



**DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES  
PROFESORADO Y LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**Programa de la Asignatura: Gimnasia III**

**Código asignatura: 416**

**Año: 2024**

**Cátedra:**

**Prof. Asociado: Dr. Walter N. Toscano**

**Carga Horaria: 2 horas cursada anual**

**Modalidad de Cursada**

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:**

A partir de la promulgación de la Ley 1420 al hablar de educación no podemos dejar de mencionar importancia de la educación del cuerpo, hoy competencia de la Educación Física, la cual, según Mauss en 1974 a tratado de organizar las técnicas corporales, los métodos de enseñanza y los procedimientos a la hora de trabajar, estableciendo de este modo una compleja red de ideas y conceptos sistematizados, que luego han de ser aplicados en los diferentes espacios del sistema educativo formal y no formal (escuelas, clubes deportivos y, por qué no, los centros de alto rendimiento)<sup>1</sup>.

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 atraviese tenga mayores probabilidades de éxito, actuando de manera vital e integrada en relación al espacio y al tiempo.

---

<sup>1</sup> No hay que olvidar que las instituciones dedicadas al alto rendimiento deportivo también funcionan como espacios educativos, cuyas enseñanzas se dan bajo los imperativos (valores, ética, moralidad, técnicas...) del deporte moderno de alta performance (Bortoleto, 2004).

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 incluye las cuestiones biológicas y fisiológicas, no se encuentra centrada en el paradigma biomédico que ha sido hegemónico para nuestra disciplina durante las últimas décadas.

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*”<sup>2</sup>, desde esta definición abordaremos el desarrollo de nuestra asignatura.

Siguiendo con la gimnasia tal como ya lo explicitara Giraldes - Dallo (1983) hace tres décadas, sostenemos que “*si se habla de gimnasia formativa porque intenta señalar que se basa en principios educativos profundos. La obtención de destreza física no es su objetivo central. La mera consecución de destreza es **adiestramiento**, no educación.*”

La Educación Física ha de 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)<sup>3</sup>.

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**

Al finalizar el estudiante estará en condiciones de conocer: Reseña histórica –su origen y evolución. Iniciación deportiva (juegos preliminares). Patrones motrices específicos y su estructura técnica. Patrones motrices específicos y su función táctica. Patrones motrices específicos en sus aspectos reglamentarios. Patrones motrices específicos y su metodología para la enseñanza. La competencia. El deporte en el sistema educativo. El deporte en las divisiones formativas de los clubes. Planillas, arbitraje y reglamento del deporte.

## **Objetivos generales**

Lograr que alumnos y alumnas reconozcan las diferencias existentes entre los roles de “profesor de Educación Física” y “entrenador de gimnasia” a fin de evitar confusiones en el desempeño del rol docente específico.

---

<sup>2</sup> 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

<sup>3</sup> Toscano, W (2005) desarrolla el tema en su tesis doctoral *Dietética hipocrática y actividad física: tradición y valoración actual*. Universidad de León. España

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.

### **Objetivos específicos**

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.

Incentivar en alumnos y alumnas el manejo y aplicación de las técnicas de cuidado, considerando a las mismas como fuentes de prevención de accidentes.

Afianzar en alumnos y alumnas la técnica de aplicación de los ejercicios gimnásticos aprendidos en anteriores asignaturas, desde una mirada pedagógica y no competitiva.

### **3) Unidades Didácticas:**

#### 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 gimnasia en la teoría hipocrática y su relación con la Educación Física actual. Acerca de la polisemia del concepto de deporte: la posibilidad de construir un tesoro.

#### Unidad II

Ejercicios gimnásticos y formas de ayuda y cuidado y acompañamiento. Palancas de primero segundo y tercer grado, cuando utilizar cada una de ellas.

El concepto de ejercicio. Diferentes formas de calentamiento. Entrada en calor general y específica, utilización de la gimnasia aeróbica. Definición de gimnasia aeróbica, la historia y sus comienzos. Tipos de clases. Estructura y partes de la clase. Diferencia entre método, estrategia, estilo y principios de procedimiento. Qué, cómo y cuándo observar. El contexto de la observación.

El lugar de la actividad física en las sociedades del siglo XXI: percepción de los estudiantes de una Universidad estatal Argentina

#### Unidad III

Los diferentes tipos de ejercicios gimnásticos. Gestos gimnásticos, planos y ejes en los que se realizan los mismos. Etapas de adquisición de la técnica. Posibles trabajos en anillas: posición invertida, keep de báscula vertical disloque y salida, barra fija: vuelta pajarito, despegue, balanceo,

keep, vuelta atrás, salida, piernas abiertas, paralelas: keep, vertical de hombros, gran montada, y salida, caballo con arzones: pasaje simple, tijera adelante, tijera atrás y cajón rondo y mortero  
Pedana de suelo: rol adelante, rol atrás, medialuna, vertical, Justed, 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.

#### Unidad IV:

¿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. Velocidad de la música.

#### Unidad V

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.

