



DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: Gimnasia III. Año 2017

Cátedra Prof. Asociado: Dr. Walter Néstor Toscano

Ayudante: Lic. Antonio Alipio Corredoyra

Ayudante: Lic. Silvina Corengia

Carga Horaria: 2 horas semanales de cursado anual

1) Fundamentación

El objeto de estudio de la Educación Física es el sujeto, y particularmente las manifestaciones de su comportamiento motriz. Esta concepción está directamente relacionada con la actividad física y el deporte, cuyas prácticas son importantes para el mantenimiento de la salud personal. Hablamos de sujeto y no de individuo porque lo consideramos un verdadero protagonista y no un mero número de una serie.

Consideramos a la Educación Física como una dimensión de la educación, que tiene en cuenta a la persona en su totalidad, desarrollando sus estímulos en el área motriz específicamente, incluyendo lo cognitivo y lo socio afectivo. La meta que persigue es la de lograr una persona educada físicamente, entendiendo esa educación como una estrategia para que en las distintas situaciones de la vida cotidiana que atraviere tenga mayores probabilidades de éxito, actuando de manera vital e integrada en relación al espacio y al tiempo.

La Educación Física también puede ser definida como la acción física que compromete al ser en su totalidad, utilizando de una manera sistemática, las actividades físicas y la influencia de los agentes naturales: aire, agua y sol, como medios específicos para lograr un cuerpo sano y equilibrado que se adapte al devenir de la vida cotidiana. Esta conceptualización si bien

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

[Escriba texto]

incluye las cuestiones biológicas y fisiológicas, no se encuentra centrada en el paradigma bio-médico que ha sido hegemónico para nuestra disciplina durante las últimas décadas. En nuestro caso nos definimos y explicitamos que la Educación Física tiene que ser considerada dentro del campo de las ciencias de la educación y éstas a su vez como desagregación de las ciencias sociales y humanas. No obstante debemos señalar que es una disciplina que se encuentra en etapa de desarrollo y que aún no ha consolidado su objeto de estudio (Toscano, 2005)¹.

En cuanto a la Gimnasia, coincidimos con Dallo (2002) cuando la define como “... un sistema de formas específicas de movimientos y de sus respectivas técnicas de ejecución, destinadas al desarrollo físico que involucra las formas y funciones corporales y las acciones motoras”², desde esta definición abordaremos el desarrollo de nuestra asignatura. Asimismo hacemos notar que la Educación Física en la actualidad se enfrenta a un problema denominado *el dilema de la dicotomía educación-entrenamiento* (Proctor, 1984) en el cual tiene una especial importancia la extensión de la pedagogía por objetivos y la enseñanza de las habilidades técnicas en el ámbito de la Educación Física.

2) Objetivos Estructurales

- Afianzar en alumnos y alumnas la técnica de aplicación de los ejercicios gimnásticos aprendidos en anteriores asignaturas, desde una mirada pedagógica y no competitiva.
- Incorporar la Gimnasia aeróbica como uno de los componentes de la asignatura
- Facilitar a alumnos y alumnas la integración de conocimientos teórico-prácticos de la disciplina “Gimnasia”, siendo esta considerada el origen de la Educación Física como disciplina.
- Lograr que alumnos y alumnas reconozcan las diferencias existentes entre los roles de “profesor de Educación Física” y “entrenador de

¹ Toscano, W (2005) desarrolla el tema en su tesis doctoral *Dietética hipocrática y actividad física: tradición y valoración actual*. Universidad de León. España

² Dallo, R. (2002) *La evolución de los ejercicios gimnásticos contruidos y su análisis estructural*. En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva . Madrid. P 37

[Escriba texto]

gimnasia” a fin de evitar confusiones en el desempeño del rol docente específico.

- Incentivar en alumnos y alumnas el manejo y aplicación de las técnicas de cuidado, considerando a las mismas como fuentes de prevención de accidentes.
- Perfeccionar en alumnos y alumnas la elaboración de planes de Gimnasia posibles de ser ejecutados en los distintos niveles y ciclos de la enseñanza.
- Estimular en alumnos y alumnas el desarrollo de una actitud de comprensión y no emisión de juicios de valor hacia los grupos poblacionales de los distintos contextos socioeducativos en los cuales se desempeñarán cuando egresen.

