
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	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 2

INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTES: JAIME MAURICIO CASTAÑO G		NÚCLEO DE FORMACIÓN: LUDICO RECREATIVO	
CLEI: 3	GRUPOS: 304. 305. 306. 307. 308	PERIODO: 2	SEMANA: 12
NÚMERO DE SESIONES: 1	FECHA DE INICIO 25 DE ABRIL de 2026	FECHA DE FINALIZACIÓN AL 01 DE MAYO DE 2026	

PROPÓSITO

Analizar la historia de la gimnasia y su evolución como disciplina, focalizando en su papel fundamental como medio para mejorar las condiciones físicas del ser humano. A través del estudio del movimiento y sus beneficios, se buscará entender cómo la gimnasia ha promovido el desarrollo de habilidades motrices, el fortalecimiento del cuerpo y la mejora de la salud integral a lo largo del tiempo, fomentando un estilo de vida activo y consciente de la importancia del ejercicio en la vida diaria.

ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN

EL MOVIMIENTO

El movimiento es objeto y campo de estudio de las ciencias del movimiento. Es un fenómeno físico que se define como todo cambio de posición que experimentan los cuerpos de un sistema, o conjunto, en el espacio con respecto a ellos mismos o con arreglo a otro cuerpo que sirve como referencia, el movimiento cotidianamente lo podemos evidenciar en nuestra parte física en actividades como los deporte la expresión corporal, la danza y muchas actividades donde el cuerpo se desplaza armónica y coordinada mente cumpliendo siempre algún objetivo sea de gozo, de trabajo e inclusive es algo natural.

Actividad Explorando los Primeros Movimientos

Objetivo: Investigar los movimientos físicos utilizados por los humanos en la prehistoria y cómo estos pueden relacionarse con las primeras formas de gimnasia.

Pasos:

1. Investigación: Los estudiantes investigarán sobre los tipos de movimientos que realizaban nuestros antepasados para sobrevivir (cazar, recolectar, escapar de depredadores).
2. Dibujo: Basándose en su investigación, cada estudiante creará un dibujo que represente a un grupo de humanos prehistóricos en acción, realizando alguna de estas actividades físicas.
3. Reflexión: Se llevará a cabo una discusión en clase sobre cómo estos movimientos básicos pueden considerarse los precursores de la gimnasia.

Actividad 2: La Evolución de la Gimnasia a lo Largo de la Historia

Objetivo: Investigar cómo la gimnasia ha evolucionado desde sus orígenes en la antigua Grecia hasta la actualidad.

Pasos:

1. Investigación: Dividir a los estudiantes en grupos y asignar a cada uno una época histórica (Grecia antigua, Roma, Europa medieval, siglo XIX).
2. Presentación: Cada grupo presentará los aspectos de la gimnasia en su época, incluyendo sus objetivos y técnicas.
3. Dibujo: Después de las presentaciones, cada grupo realizará un dibujo que ilustre una escena representativa de la gimnasia en su periodo asignado, añadiendo elementos culturales relevantes.

Actividad 3: De la Fuerza Física a la Habilidad: La Conexión con el Trabajo

Objetivo: Comprender cómo el desarrollo de habilidades físicas ha estado vinculado al trabajo humano a lo largo de la historia.

Pasos:

1. Investigación: Los estudiantes leerán fragmentos del libro "El papel del trabajo en la transformación del mono al hombre" para entender cómo el trabajo ha influido en el desarrollo físico y las habilidades motrices.
2. Análisis: En grupos, discutirán ejemplos de cómo las habilidades desarrolladas a través del trabajo han impactado la forma en que se practica la gimnasia hoy en día.
3. Dibujo: Cada grupo creará un mural que represente la conexión entre el trabajo físico y la gimnasia, destacando los elementos esenciales que muestran esta relación evolutiva.

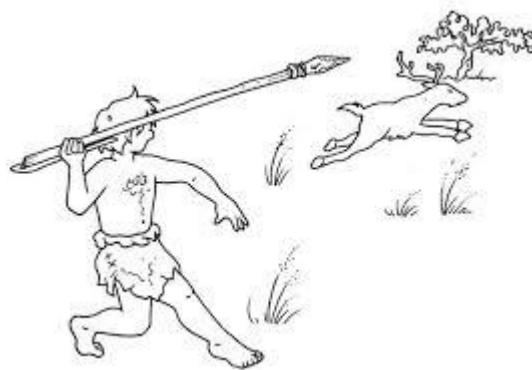
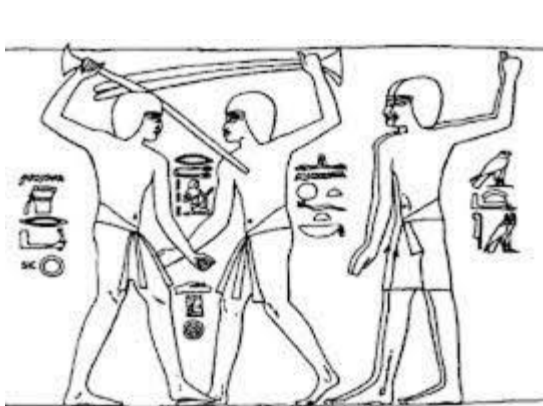
Estas actividades no solo fomentan la indagación y el aprendizaje colaborativo, sino que también ayudan a los estudiantes a apreciar la historia rica y compleja de la gimnasia y su conexión con la evolución humana.

ACTIVIDAD 2 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

1. Consulta los siguientes términos y da un ejemplo a cada uno con su respectivo dibujo.

- Deporte.
- Danza.
- Expresión corporal.
- Postura corporal.

Realiza una práctica guiada por el docente .



FUENTES DE CONSULTA:

Conocimientos previos. Guías institucionales. Internet.