#### **4) Bibliografía General**

Bortoleto, M. (2012) la lógica pedagógica de la gimnasia: entre la ciencia y el arte. *Revista Acción Motriz* 9, (Pp. 48-61). ACCAFIDE

Braslavsky, C. (1999) *Rehaciendo escuelas: hacia un nuevo paradigma de la educación en Latinoamérica*. (pp. 29-38 y 110-117) Ed. Santillana. Bs. As.

Dallo, R. (2002) La evolución de los ejercicios gimnásticos construidos y su análisis estructural. En *Congreso Internacional de Historia de la Educación Física*. (Pp. 46-53). Gymnos Editorial Deportiva. Madrid.

Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. Pp. 116 y 127-128

Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. Pp. 13-29

Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. pp. 30-31

- Edelstein, G y Coria, C. (1995) *Imágenes e imaginación. Iniciación a la docencia*. Ed. Kapelusz. Bs.As. Pp. 78-81
- Erquicia López, B., González Fernández, I. y González Moral, S. (2008) *Federación Española de Aeróbics España*: editorial Paidotribos.
- Freire, P. (1994) *Cartas a quien pretende enseñar*. Siglo XXI Editores. Bs. As.
- 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 Libro del *Congreso Internacional de Historia de la Educación Física*. (Pp. 337-346). Gymnos Editorial Deportiva. Madrid.
- 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*. (Pp. 309-330) Editorial Biblioteca Nueva. Madrid.
- Giraldes, M y Dallo, A. (2002) *Metodología de las destrezas sobre colchoneta y cajón*. Editorial Stadium. Bs. As.
- González Boto, R., Madrera Mayor, E., Salguero del Valle, A. (2004) Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y la educación física actuales. *EFDeportes Revista Digital 10 (73)*. <https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm>
- Rey Cao, A. (2002) La ciencia de la motricidad humana y la Educación Física. En *Libro del Congreso Internacional de Historia de la Educación Física*. (Pp 117-124)\_Gymnos Editorial Deportiva. Madrid
- Sánchez Bañuelos, F. (1992) *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos Editorial. Madrid. Parte II y Parte IV.
- Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM.
- Toscano, W. (2009)\_*La Educación Física en contextos de diversidad*. *Revista Formadores 5 (6)*: 36-41. Dirección de Educación Superior de la Provincia de Buenos Aires. pp. 36-41 <http://www.formadores.org/revista609.pd>
- Toscano, W. (2008) Los ejercicios físicos y la salud en el Corpus Hipocrático. *Revista Calidad de vida y salud*. 1.67-82 UFLO. <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/6/5>
- 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.
- 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.
- Toscano, W. (2005) *La gimnasia en la teoría hipocrática y su relación con la Educación Física actual*. Artículo pedagógico N°2. Gimnasia III. Carrera de Profesorado de Educación Física. Universidad nacional de La Matanza.
- Toscano, W. y Molgaray, D. (2022) El lugar de la actividad física en las sociedades del siglo XXI: percepción de los estudiantes de una Universidad estatal Argentina. *Revista Digital Actividad Física y Deporte 8(2)* 1-5, <http://doi.org/10.31910/rdafd.v8.n2.2022.2205>

Toscano, W., & Molgaray, D. (2018). Acerca de la polisemia del concepto de deporte: la posibilidad de construir un tesoro. *Journal De Ciencias Sociales*, (10); 106-120  
<https://doi.org/10.18682/jcs.v0i10.706>

### 5) Cronograma de actividades

Clases	Tema
1	Presentación de la Materia y los docentes que integran la misma. Características de la cursada
2	La gimnasia como herramienta didáctica de la educación física. La lógica pedagógica de la gimnasia: entre la ciencia y el arte La gimnasia en la teoría hipocrática y su relación con la Educación Física actual.
3	Las escuelas gimnásticas sueca y alemana y su relación con la actividad física y la educación física actual
4	Las escuelas gimnásticas francesa e inglesa y su relación con la actividad física y la educación física actual
5	La gimnasia en la Grecia Antigua Los ejercicios físicos y la salud en el Corpus Hipocrático
6	Síntesis teórica de la unidad I. Construcción de una lista de los conceptos más importantes estudiados en la Unidad I. Acerca de la polisemia del concepto de deporte.
7	La gimnasia Aeróbica
8	Los orígenes de la gimnasia Tendencias gimnásticas
9	Estilo Libre y coreografiado
10	Las más importantes escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y la educación física actual. Trabajo práctico
11	Evaluación Parcial
12	La importancia de la Planimetría en la gimnasia Planos y ejes aplicados a la gimnasia. <i>La motricidad humana y la Educación Física</i>
13	Elementos de variación Simetría y asimetría de los movimientos
14	Familias de movimientos Que es un patrón motor
15	Clasificación de los elementos gimnásticos Acrobáticos y gimnásticos Gimnasia deportiva, técnica y metodología
16	Estrategias de enseñanza La elección y utilización por parte del docente de uno o varios de los recursos que tiene a su disposición; globales y analíticas

