IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: Paola Mejía Castrillón. Julián Osorio.		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Lúdico-recreativo	
CLEI: VI	GRUPOS:603-604-605-606-607-608-609	PERIODO: 2	CLASES: SEMANA 14
NÚMERO DE SESIONES: 1	FECHA DE INICIO: 17 de octubre	FECHA DE FINALIZACIÓN: 23 de octubre	
Tema: Arte y deporte			

PROPOSITOS

- **El propósito de este taller es articular y potenciar los aprendizajes sobre EL ARTE Y EL DEPORTE como elementos esenciales para el desarrollo físico y emocional de los sereshumanos a lo largo de la existencia, además identificar cómo las prácticas motrices y artísticas incide favorablemente en el desarrollo cognitivo, corporal y cómo mejora su salud y bienestar.**

ACTIVIDAD 1 (CONCEPTUALIZACIÓN)

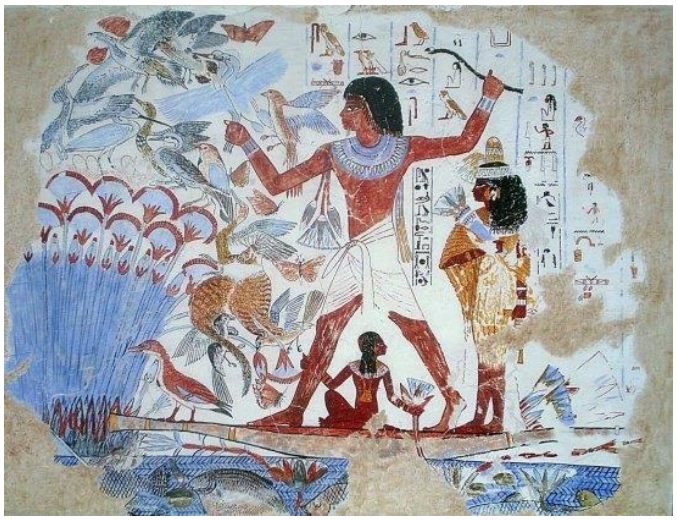
Leyes de las Organizaciones Simétricas

La **simetría** establece cierta relación armónica entre las partes y entre estas y el todo. Su expresión manifiesta se encuentra en la repetición de motivos similares o iguales. Las leyesbásicas de repetición que van generando a estas organizaciones simétricas son cinco agregándose luego sus combinaciones.

Una figura es simétrica cuando podemos pasar una línea recta o eje por ella de tal forma que dicha línea divide la figura en dos partes que tienen la misma forma.

Asimetría en la composición

No necesariamente el equilibrio en una composición se logra con estos tipos de simetría. Existe otra forma de lograr el equilibrio que llamaremos **equilibrio oculto**. No utiliza ejes explícitos ni puntos centrales. En este caso no existen leyes ni reglas, sino que implica el equilibrio de atracciones opuestas y variables e indudablemente participa la sensibilidad de quien las organiza, "proporciona más libertad, pero exige mayor control", otorga una amplitud de diseños de la más diversa expresión.



"La caza" Arte egipcio. En esta composición la figura principal e ideológicamente más importante es el faraón. Así atrae la mirada y toda gira a su alrededor.

EXPLICACIÓN CONCEPTO DE ENTRENAMIENTO

El entrenamiento en un proceso de capacitación que tiene como fin el desempeño de ciertas habilidades, ya sean físicas, cognitivas, teóricas, artísticas y prácticas.

Tipos de entrenamiento

- **Entrenamiento eficiente** se basa en realizar una serie esfuerzos para mejorar destrezas de coordinación, fuerza, capacidades de adaptación y de superación.
- **Entrenamiento deportivo** es el que educa para transformar ideales y actitudes de quien lo práctica, se basa en brindar elementos pedagógicos de formación.
- **Entrenamiento recreativo y bienesta**r contempla la posibilidad de realizar actividad física desligado de la competencia y el alto rendimiento; busca el goce, la diversión y el entretenimiento

Importante todos los entrenamientos generan: niveles de compromisos saludables, físicos y cognitivos, nutriendo la posibilidad de transversalizar la motricidad con el esparcimiento.

Reflexiona sobre los siguientes interrogantes y responde de acuerdo con los conocimientosprevios y lo visto en clase

- ¿Qué nuevas habilidades y competencias se han desarrollado a partir del estudio de calentamiento, resistencia y entrenamiento?
- ¿Qué diferencia encuentras entre entrenamiento funcional, deportivos y entrenamiento eficiente?
- ¿Cuáles son las ventajas psicológicas del hombre cuando realiza un entrenamiento?
- ¿Qué son las capacidades motoras?
- ¿Qué son los sistemas neuro-motrices sensitivos?

ACTIVIDAD 2: ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO Y APLICACIÓN DE LA TEMÁTICA.

De acuerdo con los conceptos y ejemplos de asimetría y simetría como elementos fundamentales de la composición realiza en tu cuaderno los dos siguientes ejemplos en tu cuaderno.

SIMETRÍA

ASIMETRÍA

ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN

1. Define qué es el entrenamiento con tus palabras

2. Realiza una rutina deportiva con implementos que encuentres en el hogar como lazo, balones, mancuernas, entre otros.

3. Busca elementos como tarros que podrás convertir en pesas, sogas que servirán como lazos para saltar, elásticos para generar fricción también puedes elaborar una pelota de trapo con ropa reciclada. ¡Lo más importante es la creatividad y recursividad

FUENTES DE CONSULTA

https://www.euston96.com/arte-contemporaneo/