****

**Proyecto**

**Gimnasia III**

**Prof. Bracamonte, Lía Verónica**

**2021**

**FUNDAMENTACION O MARCO TEORICO**

La propuesta pretende abordar la gimnasia, como una herramienta para la formación corporal y motriz, re significando a la gimnasia en el ámbito educativo, enfocándose en una práctica centrada en la diversidad y complejidad social y contextual del sujeto que aprende.

Analizar a la gimnasia crítica y constructivamente, analizándola desde su origen, como configuración de movimientos, valorada histórica y socialmente por sus aportes educativos a la educación Física.

Es así que como contenido disciplinar de la Educación Física, y específicamente en el proceso de formación pretende que los estudiantes alcancen una comprensión genuina sobre los procesos, funciones, conceptos, principios y acciones en los que se sustenta la corporeidad y motricidad humana, apropiándose así de estrategias de intervención pedagógica para incidir en la constitución de la corporeidad y motricidad de sus futuros alumnos, promoviendo un aprendizaje activo, comprensivo y reflexivo.

Se pretende proporcionar herramientas teóricas, prácticas y didácticas de la Gimnasia Rítmica (G.R.), consideradas en el ámbito escolar una actividad de gran auge por ser uno de los deportes programados en los Juegos Evita y las Nuevas Tendencias de la Gimnasia, las cuales brindarán al estudiante las herramientas necesarias para dar respuesta a los nuevos requerimientos sociales de actividad física y cambios de hábitos saludables. Su valor didáctico en la Educación Física, y su valor educativo reside en las potencialidades formativas y axiológicas que se expresan en la ejecución y práctica de los movimientos que la conforman.

En relación a los aspectos motrices el valor formativo de la gimnasia se expresa en el desarrollo de las capacidades y adquisición de habilidades, logrando superar la tensión del saber el contenido disciplinar vs. aprender a enseñar promoviendo el trabajo sostenido y continuo en este doble proceso de forma integrada.

**FUNDAMENTACION EPISTEMOLOGICA**

Se realiza una adecuación de contenidos en articulación con las Asignaturas Gimnasias I y II y por considerar con los docentes especialistas de las Asignaturas mencionadas la gran cantidad de contenidos considerados para la cátedra.

Es por ello que se considera en la Gimnasia III el desarrollo de las Nuevas tendencias de la Gimnasia y la Gimnasia Rítmica aplicadas al nivel escolar tomando como marco de referencia los métodos de enseñanza y el reglamento de los Juegos Evita en la Gimnasia Rítmica.

En la certeza que el ser docente es una construcción permanente, la reflexión y el diseño de estrategias didácticas para favorecer las diferentes formas de construir el conocimiento, será de suma vital en la cátedra, al igual que el trabajo en equipo para acordar y organizar la III Gimnastrada Institucional. La Asignatura se organizará teniendo en cuenta este nuevo escenario pedagógico que se nos plantea ante la pandemia y a fin de permitir la continuidad y vinculo pedagógico con las y los estudiantes, la propuesta curricular estará mediada por diversas formas de presencialidad y virtualidad, según las normativas.

En este sentido pensar en esta reformulación de formatos implica una organización de las propuestas que permitan el desarrollo de superar las anteriores y en lo posible no interfiera en el desarrollo de los contenidos.

A través de diferentes plataformas virtuales y de manera presencial se ordenará y organiza los contenidos tanto teóricos como prácticos con el fin de los estudiantes puedan desarrollar experiencias motrices de las nuevas tendencias de la Gimnasia y establecer relaciones, vinculaciones y construir argumentaciones acerca de las praxis y la teorías que las sustentan.

El conocimiento del contenido del campo especifico y de las formas de enseñar, posibilitará que logre argumentar y realizar secuencialmente procesos metodológicos acordes al nivel y a las características de los sujetos a quien aprende.

