DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
COORDINACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: GIMNASIA II

Código asignatura: 405

Año: 2023

Cátedra:
Prof. (Adjunto/a a cargo)**: MG. MARIANO POCHINI**

Carga Horaria: 2 horas semanales, cursada ANUAL.

Modalidad de Cursada (Marque con una cruz)[1]:

A) Presencial	X	C) Con una comisión virtual para recursantes	
		D) Con una comisión virtual	
B) Semipresencial		C) Con una comisión virtual para recursantes	
		D) Con una comisión virtual	

1) Fundamentación:

En esta asignatura se amplía la perspectiva sobre las posibilidades de aplicación de movimientos gimnásticos dentro del campo de la actividad física, aumentando el bagaje de saberes incorporados en la materia correlativa anterior (Gimnasia I). El alumno afianzará aquí el conocimiento y dominio de su cuerpo gracias al aumento del nivel de dificultad de movimientos que constituyen la base de las destrezas gimnásticas y servirán de herramienta para el posterior aprendizaje de movimientos más complejos.

Basándose en el concepto que la formación de todo profesor de Educación física de excelencia requiere el desarrollo de una motricidad rica y variada, se pondrá énfasis en el aprendizaje de un amplio bagaje de destrezas básicas en el suelo, saltos y balanceos en los distintos aparatos que integran la gimnasia artística masculina y femenina. Para esto se respetarán las pautas técnicas correctas, que permitan la formación de un profesional

[1] En todos los casos, las asignaturas pueden ser A) Presencial o B) Semipresencial. Adicionalmente, en algunos casos, puede ofrecerse una comisión Virtual para recursantes (C) o una virtual abierta a todas/os las/los estudiantes.

idóneo para el ejercicio de la profesión en el nivel primario y no formal como clubes y gimnasios especializados.

2) Objetivos Estructurales

Al finalizar el estudiante estará en condiciones de:

Objetivo General:

- Poder emplear los conocimientos adquiridos en relación con las prácticas gimnásticas, en los campos profesionales formal y no formal.

Objetivos Específicos:

- Reconocer las diferentes posibilidades de aplicación de técnicas gimnásticas en la actividad física en general y la iniciación deportiva gimnástica en particular.
- Comprender la evolución histórica que ha tenido la gimnasia a lo largo de los años, tanto como manifestación motriz general, como en su vertiente deportiva.
- Haber vivenciado las diferentes etapas del proceso de aprendizaje de nuevas destrezas gimnásticas para aplicarlas en el ejercicio de su profesión.
- Demostrar competencia en el manejo de nuevas técnicas gimnásticas, para utilizarlas en el futuro como recurso didáctico para su enseñanza.
- Afianzar el conocimiento de su propio cuerpo, por medio de la consolidación de las técnicas gimnásticas ya aprendidas, aumentando la calidad, fluidez y economía de movimiento en su ejecución.
- Comprender las pautas metodológicas en la enseñanza de las habilidades gimnásticas y su criterio de progresión.
- Conocer las formas más efectivas de “cuidados” o “ayudas” de las técnicas gimnásticas trabajadas.
- Dominar los métodos más efectivos de corrección de errores en las distintas técnicas gimnásticas del programa.

3) Unidades Didácticas:

- UNIDAD Nº 1: La gimnasia en su perspectiva general: conceptos básicos para utilizar en el campo de la actividad física y el deporte.
- UNIDAD Nº 2: La gimnasia en su perspectiva histórica: desde sus inicios hasta la aparición del deporte.
- UNIDAD Nº 3: La gimnasia en su perspectiva técnico - deportiva: Destrezas de la Gimnasia Artística masculina y femenina.
- UNIDAD N° 4: La gimnasia en su perspectiva didáctica: su enseñanza en la escuela deportiva.

4) Bibliografía General

- Smith, R. (1993). *Biomecánica de la Gimnasia*. Paidotribo. Barcelona.
- Readhead, Ll. (1993). *Manual de entrenamiento de la gimnasia masculina*. Paidotribo. Barcelona.
- Tuccaro, A. (1599). *Trois dialogues de l'exercice de sauter et voltiger en l'air.* Claude de Monstr'oeil. París.
- Autores Varios. *Diccionario Paidotribo de la actividad física y el deporte*. Barcelona.
- Crisorio, R. (2001). *El deporte en la escuela ¿cuándo, cómo, para qué, por qué?*. Rev. Versiones, Buenos Aires, UBA.
- Depping, G. (1886). *Fuerza y destreza, agilidad, ligereza, flexibilidad. Ejercicios corporales en la antigüedad y en los tiempos modernos.* Barcelona: Daniel Cortezo.
- Palmeiro, M, Pochini, M. (2013). *La enseñanza de las destrezas gimnásticas en la escuela*. Stadium. Buenos Aires.
- Palmeiro – Pochini. (2008). *Gimnasia artística: su enseñanza en talleres y escuelas*. Stadium. Buenos Aires.
- Pochini, M. (2019). *La escuela deportiva de gimnasia. Aspectos centrales sobre su formación y desarrollo.* Apunte de clase.
- Smoleuskiy, V, Gaverdouskiy, I. (1996). "*Tratado General de gimnasia artística deportiva"*. Paidotribo. Barcelona.

