

	<b>INSTITUCION EDUCATIVA LA PRESENTACION</b>			
	<b>NOMBRE ALUMNA:</b>			
	<b>AREA:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE		
	<b>ASIGNATURA:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE		
	<b>DOCENTE:</b>	ANA MARIA BETANCUR CENTENO		
	<b>TIPO DE GUIA:</b>	CONCEPTUAL Y DE EJERCITACION		
	<b>PERIODO</b>	<b>GRADO</b>	<b>N.º</b>	<b>FECHA</b>
3	6°	3	AGOSTO – SEPTIEMBRE	2 UNIDADES

<b>INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Identifica aspectos generales de la gimnasia desarrollando creativamente los ejercicios programados, contribuyendo de esta forma a su desarrollo mental y físico.

### LA GIMNASIA

Historia a nivel mundial: La palabra gimnasia procede del vocabulario griego “gymnazein” que significa ejercicio al desnudo, lo cual da una idea de la forma en que se acostumbraba efectuar esta práctica por aquel pueblo en la antigüedad. Desde luego, la forma de gimnasia que los griegos practicaban no es la que hoy conocemos, pero definitivamente dio lugar a su posterior desarrollo y también a la adopción del nombre. La gimnasia es un deporte dotado de arte y movimiento, es una disciplina que busca desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante rutinas de ejercicios físicos. Puede llevarse a cabo como deporte, a modo de competencia o de manera recreativa. Requiere una combinación de fuerza, balance, agilidad, y coordinación del cuerpo en el sitio donde se practique. Cuentan que, en la época del siglo quinto antes de Cristo, la gimnasia se empezó a implementar como un deporte aplicado al juego de los atletas porque corrían, saltaban, luchaban y arrojaban el disco y la barra. En la antigua Grecia, practicaban la gimnasia para prepararse para la guerra. Pero también incluyeron aplicaciones de la gimnasia para montar y desmontar los caballos que se utilizaban en el circo. Además, se incluyó como una clase para todos los estudiantes. A medida que pasaba el tiempo, Friedrich Ludwig Jahn un educador alemán fue conocido como el “padre de la gimnasia”. Introdujo la barra horizontal, las barras paralelas, el caballo lateral con los pomos, la viga de balance, la escala, y el salto del caballo para ser practicado sólo por hombres. Siglos más adelante, la gimnasia fue introducida en Alemania y Suecia y luego fue incluida en los primeros juegos olímpicos modernos llevados a cabo en 1.896. Las mujeres comenzaron a participar en algunos eventos de la gimnasia en los años 1.920.

**Historia en Colombia:** La gimnasia llega a nuestro país aproximadamente en el año de 1.940. Los conocimientos sobre este deporte de Suecia y Alemania, los trajo el Sacerdote Italiano, padre Mosser, quien se radicó en Bogotá en el Colegio Salesiano León XIII donde empezó dirigiendo grupos de jóvenes de excelente calidad. En 1.946 se realizaron los primeros juegos Bolivarianos en la ciudad de Barranquilla. Para estos juegos llegó al país el argentino Jorge Carranza, quien preparó al equipo nacional para dicha competencia.

**Historia de la liga Antioqueña de gimnasia:** La Liga Antioqueña de Gimnasia es una empresa no gubernamental sin ánimo de lucro, fundada en 1969, es la entidad rectora de las diferentes modalidades de gimnasia en Antioquia y la Liga líder en desarrollo técnico, liderazgo deportivo y masificación de la gimnasia en el país. Es su misión promover, orientar y patrocinar el alto rendimiento en las diferentes disciplinas olímpicas como: gimnasia artística femenina y masculina, y gimnasia rítmica. El coliseo de gimnasia se llama Jorge Hugo Giraldo, en homenaje al antioqueño, quien se ha convertido en el deportista más representativo de la Gimnasia en Colombia, tras participar en tres Olimpiadas y obtener múltiples reconocimientos internacionales.

**“UN AMIGO ES ALGUIEN QUIEN NOS CONOCE, PERO NOS AMA DE TODAS FORMAS”.**

**FR. JEROME CUMMINGS**

LA GIMNASIA: Es una actividad física destinada al fortalecimiento y mantenimiento del cuerpo a través de un conjunto de ejercicios establecidos. Puede llevarse a cabo como:

DEPORTE

COMPETENCIA

DE MANERA RECREATIVA

ORIGEN

Grecia

HISTORIA

MUNDIAL: ¿Nombre del creador? Friedrich Ludwig Jahn

COLOMBIA: La introdujo al país el Padre Mosser.

MEDELLÍN: ¿Nombre del coliseo de gimnasia? Jorge Hugo Giraldo.

DISCIPLINAS GIMNÁSTICAS

