

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LUJAN
REPUBLICA ARGENTINA
C.C. 221 - 6700 - LUJAN (Bs. As.)

Nº DE DISPOSICION:
DEPARTAMENTO DE: EDUCACION

07-15

CARRERA: **PROFESORADO EN EDUCACION FISICA**

PROGRAMA DE LA ASIGNATURA: **DEPORTES INDIVIDUALES Y SU ENSEÑANZA II.**

Código: 35015

DOCENTES RESPONSABLES: Lic. Ruiz Mariel (Adj.) Lic. del Valle Daniel (Adj.)		HORAS DE CLASE SEMANALES:
EQUIPO DOCENTE (Personal Ex INEF) Grafhó Julio Larrandart, María Rosa López Delgado, Cynthia Carpena Carlos Pino Liliana Nuñez Anibal García Esquerdo Eduardo Orlando Horacio Tejera Ariel		TEÓRICAS: 3 hs PRÁCTICAS: 3 hs HORAS TOTALES: 96 hs
ASIGNATURAS CORRELATIVAS PRECEDENTES		
APROBADAS	CURSADAS	
	Deportes individuales y su enseñanza I	
Contenidos mínimos: Deportes Individuales y su Enseñanza I; II; III. (Gimnasia / Natación / Atletismo) Gimnasia I; II y III Premisas fundamentales para la comprensión del movimiento. Esquema corporal. Cualidades del movimiento. Motricidad humana: congénita y adquirida. El cuerpo humano: dimensiones, planos, direcciones, sentidos, ejes de movimiento. Posiciones del cuerpo. El aprendizaje motor en la enseñanza de las técnicas gimnásticas Entrada en calor: mejoramiento del sistema muscular: conceptos, principios y formas de trabajo. Conductas motoras: desplazamientos, saltos, giros equilibrios, balanceos y circunducciones: análisis técnico, práctico y pasos metodológicos.		
AÑO VIGENCIA: 2013-2014		

(ms)

Aparato manual: cuerda. Técnicas de manipuleo, pasos metodológicos.

Desarrollo de la coordinación y la destreza: formas de ayuda y corrección. Aspectos metodológicos de los elementos enseñados: rolidos y apoyos, inversiones y volteos laterales y anteroposterior.

Ambientación al salto, a la viga y la paralela: ejercicios metodológicos, ayudas y corrección de errores. Proceso de orientación del aprendizaje y estrategias de enseñanza.

Familia de movimientos: gimnásticos y acrobáticos.

Salto, giros, ondas: metodología, análisis y corrección de errores.

Relación objetual referida al aparato pelota. Técnicas de manipuleo, pasos metodológicos.

Elementos acrobáticos: inversiones, volteos antero-posterior, postero-anterior. Análisis técnico, ayudas, corrección de errores, pasos metodológicos. Fundamentos.

Disciplinas: salto, viga, paralela: análisis técnico, práctico y pasos metodológicos. Ayudas y corrección de errores.

Proceso de orientación del aprendizaje y estrategias de enseñanza.

Natación I; II y III

Generalidades y objetivos. Principios y leyes físicas aplicadas a la mecánica natatoria.

Ambientación al medio y su proceso metodológico. Planteos metodológicos y enseñanzas de las técnicas de nado: crol, espalda, pecho y mariposa. Salidas y zambullidas básicas. Técnicas de nado utilitario. Nado subacuático.

Principios y leyes físicas aplicadas a la mecánica natatoria. Estudio de las técnicas de nado: crol, espalda, pecho y mariposa. Vueltas. Aspectos reglamentarios de cada una.

Los sistemas de enseñanza. Orientación docente.

Natación recreativa.

Técnicas de salvamento: tomas y zafaduras. Remolques.

Técnica del nado over. Técnica de reanimación básica.

Técnicas de las pruebas combinadas (individuales y por relevos).

Natación para bebés, adultos, con capacidades diferentes.

Natación terapéutica. Gimnasia en el agua.

Waterpolo.

Instalaciones y seguridad en los natatorios.

Organización de programas acuáticos en la educación formal y no formal.