17	Etapas de adquisición de una técnica Presentación desde las etapas normales a las competitivas <i>Técnicas de suelo, elementos acrobáticos</i>
18	El estilo coreografiado en la gimnasia aeróbica. conteo musical
19	Las ayudas y los cuidados en la gimnasia artística. <i>La ciencia de la motricidad humana y la Educación Física.</i>
20	Evaluación Parcial
21	<i>La evolución de los ejercicios gimnásticos contruidos y su análisis estructural.</i> El lugar de la actividad física en las sociedades del siglo XXI
22	<i>Educación Física, Deporte y Currículo:</i>
23	¿La clase de Educación Física o la clase de Gimnasia? <i>Iniciación a la docencia</i>
24	La utilización de los diferentes ejercicios gimnásticos. Como elegir los ejercicios. <i>Educación Física y calidad de vida. La actividad física orientada hacia la salud</i>
25	Como elegir los ejercicios. La distribución del tiempo y el espacio.
26	Formas de agrupamiento para el trabajo. <i>Didáctica de la Educación Física y el deporte</i>
27	Los planes de clase: pautas para su confección. Preparación de los materiales y el espacio, creatividad e improvisación
28	Evaluación
29	La importancia del vínculo con los alumnos El alumno como sujeto y protagonista. <i>La Educación Física en contextos de diversidad</i>
30	Evaluación
31	La diferencia entre el rol del Profesor de Educación Física y el rol del entrenador de gimnasia. La dicotomía pedagogía-entrenamiento. El entrenamiento versus la educación en el deporte
32	Cierre de la materia Entrega de notas

## 6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje

### 6.1. Previsiones metodológicas y pedagógicas

En tanto dispositivos metodológicos y pedagógicos, se desarrollarán grupos de trabajo que a través de exposiciones teórico-prácticas se irán apropiando de los conocimientos de la disciplina.

## **6.2. Actividades que se realizarán en las horas presenciales y en las virtuales**

La materia se desarrolla bajo la modalidad presencial de dos horas reloj. Durante la clase se expondrán los contenidos teóricos y prácticos contando con el soporte de las nuevas tecnologías. Por su lado los estudiantes trabajarán dichos contenidos en forma grupal lo cual permitirá apropiarse de los mismos trabajando con sus compañeros, considerando este tipo de dispositivo como el más adecuado para la construcción de los saberes propios de la disciplina.

## **6.3. Articulación de actividades presenciales y virtuales**

**“No aplica”**

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

Las clases presenciales teórico prácticas se desarrollan en torno a una exposición a cargo de los docentes, y la discusión de los contenidos con los estudiantes aclarando las dudas que pudieran existir. Las partes prácticas comprende la presentación de una serie de ejercicios gimnásticos y acrobáticos que darán cuenta de las habilidades adquiridas por los estudiantes, para su futuro desempeño en la docencia.

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

Los trabajos prácticos han de ser corregidos por el docente y reformulados por los estudiantes. Se llevarán a cabo tres evaluaciones según lo establecido en el reglamento, las mismas han de ser tanto individuales como grupales y se realizarán a lo largo de la cursada. De este modo los estudiantes serán evaluados por su participación en clase y por las instancias ya mencionadas.

## **7) Gestión de Cátedra**

El equipo docente estable se encuentra conformado por el profesor Dr. a cargo de la materia y los ayudantes de cátedra. 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) Evaluaciones.**

Las evaluaciones conforman distintas instancias que deberán ser cumplimentadas por los estudiantes.

Los estudiantes aprobarán la asignatura a partir de haber cumplido con las instancias que se consignan a continuación: 1. Aprobación con “7” o más de tres parciales, con la posibilidad de dos recuperatorios. 2. Entrega por escrito, de los trabajos prácticos domiciliarios solicitados que son requisito para la aprobación de la materia. La aprobación de la asignatura se basa en el logro por parte de los/as estudiantes de ciertas competencias entendiendo que lo importante no radica en privilegiar la posesión de información, que caduca rápidamente, sino que de estrategias de búsqueda y procesamiento de esa información para enfrentar lo inesperado (Braslavsky, 1999) con el objetivo de lograr la resolución de situaciones problemáticas típicas del ejercicio del rol

docente. En este sentido se espera que los estudiantes logren una lectura comprensiva de todo el material bibliográfico indicado para cada Unidad Temática, la utilización del vocabulario específico de la profesión, una redacción clara, concisa y ortográficamente correcta, el reconocimiento de las diferentes posturas teóricas sostenidas por los autores consultados, la no reiteración de conceptos memorizados de forma enciclopedista y la selección y utilización de criterios acordes a la realidad social y no al tecnicismo de moda.

### **9) Régimen de Promoción**

La asignatura se encuentra sujeta al régimen académico dispuesto por la Universidad Nacional de la Matanza y la promoción de esta se logra a partir de aprobar las evaluaciones que se detallan en el punto anterior.