
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: Planes de mejoramiento		Versión 01	Página 1 de 1

ASIGNATURA /AREA/ NÚCLEO	Núcleo lúdico-recreativo Ed. Física, Artística y Lúdica	GRADO:	201, 202, 203, 204 Modelo pensar.
PERÍODO	4	AÑO:	2025
NOMBRE DEL ESTUDIANTE			

DESEMPEÑOS:

EDUCACIÓN FÍSICA:

Identifico diferentes componentes de la expresión corporal que están presentes en la vida cotidiana y que nos hacen entender el valor de desarrollar nuestras capacidades de comunicación.

Comprendo que es posible disfrutar de las actividades que están relacionadas con la expresión corporal.

Comprendo que la expresión corporal nos facilita diferentes logros importantes para nuestra vida.

Experimento diferentes vivencias relacionadas con la expresión corporal.

Establezco qué componentes tiene la expresión corporal, qué puede hacer divertidas e interesantes sus vivencias, y en qué aspectos de la formación humana hace contribuciones.

Comprendo, a través de nuestros escritos y análisis, cuál es el valor de la expresión corporal y cómo se puede desarrollar.

ARTÍSTICA:

Expreso y expongo emociones y sensaciones empleando el lenguaje artístico.

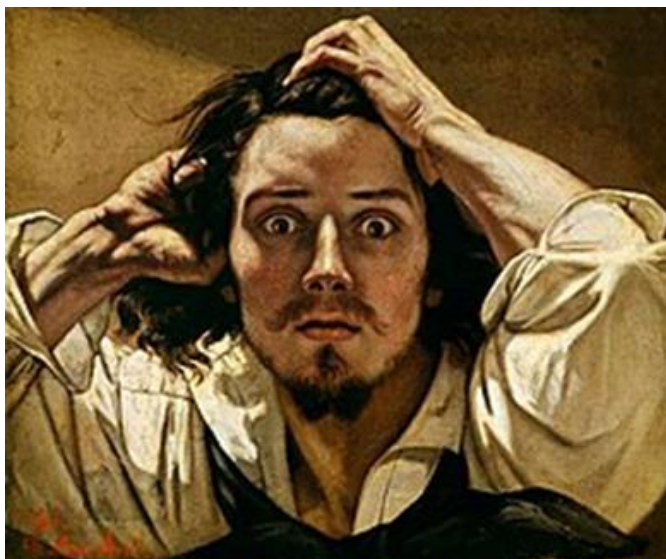
Alimento mis producciones artísticas a partir de la exposición de tus trabajos.

ACTIVIDADES TEORICAS A DESARROLLAR: Las actividades del plan de mejoramiento deben ser presentadas a mano, no se permite nada a elaborado a computador o impreso.

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA.

ACTIVIDAD #1: Escribe el siguiente texto y realiza la actividad.

LA EXPRESIVIDAD COMO DIMENSIÓN EDUCATIVA.



La expresividad es la capacidad que tienen las personas para comunicar pensamientos, emociones, sentimientos e ideas utilizando diferentes recursos como la voz, el cuerpo, los gestos, la escritura, el dibujo y el movimiento. No se limita únicamente al hablar, sino que abarca toda forma de manifestación que permita exteriorizar lo que ocurre en nuestro mundo interno.

En el contexto de la educación física, la expresividad cumple un papel fundamental porque:
Favorece la comunicación integral: los estudiantes aprenden a expresar lo que sienten y piensan tanto con palabras como con gestos y movimientos.

Fortalece la creatividad: al proponer formas originales de contar, relatar o representar, se estimula la imaginación y la capacidad de innovar.

Mejora la confianza y la autoestima: al compartir producciones propias, los estudiantes reconocen el valor de su voz y sus ideas.

Potencia el trabajo individual y colectivo: cada uno aporta su manera de expresarse, y al mismo tiempo se conecta con los demás a través de la comunicación.

La expresividad también está relacionada con la comunicación no verbal, porque no siempre usamos palabras para transmitir mensajes. Los gestos, las posturas y hasta los dibujos se convierten en un lenguaje simbólico que permite dar forma a lo que queremos comunicar. Por eso, actividades como el relato creativo o la representación gráfica ayudan a comprender que expresarse es un acto amplio y diverso, más allá del simple discurso oral.

