
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL	Versión 01	Página 1 de 4	

IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: Paola Mejía Castrillón.		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Lúdico-recreativo	
CLEI: VI	GRUPOS: CLEI VI	PERIODO: Primero	CLASES: SEMANA 04
NÚMERO DE SESIONES: 1	FECHA DE INICIO: Febrero 21 de 2026	FECHA DE FINALIZACIÓN: Febrero 27 de 2026	

PROPÓSITO

- Propiciar esparcimiento creación artística y lúdica-recreación
- Fortalecer las competencias del componente lúdico-recreativo (educación física -educación artística)

ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN)



- Toma una hoja de papel, preferiblemente blanca.
- Realiza las divisiones propuestas en la imagen.
- Colorea identificando la posición de los colores o lo puedes dejar a tu elección.
Mucho ánimo y creatividad.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL	Versión 01	Página 2 de 4	

ACTIVIDAD 2 (CONCEPTUALIZACIÓN)

¿Qué es el arte abstracto?

El arte abstracto surgió hacia el año 1910, se propuso prescindir de los elementos figurativos, para concentrarse en formas y colores sin relación con la realidad visual. Vassily Kandinsky fue el gran impulsor de la pintura abstracta a principios del siglo XX. Para él, el punto es un elemento



esencial para la creación de una obra de arte.



El arte abstracto es el contrario del figurativo (es decir, la representación de objetos identificables mediante imágenes reconocibles). Por tanto, la abstracción no representa «cosas» concretas de la naturaleza sino que propone una nueva realidad. Propone un «arte puro» mirando más allá de nuestra realidad.

Si bien desde el primer arte elaborado por el ser humano ya tenemos ejemplo de abstracción (desde las cuevas prehistóricas hasta las decoraciones en iglesias románicas), es oficialmente Kandinsky el primero en teorizar sobre esto (aparte tenemos a los neoplasticistas o a los suprematistas, y un poco antes figuras aisladas como la de Hilma af Klint).

El arte abstracto existe independientemente de la realidad, la aleja. El arte abstracto no representa nada en realidad, pero como eso es imposible (!hasta un lienzo en blanco representa algo!) los artistas abstractos tiraron (tiran) por dos vertientes diferenciadas:

Por un lado, al arte abstracto expresivo: subjetivo y espontáneo, improvisado a veces, donde el protagonismo es de la expresividad del artista, que prescinde de estructura y se vuelca en el gesto, el material y el sentimiento que provoca la obra. Es por tanto altamente ambiguo e interpretable.

Por otro está el arte abstracto geométrico: que pretende ser objetivo y universal, planificado, en la que la composición es estructurada y que evita toda expresividad mediante el uso de la geometría. Suele defender una factura impersonal y pretende evocar claridad y precisión.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL	Versión 01	Página 3 de 4	

ACTIVIDAD 3 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

1. Escucha la música que más te gusta y elabora pinturas abstractas siguiendo los ritmos musicales.
2. Realiza una obra abstracta en una hoja de papel crac o hoja grande de cuaderno o en tu propio cuaderno, (puedes utilizar colores, pintura, acuarelas o el material que desees).

Te proponemos algunas ideas.



Finalmente lee y comprende



¿Qué relación tienen el arte y el deporte?

El arte y el deporte son habilidades corporales- mentales y emocionales, que se desarrollan a lo largo de la vida, es un proceso subjetivo, que va desde las aproximaciones y los gustos de cada individuo.

Probablemente, de entre todas las actividades humanas, el arte y el deporte son el medio idóneo para alcanzar, a través de la contemplación y el ocio un grado óptimo de relación con el contexto

Durante toda la historia de la humanidad, el arte y el juego han sido un instrumento comunicativo, sus formas más puras han conseguido transmitir y mostrar sentimientos a través del tiempo.

1. Escribe que entendiste del texto anterior.
2. Menciona que actividades de arte y deporte realizas en tu tiempo libre.

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

Rutina sugerida: Realiza los ejercicios de estiramiento de la imagen.



Calentamiento de 05 minutos saltando la cuerda o trote sostenido

- Flexiones: tres series de 15 repeticiones.
- Sentadillas: tres series de 30 repeticiones.
- Bíceps: 3 series de la regla del 21 con peso de un kilo en las manos. ...
- Fondos de tríceps: tres series de 12 repeticiones. ...
- Abdominales superiores e inferiores: 3 series de 20 repeticiones.

FUENTES DE CONSULTA

- <https://concepto.de/graffiti/#ixzz6kyEVNFO9>
- <https://www.ecr.edu.co/wpcontent/uploads/2015/09/habitos-de-vida-saludables.pdf>
- <https://lh3.googleusercontent.com/proxy/8IGZoTyp38pALylcdo3Fb>
- <https://thumbs.dreamstime.com/b/estirar-el-sistema-de-ejercicio-con-el-hombre-de-la-silueta-vector-81076892.jpg>