Atletismo I; II y III

Referencias históricas, constitutivas y particulares del atletismo.

Realización práctica de un proceso didáctico - metodológico en función del aprendizaje y la enseñanza en la infancia, la adolescencia y la juventud.

Miniatletismo. Juegos aplicativos. Infraestructura atlética y material.

Disciplinas atléticas:

La carrera: biomecánica y proceso didáctico de la carrera; bases de trabajo aeróbico y anaeróbico. Partida alta y baja: La carrera con vallas: análisis técnico y estrategia de enseñanza. La carrera de relevos, análisis técnico y estrategia de enseñanza

Los saltos atléticos: análisis técnico y estrategias de enseñanza de las distintas técnicas; salto en largo, salto triple; salto con garrocha. Características biotipológicas y funcionales de los saltadores

Los lanzamientos atléticos: análisis técnico y estrategias de enseñanza de las distintas técnicas; lanzamiento de la bala; lanzamiento del martillo, lanzamiento de la jabalina. Características biotipológicas y funcionales de los lanzadores.

Programación y estrategia didáctica para la enseñanza de las pruebas en los distintos niveles del sistema educativo y en la educación no formal.

Reglamento internacional. Organización de un torneo atlético

Fundamentación:

La asignatura "Deportes individuales y su enseñanza II" se inscribe en el nuevo plan de Estudios para la Carrera de Profesores y Licenciados en Educación Física. Como lo plantea el documento de base correspondiente a la formación de los futuros Profesores de Educación Física se pretende *"...contemplar una sólida formación disciplinar, tanto teórica como práctica, en el campo de una cultura física¹ contextualizada, actualizada y al servicio de la formación multidimensional de las personas"*.

En relación a dicho marco, se espera -desde este espacio curricular- incidir en la adquisición de un 'saber docente' conformado desde un sólido dominio, conceptual y epistemológico de los elementos que conforman los deportes individuales II, en sus formas particulares (Natación, Atletismo y Gimnasia)

Entendiendo que éstos, constituyen un requisito previo e insoslayable para la construcción de las estrategias de intervención pedagógicas y didácticas, que se orientarán a garantizar los aprendizajes que hacen al desarrollo de competencias motrices y lúdicas significativas para los sujetos sobre los cuales recae la acción educativa, ya se a se trate de contextos de educación formal como no formal y en sus formas más diversificadas.

En este sentido, las asignaturas *deportes individuales y su enseñanza II* representa un espacio de reflexión

dedicado al abordaje didáctico de ciertas habilidades específicas deportivas con incidencia en la formación de los niños y las niñas según los contextos (formales y no formales). Dichas reflexiones abordan dos dificultades recurrentes que atraviesa la enseñanza de los deportes individuales en el contexto de la educación física actual, por un lado, la ruptura que se sucede entre la teoría y la práctica, y por otro lado, las representaciones de hombre y de su relación con el cuerpo y el movimiento, transpuestas directamente de otros campos de conocimiento sin una adecuada contextualización.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, la *Unidad 1* de este programa propone a los estudiantes problematizar algunos de los aspectos importantes para la enseñanza de los deportes individuales en relación al aprendizaje de la educación física en los diferentes contextos con niños y niñas, caracterizando a los sujetos en todas sus dimensiones.

La intención de la *Unidad 2, 3 y 4* es dar a los alumnos herramientas para el análisis de las características, particularidades de las pruebas y disciplinas que componen los deportes individuales, la gimnasia, el atletismo y la natación rescatando su valor educativo y su vinculación con teorías de la enseñanza y del aprendizaje. Por otra parte, el tratamiento de los contenidos intenta ampliar y profundizar la mirada crítica sobre el cómo se enseñan actualmente dichas especialidades y cómo inciden estas enseñanzas en la formación de los niños y niñas según las intervenciones docentes, los contextos, y las finalidades que se persiguen.

Por último, en la *Unidad 5* se intenta revisar cuestiones acerca de la organización de la enseñanza, programando una planificación sobre un tema, considerando los componentes que hacen a la misma de acuerdo a la especialidad. El intento es articular esta asignatura con los saberes puestos al servicio de los estudiantes por otras asignaturas de la carrera, así como considerar el carácter educativo de los mismos.