3) Unidades Didácticas .

3.a.) Contenidos Temáticos por Unidad Didáctica.

Unidad I

La gimnasia como herramienta didáctica de la Educación Física: sus orígenes y evolución

El surgimiento de la gimnasia en la Antigua Grecia. El rol de los *pedotribas*. Breve recorrido histórico de la evolución de la disciplina durante la Edad Antigua, la Edad Media y la Edad Contemporánea. Las diferentes escuelas gimnásticas del S XIX y el S XX. La profesionalización del rol de Profesor de Educación Física y la importancia de la Gimnasia en el logro de este objetivo. Historia de la gimnasia aeróbica. Definición de gimnasia aeróbica Evolución. Tipos de clases. Estructura y partes de la clase. Entrada en calor

Unidad II

Los diferentes tipos de ejercicios gimnásticos y su forma de cuidado. Diferentes formas de calentamiento. Entrada en calor general y específica, utilización de la gimnasia aeróbica

[Escriba texto]

Diferencia entre método, estrategia, estilo y principios de procedimiento. El concepto de ejercicio. Y los diferentes tipos de ejercicios gimnásticos:

Anillas: posición invertida, keep de vástula vertical disloque y salida

Barra fija: vuelta pajarito, despegue, balanceo, keep, vuelta atrás, salida, piernas abiertas

Paralelas: keep, vertical de hombros, gran montada, salida

Caballo con arzones: pasaje simple, tijera adelante, tijera atrás

Cajon rondo y mortero

Suelo rol adelante, rol atrás, medialuna vertical, vertical-rol, keep de frente, rol keep mortero, uno, mortero dos, mortero al paso, suplés adelante, suples atrás, rondo, flick flack, mortal adelante y mortal atrás, rondó mortal atrás.

Guía de observación para el análisis de los ejercicios gimnásticos: partes del cuerpo, tono muscular, uso del espacio, uso del tiempo, movilidad articular, dinámica del cuerpo. Importancia de la observación. Qué, cómo y cuándo observar. El contexto de la observación.

Unidad III:

¿La clase de Educación Física o la clase de Gimnasia?

Sentido e importancia de la clase. Diferentes modalidades de acuerdo a niveles, ciclos y años de la enseñanza. La utilización de los diferentes ejercicios gimnásticos. Como elegir los ejercicios. La distribución del tiempo y el espacio. Formas de agrupamiento para el trabajo. Los planes de clase: pautas para su confección. La preparación de los materiales y del espacio físico. Uso de la creatividad y la improvisación. Como evitar la rutina. La música y el ritmo. Conocimiento y estructura musical. Frase musical. Velocidad de la música.

Unidad IV

[Escriba texto]

La importancia del vínculo con los alumnos o la diferencia entre el rol del Profesor de Educación Física y el rol del entrenador de gimnasia.

Definición y objeto de la Educación Física. Objetivos y características del rol docente. El alumno como sujeto y protagonista. La importancia de la comunicación con el alumno. Diferencia entre “competencia” y “competitividad”. El tema de la identidad profesional: algunas confusiones. Las diferencias entre el rol docente y el rol entrenador. La dicotomía pedagogía-entrenamiento.

3.b) Bibliografía específica por Unidad Temática

Unidad I

1. Dallo, R. (2002) *La evolución de los ejercicios gimnásticos contruidos y su análisis estructural*. En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva . Madrid. Pp 37-46
2. Devís Devís, J; Martínez Moya, P y Villamón Herrera, M. (2002) *La profesionalización de la Educación Física ; caracterización y evolución del conocimiento científico*. En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva. Madrid. Pp 149-156
3. Toscano, W . (2005) *La gimnasia en la Teoría Hipocrática y su relación con la Educación Física actual*. Artículo pedagógico N°1. Gimnasia III. Carrera de Profesorado de Educación Física. Universidad nacional de La Matanza.
4. Toscano, W. (2007) **LOS EJERCICIOS FISICOS Y LA CALIDAD DE VIDA EN EL CORPUS HIPOCRATICO**. Revista HOLOGRAMÁTICA - Facultad de Ciencias Sociales UNLZ Año VI, Número 7, VI, pp.127-144 ISSN 1668-5024. URL del Documento: <http://www.cienciared.com.ar/ra/doc.php?n=695>
5. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. San Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 19-30 y 40-46
6. Erquicia López, B., Gonzalez Fernandez, I. y Gonzalez Moral, S. (2008) *Federación Española de Aeróbics España*: editorial Paidotribos.
7. Apuntes bibliográfico de las Escuelas NEF

