
	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:	2026
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

ACTIVIDAD 1

Coordinación general

Es la capacidad de realizar movimientos de manera ordenada y eficiente.

Responde:

1. ¿Qué significa que el cerebro y los músculos trabajen en equipo?
2. ¿En qué actividad necesitas más puntería? Explica.
3. ¿Por qué la coordinación ayuda a evitar lesiones?
4. ¿Qué consejos darías para aprender a saltar la cuerda?
5. ¿Cómo sería caminar o correr sin coordinación?
6. ¿Te gusta la actividad física? ¿Por qué?
7. Dibuja tu deporte favorito.

ACTIVIDAD 2: Tipos de coordinación

- Óculo-manual: coordinación entre ojos y manos
 - Óculo-pédica: coordinación entre ojos y pies
1. ¿En qué momento usas la coordinación óculo-manual?
 2. En un penalti de fútbol, ¿qué coordinación se utiliza y por qué?
 3. ¿Qué pasaría si escribes con los ojos cerrados?
 4. ¿Por qué a los bebés les cuesta más atrapar objetos?
 5. Nombra un deporte que use ambos tipos de coordinación:
 6. Identifica y colorea deportes que utilicen coordinación óculo-manual.

ACTIVIDAD 3: Habilidades motrices

Desplazamiento: caminar, correr, saltar, reptar

Estabilidad: equilibrio, girar, balancearse

Manipulación: lanzar, atrapar, golpear, empujar

1. Dibuja una línea curva y recórtala con tijeras sin salirte.
2. Dibuja un cuerpo humano.
Escribe alrededor 4 habilidades motrices y únelas con la parte del cuerpo que interviene.
3. ¿Qué significa que los ojos y las manos trabajen en equipo?
4. Dibuja una actividad o deporte donde uses esa coordinación.

ACTIVIDAD 4 Observa atentamente la siguiente historieta.



1. ¿Cuál es el problema de Ana? Mira la primera viñeta y explica con tus propias palabras qué intentaba hacer Ana y por qué se sentía un poco frustrada antes de tener su gran idea.
2. ¡Inventa el final! La historieta termina cuando Ana corre a buscar sus materiales. Dibuja una cuarta viñeta que muestre cómo quedó el fuerte de Ana usando su creatividad y los objetos de su caja de "ARTE".
3. Los Materiales Secretos: Observa la caja de arte de la última viñeta. Haz una lista de 5 materiales que ves ahí y escribe cómo crees que Ana los usará para arreglar su fuerte de almohadas.
4. Escribe con tus palabras lo que aprendiste en la historieta sobre la creatividad

1. Realiza un dibujo a partir del punto negro, utiliza tu imaginación