Actualmente la emergencia de nuevos paradigmas en el campo de la corporeidad y motricidad humana resignifican la Educación Física *“como la disciplina pedagógica, que tiende a intervenir intencional y sistemáticamente en la constitución corporal y motriz de los sujetos, colaborando en sus procesos de formación y desarrollo integral, a través de prácticas docentes específicas que parte de considerarlo en la totalidad de su complejidad humana, en los contextos sociales y culturales de pertenencia”[[1]](#footnote-1).*

En este sentido, en el proceso de formación de los estudiantes se pretenderá alcancen una comprensión genuina sobre los procesos, funciones, conceptos, principios y acciones en los que se sustenta la corporeidad y motricidad humana, apropiándose así de estrategias de intervención pedagógica para incidir en la constitución de la corporeidad y motricidad de sus futuros alumnos, tomando decisiones pedagógicas en correspondencia con la heterogeneidad de las aulas y otros ámbitos.

El desafío es importante si consideramos que los contenidos abordados en la Gimnasia requieren de un desarrollo motriz y la práctica en vinculación estrecha con la música. Es por ello que desde la cátedra se intentará un abordaje dinámico de los contenidos para que el estudiante reconozca las distintas tendencias de la gimnasia,su teoría, procesos metológicos, y establezca criterios de enseñanza con un abordaje integral.

.

**CAPACIDADES A DESARROLLAR EN EL ESTUDIANTE:**

* Construir estrategias didácticas para la enseñanza de las diferentes técnicas de las Nuevas Tendencias de la gimnasia y la Gimnasia Ritmica a partir del conocimiento conceptual y la interrelación de contenidos de otras Cátedras.
* Actuar de acuerdo con las características y diversos modos de aprender de sus estudiantes adecuando las estrategias didácticas como una trama que da sentido al diseño y selección de contenidos.
* Ampliar la disponibilidad corporal a partir de la incorporación de nuevas formas de movimientos, habilidades y destrezas, con elementos.
* Dirigir y gestionar la clase con creatividad en las propuestas de construcción y ejecución de bloques y series gimnásticas, resaltando el valor musical.

## EJES TEMATICOS

### I - GIMNASIA AEROBICA, LOCALIZADA Y RITMOS

* Historia de las Nuevas Tendencias de la Gimnasia. El rol social de la danza y el baile en la escuela.
* Gimnasia Aeróbica. Pasos básicos. Bajo y alto impacto, derivados y de estilo.
* Ritmos: salsa, merengue y mambo.
* Métodos de Enseñanza: Suma. Corte 1 y 2
* Gimnasia Localizada. Técnicas específicas y Métodos de trabajo.
* Dinámicas de grupo.
* Interpretar y transferir el marco conceptual de las Nuevas Tendencias de la Gimnasia como contenido social y cultural.
* Música. Estrofa musical. Frase. Golpes fuertes y débiles.

#### II- GIMNASIA RITMICA

* Generalidades sobre el deporte: Origen, evolución, estructura, Música, espacio, expresión y comunicación corporal.
* Manos libres: técnicas básicas. Grupos técnicos fundamentales: saltos, giros, equilibrios, onda y flexibilidad.
* Generalidades de los Aparatos de la Gimnasia Rítmica.
* Coreografías de Conjunto. Generalidades. Formas de Actuación en colectivo.

**III- DIDACTICA DE LA GIMNASIA**

* La Gimnasia en el currículo de la Educación Física en los distintos Niveles.
* La Gimnasia y su enseñanza. Criterio didáctico para la inclusión de la Gimnasia en las clases de Educación Física en los diferentes niveles y grupos etarios.
* La clase: estructura. Aspectos técnicos, motriz, físico y psicológico- afectivo a tener en cuenta para seleccionar los ejercicios y actividades.
* La organización y seguridad en las clases.
* Organización y estructura de una Muestra final de Educación Física.
* Práctica de la Gimnasia, diferenciando niveles de dificultad en su aplicación.
* Uso de materiales no convencionales en las clases prácticas para el desarrollo de la corporeidad y motricidad.
* Interpretación del valor educativo de la práctica gimnástica como agente de formación.
* Valorizar la práctica de la gimnasia como medio para el desarrollo de capacidades.
* Trabajar en un marco de respeto entre pares y docente.

## ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

El abordaje de los contenidos se realiza a través de:

* Promover al alumno la investigación, la acción y la reflexión a fin de generar un proceso dialógico entre teoría y práctica, un desarrollo teórico/vivencial sobre las prácticas gimnasticas que los alumnos deben construir y aprender para transformarlas luego en objeto de enseñanza.
* La posibilidad de experimentar individual o grupalmente la creación de movimientos, ejercicios, secuencias y esquemas, movilizando conocimientos motrices y didácticos.
* Observación y práctica de clases de Nuevas Tendencias de Gimnasia en diferentes Redes Sociales que se investigaran a fin de que sean con profesionales para que el estudiante pueda ampliar sus experiencias motrices desde su hogar.
* Consultas específicas en diferentes medios, libros, internet, etc. de distintos contenidos de la cátedra a fin de construir teorías que nos permita abordar la práctica de manera reflexiva.
* Elaboración de metodologías de enseñanza a partir de la práctica y vivencia de acuerdo a criterios establecidos.
* Elaboración de trabajos escritos y orales.

## EVALUACION

**Presentación de propuestas metodologicas:** Trabajos escritos de investigación y practicas, con defensa oral de temas relacionados a las Nuevas tendencias de la Gimnasia. El trabajo se hará grupal de un máximo de 4 (cuatro) estudiantes. Las propuestas prácticas se realizar´pan a través de MEET o VIDEOS en donde se pueda observar las diferentes propuestas metodológicas y elaboración de bloques o rutinas gimnásticas como también el hacer corporal y disponibilidad motora.

Se evaluará: Claridad en los conceptos, posicionamiento crítico del tema, coherencia en la justificación conceptual en la defensa, articulación con demás cátedras, creatividad en la presentación, liderazgo a la hora de ejecutar la coreografia, las técnicas correctas.

**Instancia Evaluativa N° 1:** Microclases grupales de Gimnasia Aerobica, Zumbna, Dinamicas grupales a través de la Plataforma Meet, con duración de 10 a 15 minutos aproximadamente. Se realizarán el abordaje teórico para defensa de la propuesta y aportes y autoevaluación de pares.

Se evaluará: apropiación del contenido a enseñar, adecuación de la propuesta metodológica, creatividad de la propuesta, apropiación del conocimiento conceptual, técnica correcta de ejecución de los diferentes Pasos o técnicas a ejecutar.

**Instancia Evaluativa N° 2:** Elaboración de rutinas de una Nueva Tendencia de la Gimnasia a elección. A través de un video o difusión por medios virtuales o plataformas como Facebook, Instagran. La clase tendrá una hora de duración, donde tendrá que abordar el contenido en su complejidad, con bases teóricas que justifiquen su accionar.

Se evaluará: apropiación del contenido a enseñar, adecuación de la propuesta metodológica, creatividad de la propuesta, apropiación del conocimiento conceptual, técnica correcta de ejecución de la Nueva tendencia abordada.

**Instancia de Evaluación N° 4:** Organización y Muestra de la 3da. Gimnastrada ISEF Virtual. Los estudiantes se agruparán para la organización cumpliendo diferentes funciones para el evento.

Se evaluará: interés, compromiso, cumplimiento y eficiencia en la organización de la Gimnastrada.

## EXAMENES FINALES:

La condición de los estudiantes estará establecida según el RAM.

### Alumnos en condición de regular:

* El alumno rendirá examen oral integrando todos los contenidos desarrollados en la cátedra.

### Alumnos en condición de libres:

El alumno deberá realizar:

* Un Examen Escrito el cual deberá tener un 60 % del escrito bien desarrollado para aprobar con 4 y una clase de cualquier contenido de la cátedra, que será determinado en el momento del examen, la misma tendrá una duración de 10 minutos aproximadamente, la ejecución de los procesos metodológicos y construcción de la propuesta deberá estar acorde a las exigencias propuestas para aprobar esta instancia.

Aprobando la instancia escrita y práctica, rendirá un examen oral integrador.

### Alumnos en condición de libres por opción:

El alumno deberá realizar:

* Un Examen Escrito el cual deberá tener un 80 % del escrito desarrollado correctamente para aprobar y realizar dos propuesta pedagógica de un contenido de la cátedra (uno de GR y otro de Nuevas Tendencias), que será determinado en el momento del examen, la misma tendrá una duración de 10 minutos aproximadamente, la ejecución de los procesos metodológicos y construcción de la propuesta deberá estar acorde a las exigencias propuestas para aprobar esta instancia.

Aprobando la instancia escrita y práctica, rendirá un examen oral integrador.

**INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:**

* Defensa oral de investigaciones donde desarrolle con claridad los conceptos de los temas desarrollados.
* Talleres de observaciones participantes y micro prácticas en ámbitos no formales.
* Seguimiento de aprendizajes individuales y grupales, mediante registros de acontecimientos, lista de control o escalas de apreciación de acuerdo al contenido a evaluar, a fin de promover un aprendizaje activo, comprensivo y reflexivo de los alumnos.
* Propuestas de microclases y observación a través de videos de sus propias prácticas, a fin de inculcar en los estudiantes el uso de herramientas tecnológicas, y en una mirada de observador critico de sus propias profesionales.
* Exámenes prácticos en donde la creación individual y grupal de ejercicios, secuencias y esquemas movilicen conocimientos motrices y didácticos.

## CRITERIOS DE EVALUACION:

En el desempeño motriz se tomará como criterio de evaluación, la alineación postural en posición estática y dinámica, ejecución de las distintas técnicas de movimiento, corporales y de manipuleo, la disociación rítmica de diferentes partes del cuerpo y la capacidad creativa en la elaboración de coreografías gimnásticas individuales y de conjunto, como en las propuestas metodológicas.

En el desempeño cognitivo, se considerará la interpretación conceptual y la relación con otros contenidos, la capacidad de expresión, la claridad y coherencia conceptual, privilegiando por sobre todo la profundidad por sobre la extensión en el desarrollo de los mismos y el uso adecuado de vocabulario específico.

En cuanto al desempeño profesional se tomará como criterio la aplicación teórica y reflexiva sobre los procesos metodológicos prácticos, detección de problemas generales para su enseñanza y aproximación a un diseño global e integral de alternativas de intervención como también la responsabilidad y disposición para las propuestas de la cátedra.

**ARTICULACION**

Se articulará de forma transversal con las cátedras de Gimnasia I y II, Juego y recreación, Anatomía, Didáctica General y Didáctica Específica, Biomecánica, y en forma horizontal con entrenamiento y Taller de Práctica y residencia del Nivel Inicial y primario.

**PROPUESTAS INNOVADORAS**

Observación y práctica de clases de Nuevas tendencias de la Gimnasia (spining, Gimnasia Funcional, pilates, etc) en ISAFiD, que no se puedan realizar en la Institución por la falta de aparatos necesarios para desarrollarla actividad, en el momento en que habiliten la presencialidad en los Gimnasios.

Organización y participación de la III Gimnaestrada Virtual ISEF.

**CRONOGRAMA**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ejes  Formativos | Abril | Mayo | Junio | Julio | Agosto | Sept. | Oct. | Nov. |
| 1 |  |  |  |  | **x** | **x** | **x** | **x** |
| 2 | **x** | **x** | **X** | **x** | **x** |  |  |  |
| 3 |  | **x** | **X** | **x** | **x** | **x** | **x** | **X** |

**BIBLIOGRAFIA**

1. Código de puntuación de Gimnasia Rítmica 2013-2016.FEDERACION INTERNACIONAL DE GIMNASIA.
2. GIRALDES, Mariano. Gimnasia. El futuro anterior. Editorial: Stadium. 2002.
3. HEINSS, Melitta. Gimnasia rítmico deportiva para niñas. Editorial: Stadium.
4. LITZIKAYA. Gimnasia rítmico deportiva. Editorial: Paidotribo. 1996.
5. HERNANDEZ. Gimnasia rítmico deportiva. Editorial: Stadium. 1987.
6. BARTA, Anna; PEREGOT, Ana Ma. Duran Delgado.1000 Ejercicios y juegos de Gimnasia rítmico desportiva. Editorial: Paidotribo.
7. LANGLADE, Alberto, REY DE LANGLADE, Nely. Teoría General de la Gimnasia.
8. MEINEL, Kurt– SCHNABE, Günter. Teoría del Movimiento. Motricidad Deportiva. Editorial: Stadium.2004.
9. Apuntes del Instructorado de Gimnasia Aeróbica, Ritmos y Localizada. Isafyd.
10. Apuntes: El rol social de la danza y el baile en la escuela. Interpretación y transferencia.

**OBSERVACIONES**

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………...........

1. Recomendaciones para la elaboración de Diseños Curriculares. Educación Física. INFD. 2008 [↑](#footnote-ref-1)