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

[Escriba texto]

Unidad II

8. Dallo, R. (2002) *La evolución de los ejercicios gimnásticos contruidos y su análisis estructural*. En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva . Madrid. Pp 46-53
9. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. pp 116 y 127-128
10. Edelstein, G y Coria, C. (1995) *Imágenes e imaginación. Iniciación a la docencia*. Ed. Kapelusz. Bs.As. pp 78-81
11. Rey Cao, A. *La ciencia de la motricidad humana y la Educación Física*. En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva. Madrid. Pp 117-124
12. Sánchez Bañuelos, F. (1992) *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos Editorial. Madrid. Cap IV
13. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 49-51
14. Monastra, M. *Técnicas de la gimnasia* Buenos Aires (A)

Unidad III

15. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. pp 13-29
16. Generelo Lanaspá, E. (1996) *Educación Física y calidad de vida*. Universidad de Zaragoza. En Sánchez Buñuelos, F. *La actividad física orientada hacia la salud. Colección Deportes*. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid .pp 309-330
17. Sánchez Bañuelos, F. (1996) *La actividad física orientada hacia la salud. Colección Deportes*. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid. Pp 100-108

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

[Escriba texto]

18. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 51-64

Unidad IV

19. Braslavsky, C. (1999) *Rehaciendo escuelas: hacia un nuevo paradigma de la educación en Latinoamérica*. Ed. Santillana. Bs. As. pp. 29-38 y 110-117
20. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid . pp. 30-31
21. Freire, P. (1994) *Cartas a quien pretende enseñar*. Siglo XXI Editores. Bs. As.
22. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp.: 40-46 y 65-72
23. Toscano, W. *La Educación Física en contextos de diversidad*. *Revista Formadores Año 5 Volumen 6*. Dirección de Educación Superior de la Provincia de Buenos Aires. pp. 36-41
<http://www.formadores.org/revista609.pd>

4) Bibliografía general

- a. Giraldes, M y Dallo, A. (2002) *Metodología de las destrezas sobre colchoneta y cajón*. Editorial Stadium. Bs. As.
- b. García San Emeterio, T y Broza Polo, M. (2002) “Génesis y evolución histórica del caballo de salto: desde el volteo ecuestre hasta la plataforma actual. En *Congreso Internacional de Historia de la Educación Física*. Gymnos Editorial Deportiva. Madrid. Pp. 337-346.
- c. Sánchez Bañuelos, F. (1992) *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos Editorial. Madrid. Parte II y Parte IV.
- d. Toscano, W. (2005) *Dietética Hipocrática y Actividad Física: tradición y valoración actual*. Tesis doctoral inédita. Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de León. España.

[Escriba texto]

- e. <http://www.monografias.com/trabajos33/gimnasia-musical-aerobica/gimnasia-musical-aerobica.shtml>

5) Cronograma de actividades

Clase	Tema	Trabajo en gimnasio
27-3	Presentación de la asignatura. Unidad I	Diagnóstico gimnástico situacional grupal (da cuenta de los ejercicios que los alumnos tienen logrados en forma total y /o parcial)
3-4	Unidad II	Aeróbica: Trabajo con música y muestra de una clase de aeróbica. Gimnasia: Serie gimnástica y explicación de trabajos prácticos.
10-4	Suelo	Aeróbica: Trabajo con música. Enseñanza de estilo libre. Gimnasia: Práctica de serie gimnástica
17-4	Suelo	Gimnasia: práctica de serie gimnástica y sus cuidados. Aeróbica: trabajo de estilo libre por grupos.
24-4	Suelo Evaluación	Evaluación formas de cuidado. Gimnasia: serie y cuidados. Aeróbica: enseñanza de estilo coreografiado.
1-5	Unidad III	Gimnasia: enlaces gimnásticos y serie. Aeróbica: trabajo de estilo coreografiado por grupos
8-5	Suelo	Trabajo de la serie gimnástica.
15-5	Suelo	Trabajo de la serie gimnástica
22-5	Suelo recuperatorio	Recuperatorio evaluación formas de cuidado
29-5	Unidad IV	Presentación en Power point de los trabajos de suelo. Diferencia entre el ser docente y ser entrenador
5-6	Suelo	Presentación del trabajo práctico de suelo. Diferencia entre el ser docente y ser entrenador
12-6	Suelo Evaluación	Evaluación práctica de serie gimnástica

