

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA DE TRABAJO PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES EN LA PRESENCIALIDAD – JORNADA SABATINA		Versión 01	Página 1 de 3

}}}}}}}}}}}}}}}}}}

<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ</b>			
<b>DOCENTES: CESAR GARCIA ESTRADA</b>		<b>NÚCLEO DE FORMACIÓN: LUDICO RECREATIVO</b>	
<b>CLEI: 3</b>	<b>GRUPOS: 304. 305. 306. 307. 308</b>	<b>PERIODO: 2</b>	<b>SEMANA: 16</b>
<b>NÚMERO DE SESIONES: 1</b>		<b>FECHA DE INICIO Del 13 de mayo.</b>	<b>FECHA DE FINALIZACIÓN Del 19 de mayo.</b>

### **PROPÓSITO**

- Identificar la gimnasia como medio para mejorar las condiciones físicas del ser humano

### **ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN)**

### **GIMNASIA**

La idea de **gimnasia**, proveniente del término griego *gymnasía*, refiere a la actividad que se lleva a cabo con el objetivo de mejorar y conservar un **buen estado físico** mediante diversos ejercicios. El concepto también alude al conjunto de los movimientos que se desarrollan con dicho fin.



## MODALIDADES

La gimnasia moderna se compone de seis disciplinas: general, artística, rítmica, aeróbica, acrobática y trampolín. Las disciplinas de rítmicas y artísticas son las más conocidas por formar parte de los Juegos Olímpicos de verano.

**La Gimnasia**

www.gimnasia.com

**Modalidades**

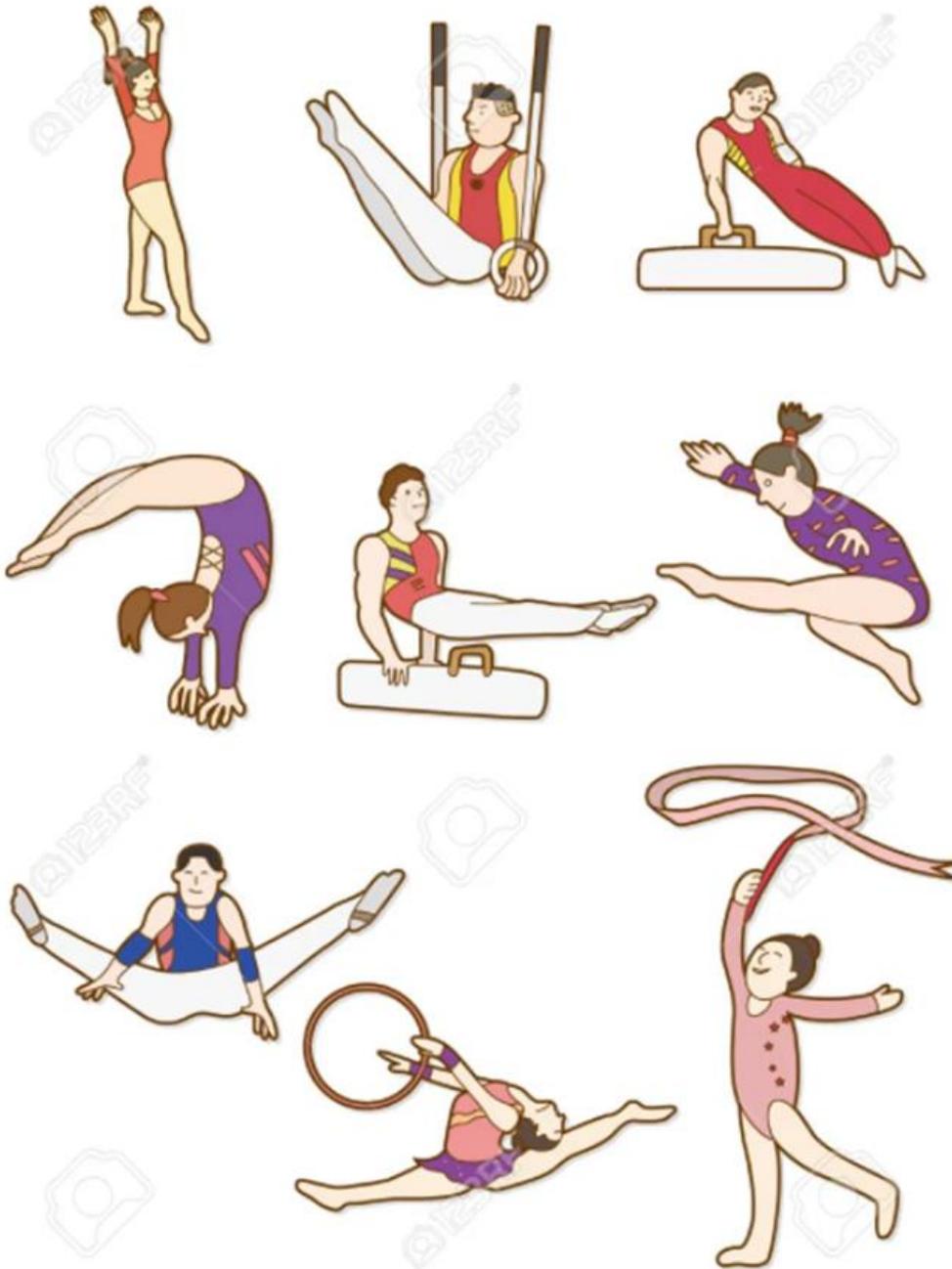
1. Gimnasia Artística Masculina
2. Gimnasia Artística Femenina
3. Gimnasia Rítmica
4. Gimnasia Trampolín
5. Gimnasia Aeróbica Acrobática
6. Gimnasia Aeróbica
7. Gimnasia General

RR: Actividades Físico-Deportivas Individuales

LE TDA/FE

## ACTIVIDAD 2 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

1. Escribe el concepto de gimnasia.
2. Como la gimnasia nos sirve para mejorar nuestra calidad de vida.
3. Escribe cada una de las modalidades y realiza si dibujo correspondiente.



---

### FUENTES DE CONSULTA:

Conocimientos previos. Guías institucionales. Internet.