, jengibre y bromelina
- Onagra de noche, grosella negra y aceite de borraja
- Pimienta cayenna/crema de capsaicina
- Ejercicio regular.

### **¡Sabias que! De acuerdo al sentido de la vista**

**Se puede afirmar que los colores no existen.** Lo que existe es la luz, que genera diferentes impresiones en los órganos visuales de los seres humanos. Esos órganos envían señales al cerebro y es allí donde se genera la imagen visual y, por ende, el color. Dado este carácter subjetivo del modo en que percibimos los colores se da de manera diferente.

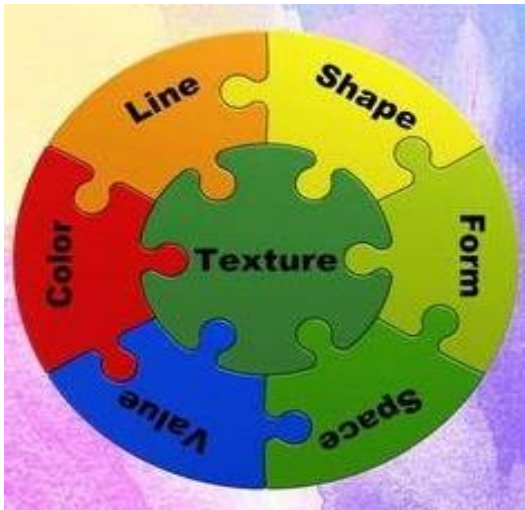
4. Realiza los dibujos en el cuaderno de artes y aplica técnica de color, resaltando las tonalidades como se observa en la imagen



Ahora responde...

5. ¿Qué relación tiene el color con los órganos de los sentidos?
6. ¿Cuál es el color que más te gusta y por qué?
7. ¿Cuáles son los colores primarios y secundarios?
8. ¿Menciona cuáles son los órganos de los sentidos que más utilizamos cuando realizamos deporte?  
Explica tu respuesta.

### ELEMENTOS DEL ARTE



9. Realiza el esquema siguiente

LÍNEA

FORMA

TEXTURA

COLOR

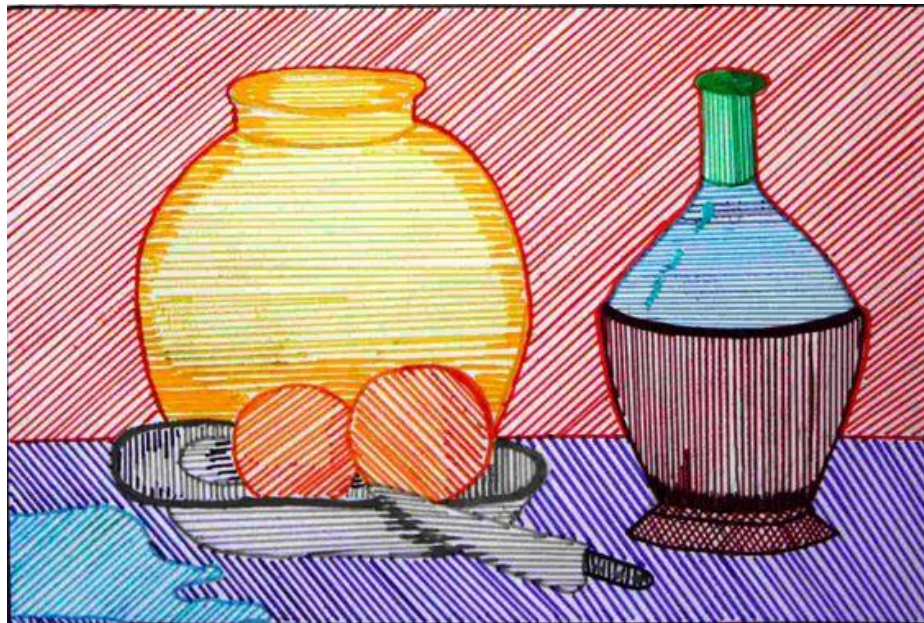
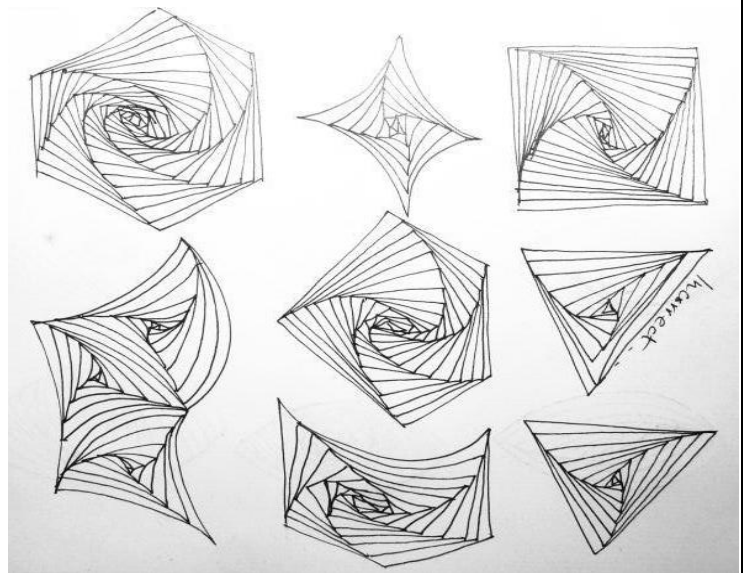
VOLUMEN