Ubicación de la asignatura en el Plan de Estudios de la carrera.

"**Los deportes individuales y su enseñanza II**" corresponde al tercer cuatrimestre de la carrera, conformando una de las once 'asignaturas específicas o de contenido sustantivo del campo disciplinar que conforman el Bloque de la cultura física'² del Profesorado Universitario en Educación Física. El tratamiento de las asignaturas 'Gimnasia formativa I'; 'Gimnasia formativa II' los

² La organización por bloques refiere a las decisiones adoptadas para la elaboración del Plan de estudios de la Carrera. Cada bloque reúne ciertas asignaturas que responden a ciertos criterios de agrupamiento.

'Deportes individuales y su enseñanza I' y 'Deportes de conjunto y su enseñanza I' en este primer tramo de formación, conforman el núcleo nodal que hace a la formación específica de los futuros profesores de Educación Física.

Propuesta de enseñanza

La ubicación de esta asignatura en el Plan de Estudios, así como las condiciones institucionales de transición entre un profesorado terciario y uno universitario condicionan, pero no determinan, esta propuesta de enseñanza.

La intención de los docentes que conforman el equipo de la asignatura es apoyar a los estudiantes en la construcción de su rol, así como ayudarlos a pensarse a sí mismos en sus prácticas profesionales como profesores de Educación Física.

En este sentido, el intento reside en hallar en las problematización epistemológicas de las concepciones y prácticas deportivas y gimnásticas, que se propician a partir de los contenidos de la asignatura una apropiación crítica por parte de los alumnos, para construir nuevos marcos del saber hacer y saber ser. Por otro lado, el hecho de que la asignatura se ubique en el segundo año de los estudios de grado obliga a pensar en una articulación necesaria en el pasaje desde el primer año al tercero donde por un lado, se deben profundizar los conocimientos adquiridos de los deportes individuales y su enseñanza I y por el otro, preparar para que en el cuatrimestre 3 de la misma, puedan desarrollar los últimos niveles de conocimiento acerca de las configuraciones de movimiento y su didáctica. Esto obliga a profundizar los estudios sobre la identidad profesional, la problemática educativa de la Educación Física y los factores políticos que la constituyen determinan y conforman. En función de estos intereses y la realidad institucional y poblacional con la que cuenta la carrera realizamos la siguiente propuesta didáctica para la asignatura, deportes individuales II y su enseñanza.

Propósitos:

Contribuir a la formación pedagógico-didáctica rigurosa y actualizada de los alumnos del Profesorado Universitario de Educación Física en relación a los deportes individuales y su enseñanza con intención de que sean capaces de producir aprendizajes deportivos con sentido en sus futuros alumnos.

Proporcionar a los alumnos un espacio de problematización sobre la enseñanza de los deportes individuales en relación al aprendizaje de la educación física.

Proporcionar renovados marcos teórico- práctico rigurosamente fundamentados para la construcción de estrategias de enseñanza de los distintos deportes individuales con niños, y niñas según los contextos de intervención.

Objetivos Generales:

Que los alumnos:

Reelaboren los contenidos trabajados en la asignatura, como fundamento para la toma de decisiones futuras.

Diseñen planificaciones de corto plazo, utilizando de forma integrada los contenidos construidos durante el desarrollo de la asignatura.

Objetivos Específicos:

Que los alumnos:

Desarrollen estrategias de enseñanza del atletismo, gimnasia y natación como deporte educativo.

Conozcan y desarrollen estrategias de seguridad para la enseñanza de los deportes individuales

Fundamenten la importancia de las actividades deportivas en la escuela, su posible valor pedagógico, así como su inclusión en programas curriculares de primaria.

Adquirir pautas de participación para la enseñanza de habilidades gimnásticas, atléticas y acuáticas de iniciación en el ámbito escolar.

