



**DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES**  
**CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA**

**Programa de la Asignatura:** Gimnasia III

**Código asignatura:** 0416

**Año:** 2021

**Cátedra: Prof. Titular: Dr. Walter N. Toscano**

**Carga Horaria:** 2 horas cursada anual

**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.

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

---

<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).

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 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

### 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.
- 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.

---

<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

- 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.**

#### **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.

##### Unidad II

#### **Ejercicios gimnásticos y formas de cuidado.**

El concepto de ejercicio. Diferentes formas de calentamiento. Entrada en calor general y específica, utilización de la gimnasia aeróbica. Definición de gimnasia aeróbica, 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.

##### Unidad III

#### **Los diferentes tipos de ejercicios gimnásticos**

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, salida

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

Cajón 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.

##### 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.

### **3.b) Bibliografía específica por Unidad Temática**

#### Unidad I

1. Bortoleto, M. (2012) LA LÓGICA PEDAGÓGICA DE LA GIMNASIA: ENTRE LA CIENCIA Y EL ARTE. Revista Acción Motriz 9, Editado por ACCAFIDE. Pp. 48-61.
2. 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*. Año 10, número 73. <https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm>
3. Toscano, W. (2008) Los ejercicios físicos y la salud en el Corpus Hipocrático. Revista Calidad de vida y salud. N° 1. UFLO. Pp 67-82 <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/6/5>

#### Unidad II

4. 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.
5. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. San Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 19-30 y 40-46
6. Erquicia López, B., González Fernández, I. y González Moral, S. (2008) *Federación Española de Aeróbics España*: editorial Paidotribos.

#### Unidad III

7. 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
8. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. Pp 116 y 127-128

9. 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
10. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 49-51

#### Unidad IV

11. Edelstein, G y Coria, C. (1995) *Imágenes e imaginación. Iniciación a la docencia*. Ed. Kapelusz. Bs.As. pp 78-81
12. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. pp 13-29
13. Generelo Lanaspá, E. (1996) *Educación Física y calidad de vida*. Universidad de Zaragoza. En Sánchez Bañuelos, F. *La actividad física orientada hacia la salud. Colección Deportes*. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid. pp 309-330
14. Sánchez Bañuelos, F. (1996) *La actividad física orientada hacia la salud. Colección Deportes*. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid. Pp 100-108
15. Sánchez Bañuelos, F. (1992) *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos Editorial. Madrid. Cap. IV
16. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp: 51-64.

#### Unidad V

17. Braslavsky, C. (1999) *Rehaciendo escuelas: hacia un nuevo paradigma de la educación en Latinoamérica*. Ed. Santillana. Bs. As. pp. 29-38 y 110-117
18. Devís Devís, J. (1996) *Educación Física, Deporte y Currículo: investigación y desarrollo curricular*. Editorial Visor. Madrid. pp. 30-31
19. Freire, P. (1994) *Cartas a quien pretende enseñar*. Siglo XXI Editores. Bs. As.
20. Toscano, W (2008) *Pensar La Educación Física Actual*. san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp.: 40-46 y 65-72
21. 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.pdf>

#### **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.

## 5) Cronograma de actividades:

Semana	Tema	Bibliografía
5 de abril al 9 de abril	Presentación	Presentación de la Materia y los docentes que integran la misma. Características de la cursada
12 al 16 de Abril	La gimnasia como herramienta didáctica de la educación física	Texto: Bortoleto, M. (2012) LA LÓGICA PEDAGÓGICA DE LA GIMNASIA: ENTRE LA CIENCIA Y EL ARTE. Revista Acción Motriz 9, Editado por ACCAFIDE. Pp. 48-61.
19 al 23 de Abril	Las escuelas gimnásticas sueca y alemana	Texto: 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. <i>efDeportes Revista Digital</i> . Año 10, número 73. <a href="https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm">https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm</a>
26 al 30 de Abril	Las escuelas gimnásticas francesa e inglesa	Texto: 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. <i>efDeportes Revista Digital</i> . Año 10, número 73. <a href="https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm">https://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm</a>
3 de Abril al 7 de mayo	La gimnasia en la Grecia Antigua	Texto: Toscano, W. (2008) Los ejercicios físicos y la salud en el Corpus Hipocrático. Revista Calidad de vida y salud. N° 1. UFLO. Pp 67-82 <a href="http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/6/5">http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/6/5</a>
10 al 14 de mayo	Síntesis teórica de la unidad I	Construcción de una lista de los conceptos más importantes estudiados en la Unidad I
17 al 21 de mayo	La gimnasia Aeróbica	<a href="http://www.lesmillsargentina.com.ar/">http://www.lesmillsargentina.com.ar/</a> body system
24 al 28 de mayo	Los orígenes de la gimnasia	Tendencias gimnásticas
31 de mayo al 4 de junio	Estilo Libre y estilo coreografiado	<a href="https://www.efdeportes.com/efd40/aed.htm">https://www.efdeportes.com/efd40/aed.htm</a>
7 al 11 de junio	Las más importantes escuelas gimnásticas	Las 4 escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y la educación física actuales. Las escuelas gimnásticas Alemana y Sueca
14 al 18 de junio	Trabajo práctico	TP Las escuelas gimnásticas francesa e inglesa
21 al 25 de junio	La importancia de la Planimetría en la gimnasia	Planos y ejes aplicados a la gimnasia Rey Cao, A. <i>La ciencia de la motricidad humana y la Educación Física</i>
28 al 2 de julio	Elementos de variación	Simetría y asimetría de los movimientos Erquicia López, B., González Fernández, I. y González Moral, S. (2008) <i>Federación Española de Aeróbics</i> España: editorial Paidotribos.
5 al 9 de julio	Familias de movimientos	que es un patrón motor <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZSOBiNmjoFY">https://www.youtube.com/watch?v=ZSOBiNmjoFY</a>
12 al 16 de Julio	Clasificación de los elementos gimnásticos	Gimnasia deportiva, técnica y metodología; Jorge Frontera y Francisco Aquino