ESPACIO

10. Escribe los elementos del arte

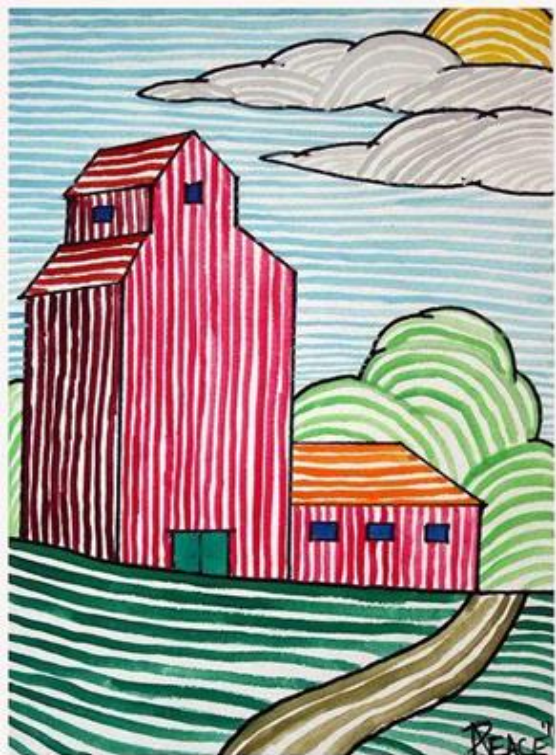
11. Realiza los espirales aplicando líneas y formar

Teniendo en cuenta los elementos del arte realiza los siguientes dibujos, cada uno de ellos tienen diversos detalles, puedes utilizar diversos materiales pintura, crayola, témperas, lápices de colores entre otros.

