

## **GUIA DE ACTIVIDADES. N° 10**

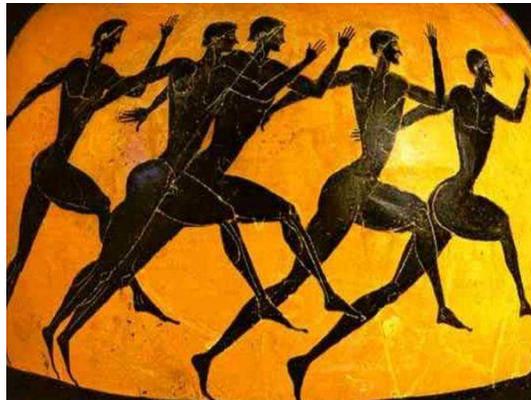
### **5° - 8° Básico**

DEPARTAMENTO	ATME	ASIGNATURA	EDUCACIÓN FÍSICA
OA PRIORIZADOS	1	FECHA DE INICIO	15 DE NOVIEMBRE
LETRA DEL NIVEL	A-B-C-D-E	FECHA DE TERMINO	26 DE NOVIEMBRE

#### **Indicaciones del profesor.**

Lee atentamente la guía, resuelve utilizando las clases, guías o videos subidos a classroom para resolver dudas . Recuerda que nuestras guías tienen ACTIVIDADES y **NO SE DEBEN SUBIR A CLASSROOM , ENVIAR POR CORREO O SUBIRLA POR NOVEDADES DE CLASSROOM.**

#### **EL ORIGEN DE LOS JUEGOS OLIMPICOS**



Se estima que los Juegos Olímpicos comenzaron a celebrarse en el año 776 a. C en la ciudad de Olimpia, donde residía el principal santuario dedicado a Zeus.

Se trataba, por tanto, de una celebración religiosa que duraba 6 días y que tenía lugar cada cuatro años en los meses de julio y agosto. En este acontecimiento, las diferentes ciudades (polis) griegas promulgaban una tregua, la paz olímpica, para favorecer un traslado seguro de los atletas a Olimpia. De esta manera, se pretendía afianzar la identidad aquea. De igual modo, se favorecía el armónico desarrollo del cuerpo y el alma. En definitiva, la paz y la armonía entre pueblos y hombres constituyen el origen del espíritu olímpico.

No obstante, se aprecian notables diferencias entre las antiguas olimpiadas y las modernas, como, por ejemplo, que únicamente pudieran competir hombres libres y de origen griego. Además, realizaban las pruebas desnudos. De igual manera, el público era masculino.

#### **Las antiguas pruebas olímpicas**

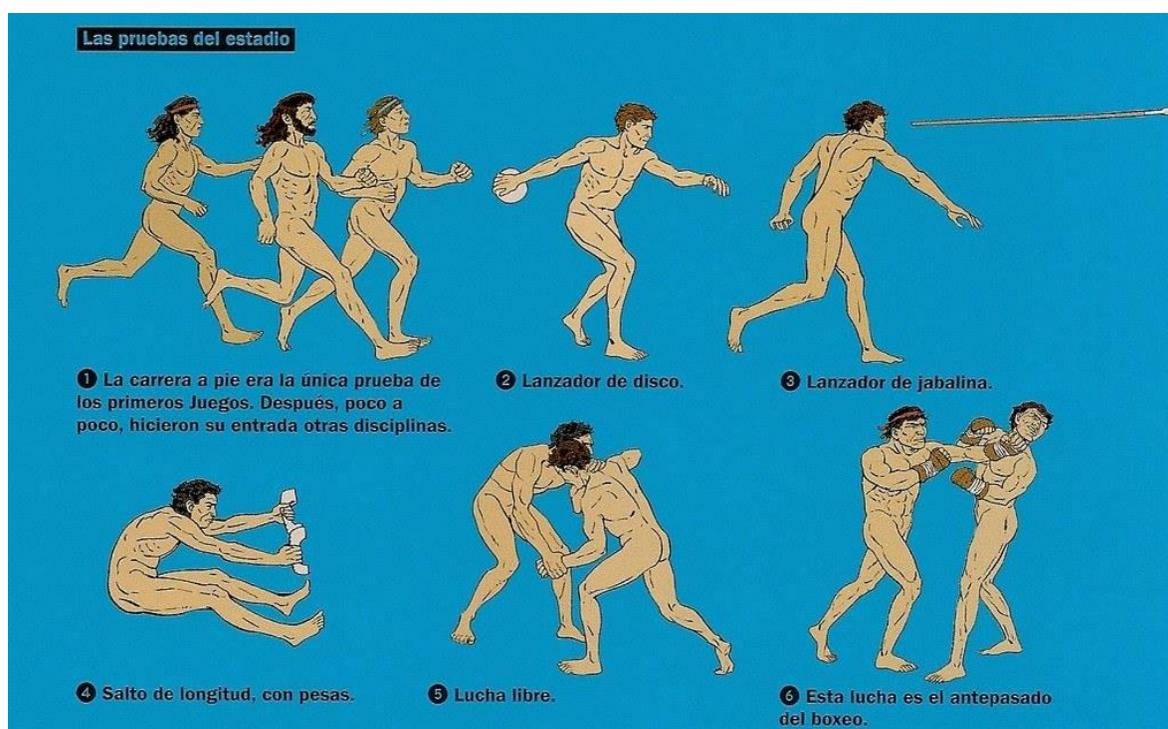
Cabe mencionar que, para los antiguos griegos, la educación física tenía la misma importancia que la formación intelectual. Existía, por tanto, un culto al cuerpo similar al de la actualidad, puesto que todo buen heleno debía poseer un cuerpo atlético y armónico.

Las polis griegas tenían gimnasios donde se practicaban deportes además de aprender materias relacionadas con la cultura y el arte, elementos que hicieron grande a Heracles y que son necesarios para conseguir “la armonía”.

### Atletismo:

Las carreras se celebraban en el estadio olímpico que medía 192,27 metros. Había seis modalidades de carrera: la de **velocidad o dromos**, en la que se recorría el estadio a lo largo (102 metros). Dos carreras de **semifondo: el dículo**, que consistía en ir y volver (384,54 metros) y que equivale a la prueba de los 400 metros actual y **la hípica**, en la que se daban cuatro vueltas al citado recinto haciendo un total de 769,08 metros y que es el origen de los 800 metros.

Asimismo, existía **una prueba de fondo denominada Dólico**, en la que se daban 24 vueltas al estadio (4.651 metros). Mención especial merece la carrera en la que se portaban las armas (en origen el casco, grebas y el escudo y en las últimas olimpiadas únicamente el escudo) llamada **Hoplitódromos**. En la citada prueba sólo podían participar los hombres maduros porque los jóvenes no aguantaban el peso. Por último, la sexta prueba era la carrera de relevos, y el testigo utilizado era una antorcha.



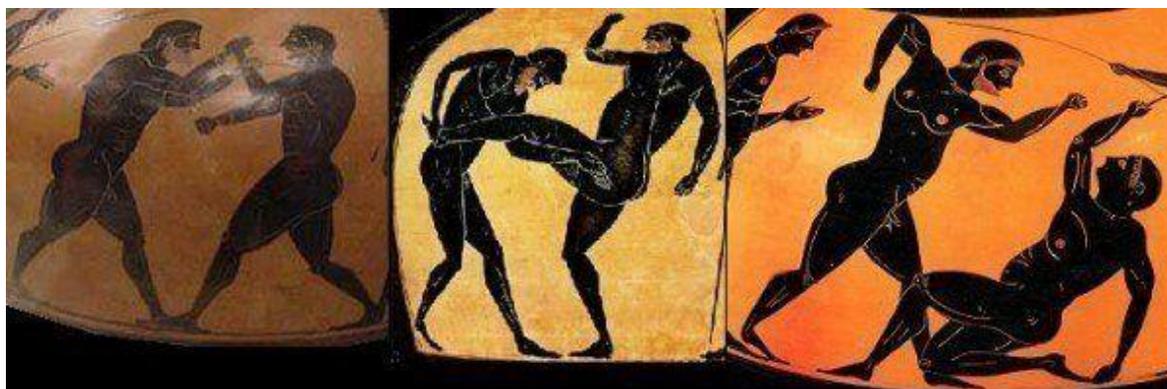
### La Lucha:

Tenía lugar en el atis, situado en frente de los templos más importantes de Olimpia. Había tres tipos de modalidades de lucha:

**La lucha libre:** la más antigua de todas y que se asemeja bastante a la actual lucha grecorromana.

**El pugilato o boxeo:** se entrenaba con sacos en forma de pera y en la competición propiamente dicha, los competidores forraban sus manos con tiras de piel sin curtir.

**El Pancrancio:** una mezcla entre el pugilato y la lucha en el que estaba permitido de todo excepto morder, que era propio de animales y no de hombres. Fue la prueba más violenta y el propio Filipo II de Macedonia, padre de Alejandro Magno, participó en la misma.



### Pentatlón:

Al tener diferentes pruebas, el Pentatlón era el deporte más apreciado por todos puesto que los hombres que competían en esta disciplina eran los atletas más completos y los ganadores gozaban de un gran prestigio. La finalidad de este deporte era la de armonizar la rapidez con la resistencia y la fuerza con la belleza.

Constaba de 5 pruebas: **la carrera**, **el disco** (de 1,3 a 6,6 kilos), **el salto de longitud** (en el que para coger más impulso se servían de dos piedras), el lanzamiento de **jabalina** (de madera y de la altura de un hombre. Se lanzaba con ayuda de una correa, el angiles) y **la lucha**.

### La Hípica:

Tenía lugar en el Hipódromo, cuya pista de arena medía 400 metros de largo y 200 de ancho. Había también dos postes para dar la vuelta. Los caballos recorrían 6 veces el recinto, un total de 4.800 metros.

Hay dos tipos de carreras, las que eran directamente a **lomos del caballo** y en **carros**, que a su vez se diferencian por el número de caballos que tiran del carro; **carro simple**, **biga** y **cuadriga** (uno, dos y cuatro caballos respectivamente).

Los jinetes se denominaban aurigas y no eran ellos quienes tenían que terminar la carrera, sino el caballo. Por tanto, el ganador de la prueba era el dueño del equino y no el auriga.

### Los atletas

Eran divididos en niños y hombres y los jueces, escogían a aquellos que demostraban armonía, perfección, conocer las reglas y estar libres de asesinato o sacrilegio.

Por otro lado, a Olimpia acudían los peregrinos, que realizaban un viaje de varias semanas para asistir como espectadores al evento.

A los ganadores (tres por prueba, como actualmente) se les premiaba el último día de los juegos con una corona de olivo e ingresaban en la lista de gloria. Los más famosos podrían tener hasta una estatua. De igual modo, la ciudad de origen de los mismos les acogía con honores a su vuelta.

### Prohibición y Juegos Olímpicos Modernos

En el año 393, el emperador Teodosio prohibió la celebración de los Juegos Olímpicos por considerarlos una celebración pagana. Esta costumbre quedó enterrada 1.300 años.

Por último, a finales del siglo XIX, el Barón de Coubertain y el intelectual griego Dimitrius Mikelas, auspicados por la Universidad parisina de La Sorbona decidieron revivir las antiguas olimpiadas rescatando el espíritu de paz. Como consecuencia, los primeros Juegos Olímpicos Modernos se celebraron en 1896 en Atenas.