5) Cronograma de actividades

Clase	Martes	TEMA
1	28/3	CLASE TEÓRICA: Presentación de la materia La entrada en calor.
2	4/4	PREPARACIÓN FÍSICA: desarrollo de la fuerza y la flexibilidad
3	11/4	PREPARACIÓN FÍSICA: desarrollo de la fuerza y la flexibilidad
4	18/4	CLASE TEÓRICA: conceptos básicos sobre gimnasia, los aparatos de la gimnasia artística masculina y femenina.
5	25/4	Variantes de verticales (rol, secante, flecha, balanza, de cabeza)
6	2/5	Salticado, rechazo y corveta: metodología y técnica
7	9/5	Rondó: metodología y técnica
8	16/5	Souplesse adelante y atrás: metodología y técnica
9	23/5	Justed: metodología y técnica
10	30/5	Mortero I: metodología y técnica.
11	6/6	Mortero I: metodología y técnica.
12	13/6	La Danza en la gimnasia. Saltos y giros gimnásticos.
13	20/6	Enlaces y elementos coreográficos y armado de una serie de suelo.
14	27/6	Clase de revisión del temario.
15	4/7	Evaluación práctica.

16	11/7	1° Examen escrito – Evaluación práctica

17	16/8	La etapa de adaptación a los aparatos de la gimnasia.
18	23/8	Juegos de adaptación a los aparatos de la gimnasia.
19	30/8	Iniciación a los balanceos. Desplazamientos básicos en viga.
20	6/9	Balanceos. Desplazamientos en viga.
21	13/9	Balanceos. Iniciación a salto.
22	20/9	Balanceos. Salto rol adelante sobre colchones.
23	27/9	CLASE TEÓRICA: historia de la gimnasia.
24	4/10	Revisión del temario.
25	11/10	CLASE TEÓRICA: reglamentación de la G.A.
26	18/10	Revisión del temario y recuperatorio p. física.
27	25/10	CLASE TEÓRICA: Formación de una escuela deportiva de G.A.
28	1/11	Examen práctico.
29	8/11	Examen práctico y 2° Examen Teórico
30	15/11	Exámenes recuperatorios prácticos.
31	22/11	Exámenes recuperatorios prácticos.
32	29/11	Exámenes recuperatorios teóricos. Entrega de notas.

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje

6.1. Previsiones metodológicas y pedagógicas

Se realizarán clases teórico/prácticas en donde el alumno, a partir de la ejecución de técnicas del programa logre asociar y reflexionar sobre las mismas con el objetivo de lograr una mayor retención y ampliación de la información.

6.2. Actividades que se realizarán en las horas presenciales y en las virtuales[2]

Durante las horas presenciales se recrearán los procesos de enseñanza y de aprendizaje de distintas técnicas de movimiento vinculadas a la gimnasia en forma individual y en pequeños grupos. Se tomarán los dispositivos electrónicos para enriquecer el proceso de corrección de errores técnicos que lleven a una mejor comprensión del gesto motor por parte del alumno.

6.3. Articulación de actividades presenciales y virtuales[3]:

NO APLICA

6.4. Interacciones docentes-estudiantes, y estudiantes-estudiantes previstas

Durante el transcurso de las clases, se realizarán exposición por parte del docente que será el puntapié para iniciar el proceso de aprendizaje del alumno que demandará a lo largo de cada clase la observación y feedback con el docente para lograr comprender de mejor manera las

[2] Si es una asignatura con comisiones sólo con modalidad presencial, responder solamente las actividades presenciales.
[3] Si es una asignatura con comisiones sólo con modalidad presencial, corresponde “No Aplica”.

particularidades de cada uno de los movimientos. Por otra parte, será importante durante la cursada el papel del alumno en relación con otros estudiantes, familiarizándose a partir de la observación de la acción de su compañero con el proceso de corrección técnica.

6.5. Mecanismos de seguimiento, supervisión y evaluación de las actividades

De acuerdo a las características de la materia, resulta importante conocer el punto de partida del alumno en cuanto a los saberes gimnásticos aprendidos en la materia correlativa anterior. A partir de la observación de las posibilidades y dificultades de cada alumno, el docente guiará clase a clase ese proceso para alcanzar los objetivos de la materia al final de la cursada.

7) Gestión de Cátedra

El dictado de la materia se realizará según la metodología acordada entre los profesores que integran el equipo docente, efectuando una reunión de cátedra en el mes de febrero para analizar cambios y alternativas de enseñanza y en Julio, en donde se evaluarán los logros de los alumnos hasta la fecha, decidiendo las estrategias didácticas que se utilizarán en la segunda mitad de año.

8) Evaluaciones

Se realizarán 2 evaluaciones cuatrimestrales con sus respectivos exámenes recuperatorios tanto en los contenidos prácticos como teóricos, acompañados de trabajos integradores en ambos cuatrimestres. Por otra parte, se evaluarán trabajos prácticos que enriquecerán la evaluación de los aprendizajes de cada alumno.

9) Régimen de Promoción

De acuerdo con lo estipulado por el Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales de la UNLM.