Contenidos y Bibliografía:

Unidad N°1: El sujeto infantil en el aprendizaje en los deportes individuales

La enseñanza de los deportes individuales en la Educación Física con niños y niñas en los marcos formales y no formales. Distintas concepciones del sujeto que aprende deportes individuales: discursos y representaciones. El sujeto infantil en situaciones gimnásticas y deportivas en contextos escolares. Principios y etapas del desarrollo motor en relación a las lógicas internas de los deportes individuales y en relación a los saberes corporales de los diferentes contextos sociales.

Bibliografía obligatoria Unidad 1:

Documentos curriculares de Educación Física. Ciudad de Buenos Aires. En www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/curricula.

D.G.C.y E. Gobierno de la Provincia de Bs As. Diseño curricular de educación primaria.

Gómez, R. H. (2000) El aprendizaje de las habilidades y los esquemas motrices en el niño y el joven, Buenos Aires, Ed. Stadium.

Meinel y Schnabel (1987) Teoría del movimiento. Motricidad deportiva. Cap 6 (Pag: 220-369)

Unidad N° 2: Características, particularidades y valor educativo del deporte individual Natación.

Los Principio físicos aplicados a las técnicas de nado, crol, espalda, pecho y mariposa: Bernouilli, Leyes del movimiento de Newton: aceleración, inercia, acción - reacción. Cuadrado de la velocidad. Su relación con la ubicación del cuerpo, los movimientos de las piernas, de los brazos y la coordinación de la respiración. La enseñanza de las técnicas de nado y la diversidad de propuestas para su aprendizaje. La evaluación cualitativa de las técnicas de nado, la observación en la detención de errores, sus causas, y elaboración de estrategias para su corrección. Las entradas al agua y las vueltas. El ajuste de los segmentos corporales en las entradas al agua y las vueltas. Las formas convencionales de entrar al agua, y las competitivas, grab y de espalda. Los registros exteroceptivos y el ajuste de las acciones en las entradas al agua y continuación del nado. Aproximación, giro, ejes, acción de las piernas, y de los brazos, angulaciones, impulso e inicio del nado. La natación recreativa. La organización y el desarrollo de las actividades recreativas acuáticas.

Bibliografía Obligatoria Unidad 2:

E. W. Maglischo (1986) "Nadar más rápido" Editorial Hispano Europea. Barcelona. (Páginas 19 a 59, 85 a 127, 130 a 149).

Carlos Percibale (2001) "Reglamento comentado" FUNBA. Buenos Aires.

Reglamento de la FINA (2010).

Apuntes de la asignatura.

Unidad N° 3: Características, particularidades y valor educativo del deporte individual Atletismo.

Carreras de velocidad. Lanzamientos atléticos: jabalina. Saltos atléticos: Salto en alto y triple. Características biotipológicas y funcionales de velocistas, vallistas, lanzador de jabalina y del saltador de alto y de triple. Análisis de las técnicas ortodoxas. Análisis técnico de la aproximación, pique y pasaje de la valla, y de las técnicas del lanzamiento y de los saltos. Las carreras con vallas: características, la partida, la aproximación hasta la primera valla, entre vallas y de la última valla a la llegada. Proceso didáctico para la enseñanza de las cada una de las pruebas. Juegos para el desarrollo de la coordinación carrera - salto de vallas, para el desarrollo del lanzamiento sobre hombro y para el desarrollo de la

coordinación carrera - salto en alto y carrera -salto triple. Ejercicios de asimilación y aplicación Reglamento Internacional. Defectos más comunes, consecuencias y correcciones. Reglamento Internacional: Infraestructura, casos de nulo. Medición. Planillaje. Casos de desempate.

Bibliografía Obligatoria Unidad 3:

Reglamento Internacional de Atletismo (2009). Buenos Aires. Editorial Stadium.

Muller, H y Ritzdorf, W (2000) Correr, Saltar, Lanzar: La Guía IAAF de la enseñanza del atletismo. Sistema de formación y certificación de entrenadores IAAF. CRD Santa Fe.

De Hegedüs, J. (1979) Técnicas Atléticas. Buenos Aires. Editorial Stadium.

Tejera, A. (2010) Atletismo 2. Texto completo de la unidad 3 del programa de la asignatura "Deportes Individuales y su enseñanza 2". Centro de copiado Delegación "Gral. Manuel Belgrano" de San Fernando, UNLu.

