	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: Planes de mejoramiento		Versión n 01	Página 1 de 1
ASIGNATURA /AREA	LUDICO - RECREATIVO	GRADO:	CLEI VI
PERÍODO	1	AÑO:	2023
NOMBRE DEL ESTUDIANTE			

Taller de Recuperación

Teniendo en cuenta los diferentes temas vistos y las actividades realizadas durante el primer periodo escolar, deberás preparar el taller a mano, con tu letra y ortografía. Debe ser presentado en hojas de block.

Con tinta de color negra y Letra legible.

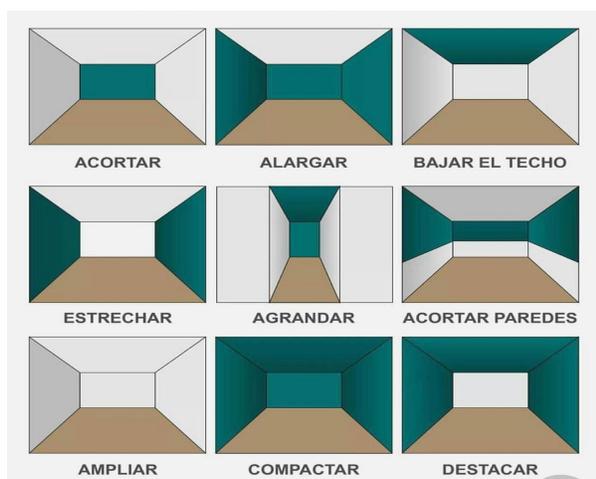
El taller debe tener todos los parámetros (portada, índice, introducción de contenido, anexos y bibliografía)

- Carpeta tamaño carta

LEE Y DESARROLLA

Por medio de los colores, podemos crear diferentes efectos visuales.

1. Realiza la siguiente composición visual en hojas de block.

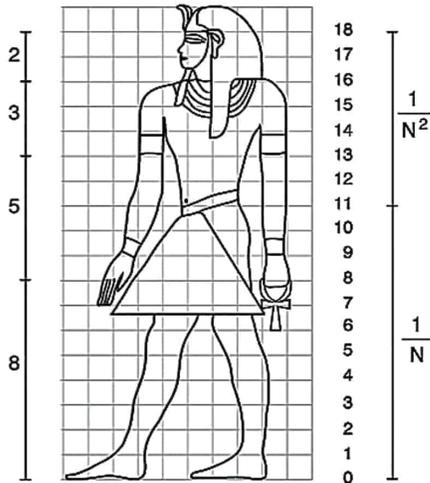


2. El deporte es fundamental para fortalecer nuestro cuerpo; diariamente podemos realizar alguna actividad física que favorezca nuestra salud, sin embargo es importante reconocer que durante esta práctica se pueden presentar eventualidades que requieran de primeros auxilios.

Realiza el siguiente cuadro y menciona las lesiones físicas más frecuentes como consecuencia de la práctica de alguna actividad física y escribe los cuidados.

Lesiones físicas frecuentes	Cuidados inmediatos

3. Escribe los alimentos que consideres necesarios para cuidar tu salud y tener una buena condición física.
4. Consulta los beneficios que aportan los siguientes alimentos: carne, frutas, papa, leche, arroz, lentejas, verduras, huevos, mantequilla.
5. Responde las siguientes preguntas: ¿ Cuántas horas descansas diariamente? ¿ Qué aspectos de tu lugar de descanso cambiarías? ¿Que actividades de ocio realizas?
6. Realiza un dibujo libre en cuadrícula. ejemplo:



7. Escribe una rutina de ejercicio , donde se evidencie estiramiento, calentamiento y ejercicios básicos del cuerpo ejemplo: abdominales, pesas, sentadillas. Realiza los respectivos dibujos para cada ejercicio.

8. Realiza un juego de mesa con materiales reciclables, puede ser un triqui, ajedrez, rompecabezas, parques, escalera.

OBSERVACIONES:

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO Las fechas estipuladas por la institución dentro del horario de clase.

FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN
Las fechas estipuladas por la institución dentro del horario de clase.

NOMBRE DEL EDUCADOR(A)
Karen González O.

FIRMA DEL ESTUDIANTE