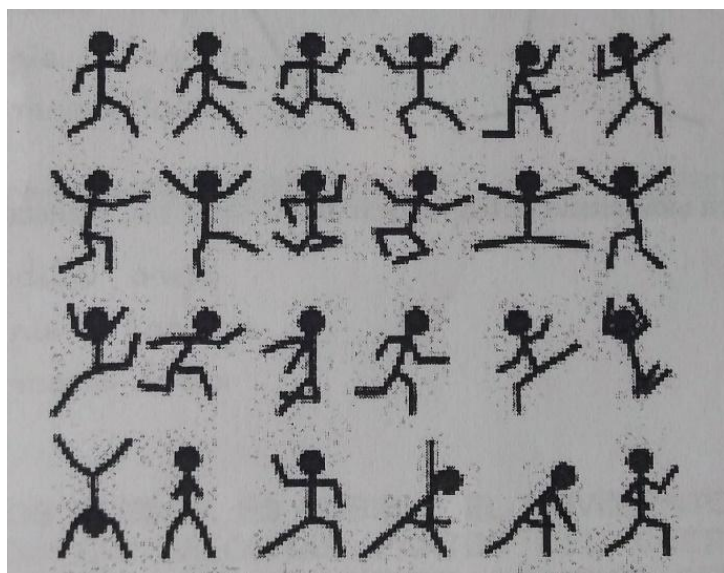


12. Busca hojas de papel periódico y realiza la siguiente obra, observa su textura, color y forma, puedes utilizar todos los materiales que desees para tu obra de arte. describe cómo te pareció el proceso recuerda





13. Realiza los esquemas y el que aparece en blanco  
diseñalo a tu gusto



14. Realiza las figuras empleando el punto y las líneas, además realiza actividad física en donde debes utilizar cada uno de los movimientos que plantean en la siguiente imagen, envía mínimo 5 fotos de cómo serían esos ejercicios.

Explica ¿cuál crees que es el propósito de realizar actividad física y su conexión con los órganos de los sentidos?

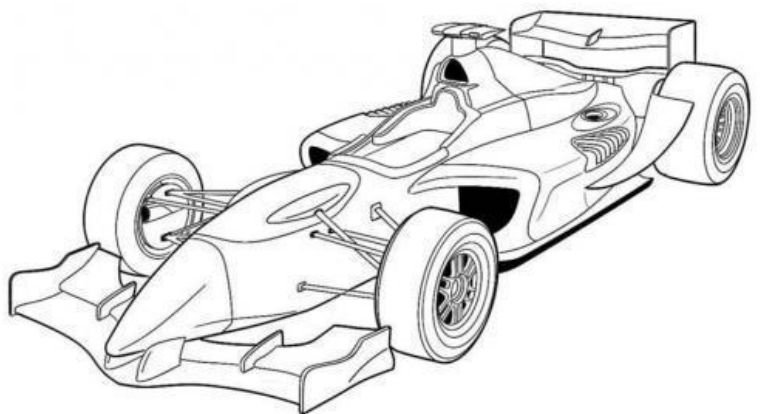
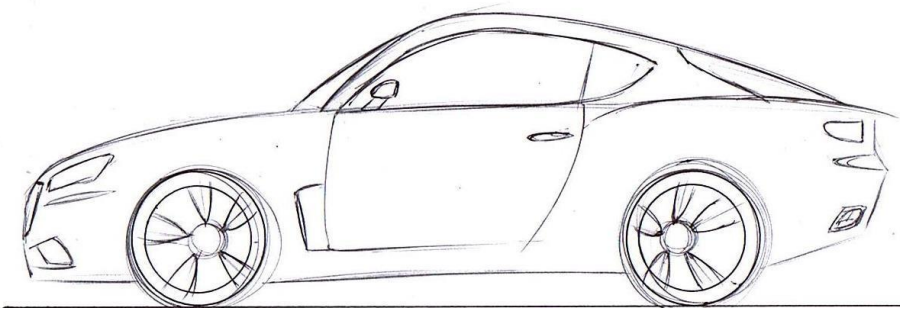
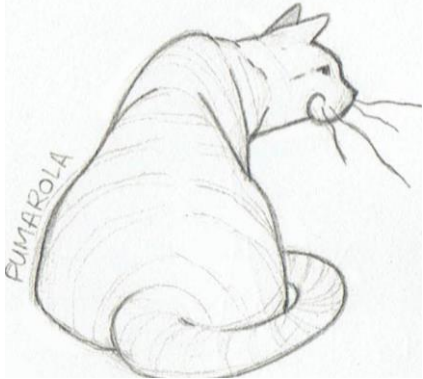
15. Copia en tu cuaderno la siguiente definición