Actividad:

“El abecedario creativo y expresivo” de forma individual en tu cuaderno, elaborando una historia en la que cada frase o parte de la narración comience con una letra del abecedario en orden consecutivo (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, Ñ, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Y, Z). La historia debe tener sentido, aunque sea divertida, creativa o incluso fantástica.

Ejemplo:

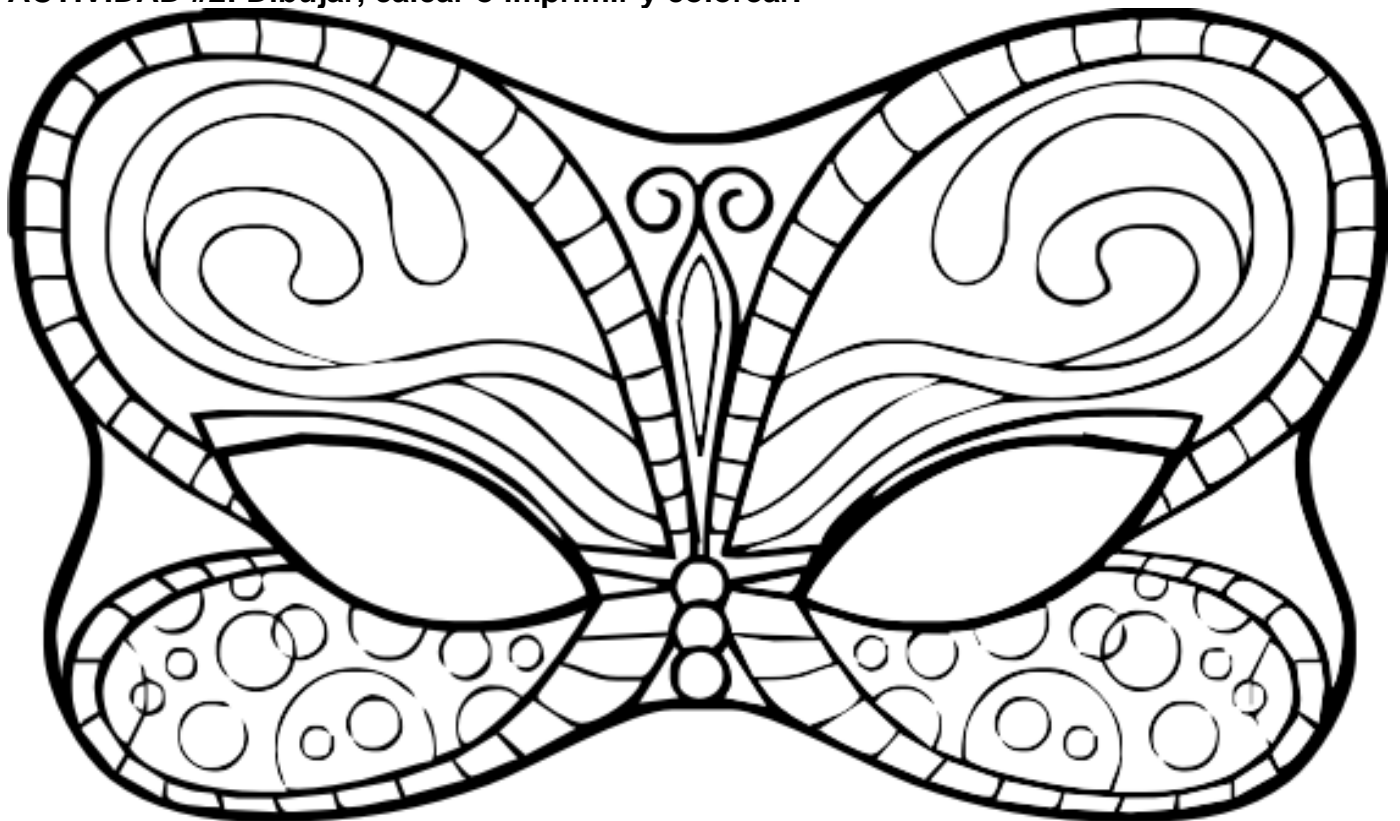
“Ayer salí a caminar.
Busqué un lugar tranquilo.
Caminé por un sendero.
Descubrí un río cristalino...”

Después de escribir, cada estudiante debe dibujar en su cuaderno una imagen representativa de la historia creada. El dibujo no necesita ser perfecto, sino reflejar lo que más llamó la atención de su narración (un personaje, un objeto, un lugar, etc.).