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

[Escriba texto]

19-6	Suelo	Evaluación práctica de serie y, segundo recuperatorio de formas de cuidado
26-6	Suelo	Parcial teórico de gimnasia y aeróbica
3-7	Suelo	Recuperatorio de los Trabajos Prácticos de gimnasia
10-7	Suelo	Recuperatorio de la serie gimnástica
	RECESO	
14-8	Saltos en cajón/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
21-8	Feriado	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
28-8	Viga/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
4-9	Anillas/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
11-9	Paralelas asimétricas/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
18-9	Barra fija/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
25-9	Caballo c/arzones/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
2-10	Sistematización	Construcción de un plan de clase (por nivel de la enseñanza) utilizando los ejercicios de clases anteriores. Trabajo a realizar
9-10	Paralelas/grupo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado

[Escriba texto]

16-10	Feriado	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
23-10	Series de suelo	verificación, complejización, errores más comunes, formas de corrección, técnicas de cuidado
30-10	Sistematización	Construcción de un plan de clase (por nivel de la enseñanza)
6-11	Evaluación parcial	Parcial teórico de gimnasia y aeróbica
13-11	Recuperatorio	
20-11	(FERIADO)	
27-11	Cierre de la materia y entrega de notas	

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje.

Al tratarse de una asignatura práctica, las clases se desarrollarán teniendo como eje la citada dimensión. La primera etapa comprende el reconocimiento de los ejercicios efectivamente logrados en los niveles de Gimnasia anterior (I y II). En la segunda etapa se trabajará en forma integrada y en el gimnasio, el afianzamiento y la complejización de los citados ejercicios. Posteriormente alumnos y alumnas prepararán la implementación de planes de clases posibles de ser desarrollados. Ellos serán los protagonistas de la experiencia práctica lo cual permitirá integrar diferentes dispositivos:

- ❖ la construcción de planes de clase,
- ❖ su aplicación,
- ❖ la ejecución de ejercicios físicos por parte de alumnos y alumnas en la práctica, al ser ellos mismos los protagonistas de los planes preparados por sus compañeros,

[Escriba texto]

- ❖ la observación y evaluación de los resultados obtenidos por parte del resto de los alumnos.

7) Gestión de cátedra

Además del equipo docente estable, conformado por el profesor a cargo de la materia y el/los ayudante/s, durante el primer cuatrimestre participará el Becario EVC-CIN que el Dr. Toscano dirige en el equipo de investigación a su cargo.

El equipo mantiene reuniones de trabajo sistemáticas: una antes de iniciar el dictado de la asignatura, una reunión mensual de intercambio para analizar la evolución del proceso pedagógico de los estudiantes y una reunión final previa a las evaluaciones definitivas.

8) Modalidad de cursado

La carga horaria es de dos horas de carácter teórico-práctico y de cursado anual

Clases teórico-prácticas en gimnasio y en aula

Observación de videos y discusión posterior

Desarrollo de ejercicios gimnásticos a nivel individual y en grupos

Desarrollo de técnicas de cuidado a nivel individual y en grupos

9) Evaluaciones.

Las evaluaciones conforman distintas instancias que deberán ser cumplimentadas por los alumnos

- Desarrollo de todos los ejercicios gimnásticos establecidos (en el gimnasio) a nivel individual y grupal.
- Construcción, aplicación y entrega por escrito de las guías de observación.
- Preparación y entrega por escrito de los planes de clase solicitados.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

[Escriba texto]

- d. Aprobación de dos parciales teórico-prácticos con posibilidad de recuperatorio, uno a mitad de año y otro a fin de año.

10) Régimen de Promoción

La asignatura se encuentra sujeta al régimen de promoción dispuesto por la Universidad. Al ser una asignatura de carácter práctico, la promoción de la misma se logra a partir de aprobar las evaluaciones que se detallan en el punto anterior.