El **BOCETO** se caracteriza por trazos rápidos, ágiles y sueltos de gran expresividad, está compuesto por varias líneas suaves que sirven para dar forma al objeto que desea presentar siendo el punto de partida de una pintura

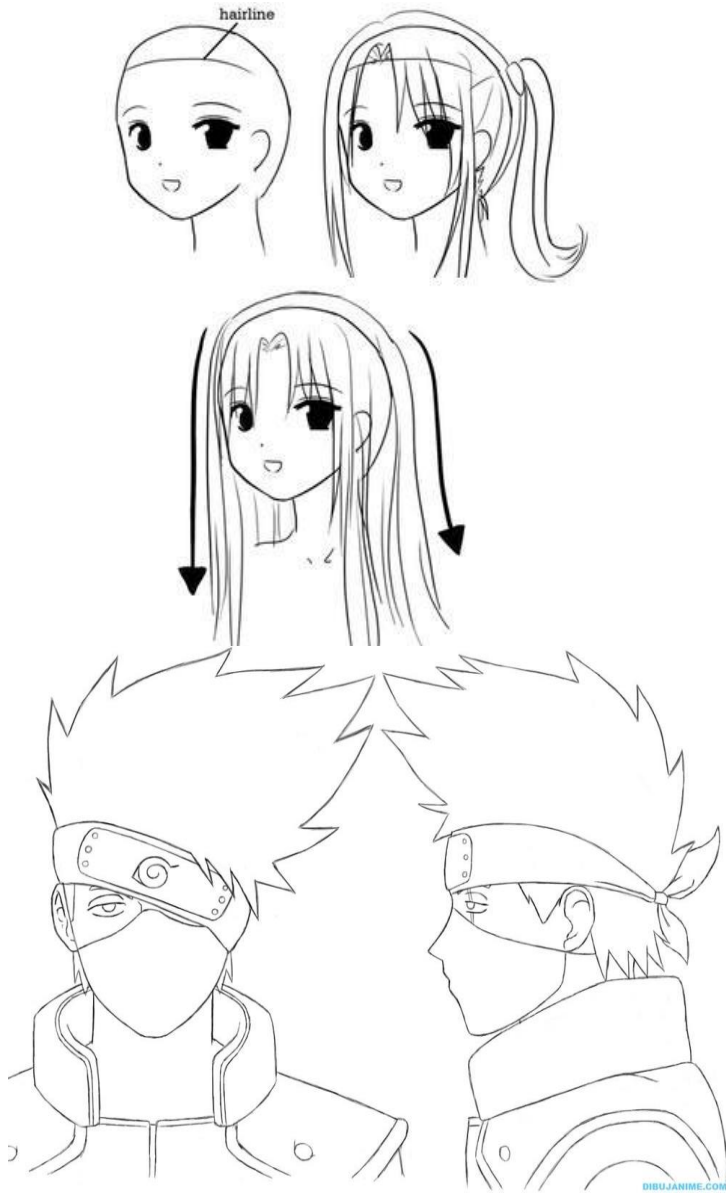
16. Realiza un boceto de la figura de una persona a mano sin ninguna guía,

17. Comprende y realiza una composición donde tengas en cuenta la técnica del boceto.

18. Observa las imágenes y gráfica, cada una de página entera. (SON CINCO)



TEMA: BOCETOS Y ACABADOS: Recuerda que el boceto es un dibujo inicial, realizado como punto de partida de una composición llamada dibujo, ya el acabado es dar detalles desde el volumen, forma y color.



19. Realiza los rostros anteriores y la caricatura.

20. Escribe el siguiente concepto





FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN
NOMBRE DEL EDUCADOR(A) CRISTIAN FELIPE MEJÍA BALLESTEROS	FIRMA DEL EDUCADOR(A)