19 al 23 de Julio	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
24 de Julio al 21 de agosto	Cierre del primer cuatrimestre	
23 al 27 de agosto	Etapas de adquisición de una técnica	Presentación desde las etapas normales a las competitivas Técnicas de suelo, elementos acrobáticos
30 de agosto al 3 de sep.	El estilo coreografiado en la gimnasia aeróbica	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LXVYLK3KN1c">https://www.youtube.com/watch?v=LXVYLK3KN1c</a> (conteo musical) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q7ZRQIMT474">https://www.youtube.com/watch?v=Q7ZRQIMT474</a> (importante para estilo coreografiado)
6 al 10 de septiembre	Las ayudas y los cuidados en la gimnasia artística	Rey Cao, A. <i>La ciencia de la motricidad humana y la Educación Física</i> . En Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva. Madrid. Pp 117-124
13 al 17 de septiembre	Dallo, R. (2002) <i>La evolución de los ejercicios gimnásticos contruidos y su análisis estructural</i> .	Congreso Internacional de Historia de la Educación Física. Gymnos Editorial Deportiva. Madrid. Pp 46-53 Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal
20 al 24 de septiembre	Devís Devís, J. (1996) <i>Educación Física, Deporte y Currículo</i> :	<i>investigación y desarrollo curricular</i> . Editorial Visor. Madrid. pp 116 y 127-128
27 de sep. al 1º de oct. oct	¿La clase de Educación Física o la clase de Gimnasia?	Edelstein, G y Coria, C. (1995) <i>Imágenes e imaginación. Iniciación a la docencia</i> . Ed. Kapelusz. Bs.As. pp 78-81
4 al 8 de octubre	La utilización de los diferentes ejercicios gimnásticos. Como elegir los ejercicios.	Generelo Lanaspá, E. (1996) <i>Educación Física y calidad de vida</i> . Universidad de Zaragoza. En Sánchez Bañuelos, F. <i>La actividad física orientada hacia la salud</i> . Colección Deportes. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid. pp 309-330
11 al 15 de octubre	Como elegir los ejercicios. La distribución del tiempo y el espacio.	Sánchez Bañuelos, F. (1992) <i>Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte</i> . Gymnos Editorial. Madrid. Cap. IV
18 al 22 de octubre	Formas de agrupamiento para el trabajo.	Sánchez Bañuelos, F. (1992) <i>Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte</i> . Gymnos Editorial. Madrid. Cap. IV
25 al 29 de octubre	Los planes de clase: pautas para su confección	La preparación de los materiales y del espacio físico. Uso de la creatividad y la improvisación. Sánchez Bañuelos, F. (1992) <i>Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte</i> . Gymnos Editorial. Madrid. Cap IV
1 al 5 de noviembre	Evaluación	
8 al 12 de noviembre	La importancia del vínculo con los alumnos	Braslavsky, C. (1999) <i>Rehaciendo escuelas: hacia un nuevo paradigma de la educación en Latinoamérica</i> . Ed. Santillana. Bs. As. pp. 29-38 y 110-117
15 al 19 de noviembre	El alumno como sujeto y protagonista.	Toscano, W. <i>La Educación Física en contextos de diversidad</i> . <i>Revista Formadores Año 5 Volumen 6</i> . Dirección de Educación Superior de la Provincia de Buenos Aires. pp. 36-41 <a href="http://www.formadores.org/revista609.pd">http://www.formadores.org/revista609.pd</a>

22 al 26 de noviembre	la diferencia entre el rol del Profesor de Educación Física y el rol del entrenador de gimnasia.	Toscano, W (2008) <i>Pensar La Educación Física Actual</i> . san Justo. Prometeo Libros. UNLAM. Pp.: 40-46 y 65-72
29 de nov al 3 de dic.	Las diferencias entre el rol docente y el rol entrenador. La dicotomía pedagogía-entrenamiento.	Nigel Proctor (1984) "El dilema de la dicotomía educación entrenamiento" El entrenamiento versus la educación en el deporte
6 al 10 de Diciembre	Cierre de la materia	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

## 7) Gestión de cátedra

El equipo docente estable se encuentra conformado por el profesor a cargo de la materia y los ayudantes. 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

Teniendo en cuenta el aislamiento social obligatorio decretado en Argentina a raíz de la pandemia de COVID-19 este curso se inicia con la modalidad pedagógica del sistema MIEL (materias en línea).

## 9) Evaluaciones.

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

- a. Entrega individual y por escrito de los trabajos prácticos domiciliarios.
- b. Preparación y entrega por escrito de los planes de clase solicitados.
- c. 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 y la promoción de la misma se logra a partir de aprobar las evaluaciones que se detallan en el punto anterior.