Unidad N° 4: Características, particularidades y valor educativo del deporte individual Gimnasia.

Pasajes por la posición invertida en situaciones variadas: Vertical, Medialuna, Rondó, Mortero uno y sus variantes - al paso, mortero dos con fases de vuelo: hacia atrás. Combinaciones: rol adelante Flick-Flack, souplesse adelante y souplesse atrás, kip de frente Flick-Flack, Rondó Flick-Flack. Ejercicios analíticos de rechazo escapular. Variantes: vertical corveta, medialuna con rechazo, medialuna a una mano, rondó con medio giro. Cajón y trampolín o minitramp. Carrera, pique y llegada a la vertical por plancha; caída al colchón en decúbito dorsal o pasaje completo: Mortero sobre cajón Análisis técnico y metodológico, formas de cuidado y asistencia. Detección y corrección de errores. Ejercicios analíticos y globales.

Bibliografía Obligatoria Unidad 4:

Araújo C. (2004) Manual de ayudas en Gimnasia. Madrid. Editorial Paidotribo.

Palmeiro M. Pochini M. (2008) Gimnasia Artística, su enseñanza en escuelas y talleres. Buenos Aires. Editorial Stadium.

Lompizano H. López M. (2002) Gimnasia Artística, de la escuela de gimnasia al alto rendimiento. Buenos Aires. Editorial Stadium.

Carrasco R. (2004) Gimnasia en Aparatos. Ediciones Lidium.

Leguet Jacques. (1985) Las Acciones Motoras en la Gimnasia Deportiva. Editora Manole.

Unidad N° 5: La organización de la enseñanza de los deportes individuales.

La planificación de la enseñanza de los deportes individuales. Los fundamentos, concepciones que subyacen, tipos y modalidades. La organización de los componentes de la planificación desde una revisión de los modelos pedagógicos - didácticos. La creatividad en el proceso de organización de la enseñanza de los deportes individuales, según los contextos de aplicación y la finalidad que se persigue.

Bibliografía Obligatoria Unidad 5:

G. C. B.A. (2001) Aportes para el desarrollo Curricular. La planificación docente en Educación Física.

Diseño Curricular de la Provincia de Buenos Aires.

Documento publicado por la Secretaría de Educación en la Ciudad de Buenos Aires, año 2001 en la serie *Aportes para el desarrollo curricular*

D. G. C. y E. Dirección de Educación Física. Documentos N° 1/2008. La Planificación, una hipótesis para orientar la enseñanza en Educación Física.

C. A. B. A. Ministerio de Educación. Dirección de Currícula (2008) Proyecto de Escuelas intensificadas en Educación Física. Nivel Primario.

Bibliografía General:

Parlebas P., Scheines. G., Lapierre. A 1995." Problemas del juego en la Educación Física "en Actas 1° Congreso de Educación Física y Ciencias, La Plata, Facultad de Humanidades y Ciencias de Educación.

Furlán, A., Giraldes, M. y Ravagni, E., 1997, "Mesa redonda: El cuerpo y el movimiento en nuestra sociedad y cultura", en: Actas 2° Congreso de Educación Física y Ciencias, La Plata, Facultad de Humanidades y Ciencias de Educación.

Giraldes, M., 2001, *El futuro anterior de la gimnasia*, Buenos Aires, Stadium. Tercera parte, Capítulos 3, 4 y 5.

Mehl, E., 1986, "Sobre la historia del concepto gimnástica", en: *Citius, Altius y Fortius*, Separata del tomo IV, Fascículo 2, Madrid, INEF Madrid.

Ministerio de Cultura de la Nación. Consejo Federal de Cultura y Educación, 1995, "Contenidos Básicos comunes para la Educación General Básica Buenos Aires Bloque Gimnasia.

Bourdieu, P., 1985, "¿Cómo se puede ser deportista?", en: *Sociología y Cultura*, México, Grijalbo.

Devis Devis, J., 1996, *Educación Física, deporte y currículo*, Madrid, Visor. Capitulol.