Al final, responde:

- ¿Qué fue lo más fácil y lo más difícil de crear la historia?
- ¿Cómo me sentí al expresarme con palabras y con dibujos?
- ¿De qué manera esta actividad me ayuda a comunicar mejor mis ideas?
- ¿Qué relación encuentro entre la creatividad y mi forma de expresarme en la vida diaria?
- ¿Cómo puedo usar la expresividad (palabras, gestos o dibujos) para comunicarme mejor con mis compañeros en clase?

ACTIVIDAD #2: Dibujar, calcar o imprimir y colorear.





ASIGNATURA: ARTISICA.

Representar por medio de un dibujo, audio, video o caricatura, ¿cómo se imagina que será el mundo en 100 años?

Realizar una ficha donde se explique el dibujo, audio, video o caricatura. Con los siguientes ítems

1. Nombre de la obra
2. ¿Cómo será el transporte en 100 años?
3. ¿Qué problemas se enfrentará la sociedad en 100 años?
4. ¿Cómo será la vestimenta de las personas en 100 años?
5. ¿cómo será la comunicación dentro de 100 años?

Recomendación: Utilizar estas preguntas orientadoras para la realización de la obra (dibujo, audio, video o caricatura)

ASIGNATURA: LUDICA.

Reflexión sobre la Lúdica

Definición personal de lúdica: Escribe una definición propia de lúdica, reflexionando sobre cómo juega un papel en tu vida cotidiana.

Historia de los juegos: Realiza una investigación sobre la evolución de los juegos a lo largo de la historia y cómo han influido en diferentes culturas.

Beneficios del juego: Elaborar un escrito de una página sobre los beneficios físicos, emocionales y sociales del juego para las personas.

2. Mi juego favorito: En una hoja de block dibuja y pinta tu juego favorito, ya sea uno de la infancia o actual.
Realiza una descripción de cómo son sus sentimientos y emociones cuando practicas ese juego.

3. Collage. Explora las diferentes formas de diversión y juego a través de la creación de un collage que represente visualmente lo que significa la lúdica para ti.

Materiales necesarios:

Imágenes impresas, de revistas o periódicos.

Tijeras y pegante.

Hoja de block.

Marcadores y colores.

Paso a paso:

El collage es una forma artística que permite combinar imágenes, texturas y colores de diversas fuentes para crear una obra visualmente atractiva y significativa.

Piensa en actividades que consideras divertidas, tanto en tu vida cotidiana como en su infancia. Puedes pensar en deportes, juegos, actividades creativas, momentos con amigos o en la naturaleza.

Selección de imágenes: Busca en revistas y periódicos imágenes, palabras, o símbolos que le recuerden o representen los conceptos de diversión, felicidad, goce, alegría y juego. Pueden ser fotos de personas jugando, colores que le transmitan alegría, objetos relacionados con actividades lúdicas (como pelotas, bicicletas, dibujos, manualidades, videojuegos, libros, etc.).

Luego de recortarlas organización y composición: Debes organizar las piezas sobre la hoja de block sin pegarlas aún. Puede jugar con diferentes composiciones hasta encontrar una que le guste. Anímalo a experimentar con la disposición de las imágenes, superponiendo algunas, creando contrastes o agrupando elementos que tengan un significado especial.

Pegado de las imágenes: Una vez decidida la disposición, comienza a pegar las imágenes sobre la hoja, asegurándose de que cada elemento esté bien adherido.

Toques finales: Puedes usar marcadores, lápices de colores o crayones para agregar detalles, bordes o palabras que complementen su collage. Puedes incluir frases relacionadas con el juego o la diversión, o escribir pequeñas reflexiones sobre lo que representa cada parte del collage.

METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN

Educación física: Componente teórico: entrega de los talleres 100%

Lúdica: Entrega de la actividad 100%

Artística: El estudiante deberá acercarse al docente en caso de presentar dudas e inquietudes. El trabajo deberá ser sustentado al momento de presentarlo para cumplir con el plan de mejoramiento.

Taller escrito: 50%

Sustentación oral: 50%

OBSERVACIONES:

Educación física: Las actividades del plan de mejoramiento deben ser presentadas por escrito es decir a mano, no se permite que estén elaboradas a computador.

Es importante realizar el trabajo de forma personal, consiente de la responsabilidad y compromiso.

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN
NOMBRE DEL EDUCADOR(A)	FIRMA DEL EDUCADOR(A)
FIRMA DEL ESTUDIANTE	FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA