

## **Tarea Módulo 1: Introducción a la Educación Física e Historia.**

**Temas para tratar en la semana 1: Actividades: Investigar sobre el origen de la educación física desde la época primitiva, naciones Antiguas, civilizaciones del Antiguo Cercano Oriente, la Educación física, el deporte en la Grecia Clásica, la Educación en Atenas y La Edad Egea. Entregar en PDF**

La educación física es una disciplina que se ocupa del movimiento del cuerpo humano y su relación con la salud, el aprendizaje y la recreación. Su historia se remonta a la prehistoria, cuando el ser humano necesitaba desarrollar sus habilidades físicas para sobrevivir y adaptarse al medio ambiente. A lo largo de los siglos, la educación física ha evolucionado según las necesidades, los valores y las culturas de cada época y lugar.

- **Época primitiva:** El ser humano era nómada y dependía de la caza, la pesca y la recolección para alimentarse. Por eso, debía entrenar su cuerpo para correr, saltar, lanzar, trepar y luchar. La educación física era una forma de transmitir las habilidades básicas de supervivencia de generación en generación.
- **Naciones antiguas:** Algunas civilizaciones antiguas, como la china, la india y la egipcia, practicaban actividades físicas relacionadas con la religión, la medicina, la guerra y el ocio. Por ejemplo, en China se practicaba el Tai Chi y el Kung Fu, en India el Yoga y el Ajedrez, y en Egipto la Gimnasia y el Remo.
- **Civilizaciones del Antiguo Cercano Oriente:** En esta región se desarrollaron imperios como el persa, el asirio y el babilonio, que se caracterizaron por su poder militar y su organización política. La educación física tenía un fin bélico y se enfocaba en el entrenamiento de los soldados y los caballos. También se practicaban deportes como el Polo, el Tiro al Arco y la Lucha.
- **Grecia antigua:** Fue la cuna de la cultura occidental y la primera en concebir la educación física como una forma de armonizar el cuerpo y el espíritu. Los griegos valoraban la belleza, la salud, la fuerza y la inteligencia, y crearon los Juegos Olímpicos como una fiesta religiosa y deportiva. La educación física se impartía en dos tipos de escuelas: la de Atenas, que buscaba formar ciudadanos libres y cultos, y la de Esparta, que buscaba formar guerreros disciplinados y valientes.

- **La Edad Egea:** Fue el periodo comprendido entre el 3000 y el 1100 a.C., en el que se desarrollaron las civilizaciones minoica y micénica en las islas del mar Egeo. Estas culturas practicaban actividades físicas relacionadas con el mar, como la Natación, el Buceo, el Surf y el Remo. También practicaban deportes terrestres, como la Carrera, el Salto, el Lanzamiento y la Caza.
- **La Época Homérica:** Fue el periodo comprendido entre el 1100 y el 800 a.C., en el que se compusieron los poemas épicos de Homero, la Ilíada y la Odisea. Estas obras reflejan la importancia de la educación física para los héroes griegos, que debían demostrar su valor, su destreza y su honor en el campo de batalla y en las competencias deportivas.