Dunning, E., 1996, "La dinámica del deporte moderno: Notas sobre la búsqueda de triunfos y la importancia

social del deporte", en: Deporte y ocio en el proceso de la civilización, N. Elías y E. Dunning, México, Fondo de Cultura Económica.

Elías, N. y Dunning, E., 1996, "La búsqueda de la emoción en el ocio", en: Deporte y ocio en el proceso de la civilización, N. Elías y E. Dunning, México, Fondo de Cultura Económica.

Elías, N., 1996, "Introducción", en: Deporte y ocio en el proceso de la civilización, N. Elías y E. Dunning, México, Fondo de Cultura Económica.

Target, C. y Cathelineau, J. (2002) como se enseñan los deportes. Barcelona. Inde publicaciones.

Lamour, H. (1991) Manual para la enseñanza de la educación física y deportiva. Barcelona. Paidós - Ministerio de Educación y Ciencia

Blazquez Sanchez, D. (1995) La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona. Inde publicaciones

Ruiz Perez, I. (1994) Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid. Visor

Parlebas, P. (2001) Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz. Barcelona. Paidotribo

Hernández Moreno J. (2000) La Iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica-. Barcelona, Inde. Cap. 1, 2 y 3.

Le Boulch, J. (1987) El deporte educativo. Buenos Aires, Stadium. Cap. 1 y 2.

Pavía, V. (1992) Adolescencia, grupo y tiempo libre. Buenos Aires, Humanitas Parte I

Hernández Moreno J., *La praxiología motriz ¿ciencia de la acción motriz? Estado de la cuestión.* En: Revista Apunts, Dossier de praxiología motriz, Barcelona, INEF, N° 32, junio, 1993.

Parlebas, P., 1995. Educación Física Moderna y Ciencia de la Acción Motriz. En: *Actas del 1er Congreso Argentino de Educación Física y Ciencia*, Edición de la U.N.L.P., La Plata.

Metodología de trabajo:

Dada la complejidad de la asignatura, que atraviesa un proceso de transformación epistemológico importante y de organización interior de los diferentes componentes didácticos, la modalidad de trabajo de la asignatura se ha resuelto de la siguiente manera:

La asignatura está pensada con clases teóricas y prácticas.

En cada teórico se abordarán los temas centrales que refieren al bloque de la cultura física y sus particularidades, que serán ampliados, profundizados y se irán articulando con los prácticos.

En los prácticos se harán actividades individuales y



grupales referidas a los contenidos específicos de los deportes individuales, natación, atletismo y gimnasia. Se propondrá la ejecución práctica que favorezca la exploración, comprensión, el análisis y la observación de los saberes especializados con el fin de que favorezcan la apropiación y reelaboración de los mismos en la formación de los futuros docentes de educación física.

Evaluación:

Las condiciones para que el alumno pueda acceder a la modalidad promoción sin el requisito de examen final, son:

Promoción directa:

80% de asistencia a teóricos y prácticos.

Aprobación de tres evaluaciones prácticas y escritas con un promedio de seis (6) o más.

Aprobación de un trabajo práctico integrador final con nota de siete (7) o más.

Según el Régimen General de Estudios, no se podrá recuperar ninguna de las instancias parciales para acceder a la promoción directa.

Las condiciones requeridas para que el alumno pueda obtener la condición de regular son:

Alumnos regulares:

75% de asistencia a teóricos y prácticos.

Aprobar con una calificación no inferior a cuatro (4) tres evaluaciones prácticas y escritas.

Según el Régimen General de Estudios podrá recuperarse una sola de las instancias de acreditación por cuestiones de salud o por desaprobación.

Examen final supone un examen práctico y oral sobre todos los temas abordados en la asignatura, con la presentación del TP para su defensa.

Alumnos libres:

Los estudiantes que hayan quedado libres por no cumplir con los requisitos de acreditación, por inasistencias, por no haber cursado la asignatura y/o por aplazo en las instancias de evaluación, podrán presentarse a examen como libres. En ese caso, deberán dar cuenta de los contenidos prácticos de la asignatura. Aprobado éste deberá rendir un examen escrito y oral sobre todos los temas abordados en la asignatura, con la presentación del TP para su defensa.

AÑO VIGENCIA: 2013-2014