
	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 5</b>

IDENTIFICACIÓN			
<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ</b>			
<b>DOCENTE: Cristian Mejía, Juan Carlos Márquez, Miguel Monsalve.</b>		<b>NÚCLEO DE FORMACIÓN: LÚDICO-RECREATIVO</b>	
<b>CLEI: V</b>	<b>GRUPOS: SABATINOS</b>	<b>PERIODO: 2</b>	<b>SEMANA: 20</b>
<b>NÚMERO DE SESIONES:</b>	<b>FECHA DE INICIO:</b>	<b>FECHA DE FINALIZACIÓN:</b>	
1	03 DE JUNIO	09 DE JUNIO	
<b>TEMAS: HISTORIA DE LAS ARTES Y DEPORTES DE MONTAÑA.</b>			

## PROPOSITO

Conocer diferentes tipos de deportes para el conocimiento en cuanto a tácticas, técnicas y objetivos, así como las diversas vanguardias artísticas que se han gestado a través de la historia del arte.

## ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN)



A manera de ejercicio de indagación escribe con tus propias palabras:

1. ¿Qué entiendes por deportes de montaña?
2. ¿Cuáles deportes de montaña conoces?
3. ¿Practicas algún deporte de montaña?
4. ¿Sabes que es el cubismo?

### ¿SABES QUE ES UN DEPORTE MONTAÑA?

Se realizan en terrenos montañosos. Por ejemplo: alpinismo, senderismo, esquí, snowboard, ciclismo de montaña, tirolesa y escalada.

Fuente: <https://concepto.de/deporte/#ixzz6t06Rg19g>



	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 2 de 5</b>

## ACTIVIDAD 2 (CONCEPTUALIZACIÓN)

### DEPORTES DE MONTAÑA

El ciclismo de montaña, considerado un deporte de riesgo, es un ciclismo de competición realizado en circuitos naturales generalmente a través de bosques por caminos angostos con cuestas empinadas y descensos muy rápidos.

Las bicicletas suelen ser fabricadas de aluminio, titanio, carbono u otras aleaciones lo más ligeras posibles, llevan suspensión delantera que está en la horquilla, con recorrido desde 100 a 180mm, que puede ser de resorte, aceite, aire o ambos sistemas combinados; algunas usan también suspensión para la rueda trasera, normalmente con un sistema de articulación en el cuadro de la bicicleta; A finales de la primera década del siglo XXI la mayoría usaba cambios de 9 velocidades en el piñón (cassete) de la rueda posterior y 3 platos en la catalina. Posteriormente en el mercado se comenzaron a comercializar bicicletas con biplato adelante y juegos de casete, de 10 y 11 velocidades en el eje trasero; en el 2015 se incursionó en el mercado con la catalina monoplato con casetes de 11 y 12 velocidades. Estas configuraciones siempre son a elección del deportista, el avance de la tecnología permitió alojar más relaciones en el casete para simplificar la Catalina y hacer más sencillo el manejo de las relaciones llevándolos a un solo actuador en el manubrio a diferencia de los sistemas tradicionales con relaciones en el casete y también en la catalina que requieren de dos actuadores o sistemas electromecánicos automatizados más complejos y costosos.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 3 de 5</b>

1. ¿Cuáles son las especialidades de los deportes de montaña?
2. ¿Cuáles son los tipos más usados de bicicleta para las competencias en los deportes de montaña?
3. ¿Qué características deben tener los materiales de los cuadros en bicicletas para deportes de montaña?
4. ¿Cuáles son las recomendaciones sobre las técnicas de conducción para deportes de montaña?

### ACTIVIDAD 3 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

#### CUBISMO

##### ¿Qué es el cubismo?

El **cubismo** es considerado la primera vanguardia, ya que rompe con el último estatuto renacentista vigente a principios del siglo XX, la perspectiva. En los cuadros cubistas, desaparece la perspectiva tradicional. Trata las formas de la naturaleza por medio de figuras geométricas, fragmentando líneas y superficies.



Tomado: [es.wikipedia.org > wiki > Cubismo](http://es.wikipedia.org/wiki/Cubismo)

TOMADO: <http://www.rovial.com/10-curiosidades-sobre-el-cubismo/>

TOMADO:



<https://www.pinterest.es/pin/260223684707707263/>

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 2 de 5</b>

1. este es un cuadro cubista del pintor pablo Picasso, el título de la obra es las señoras de avignon, en una hoja de block tamaño carta o en tu cuaderno realiza la copia de esta composición cubista a todo color.
2. Consulta sobre la vida y obra de Pablo Picasso y realiza una infografía.

### FUENTES DE CONSULTA

Deporte - Concepto, historia, características y juegos olímpicos, concepto de deporte.  
 Fecha de consulta: abril 23, 2021 desde <https://concepto.de/deporte/>



Ciclismo de montaña. (2021, 20 de abril). *Wikipedia, La enciclopedia libre*.



Fecha de consulta: 13:35, mayo 7, 2021

desde [https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Ciclismo\\_de\\_monta%C3%B1a&oldid=134912606](https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Ciclismo_de_monta%C3%B1a&oldid=134912606).

Cubismo. (2021, 30 de abril). *Wikipedia, La enciclopedia libre*. Fecha de consulta: 13:37, mayo 7, 2021 desde

<https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Cubismo&oldid=135174368>.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 3 de 5</b>

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 4 de 5</b>