

CARRERA: Educación Física

UNIDAD CURRICULAR: **Didáctica de las practicas gimnasticas
especiales**

CURSO: 4 año

DOCENTE: Mario Maximiliano

AÑO 2026

PROGRAMA DE CONTENIDOS

FUNDAMENTACIÓN

La Educación Física, como campo disciplinar en constante evolución, enfrenta el desafío de responder a las nuevas demandas sociales vinculadas con la inclusión y la promoción de la salud. La diversificación de las prácticas corporales y la garantía del acceso equitativo a la actividad física para todas las personas son principios fundamentales que deben ser incorporados en la formación de los profesionales del área.

Este espacio curricular se orienta a la comprensión y aplicación de estrategias didácticas para la enseñanza de prácticas gimnásticas especiales, integrando dos ejes centrales: la inclusión de personas con discapacidad en las actividades físicas y el uso del ejercicio como herramienta de prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

En la primera parte del año, la asignatura aborda la inclusión de las personas con discapacidad en diferentes contextos, con especial énfasis en la educación física escolar. Desde la perspectiva de la Ley de Educación Nacional N.º 26.206/06 y de los lineamientos internacionales en materia de derechos humanos, se promueve una educación física de calidad que garantice la participación activa de todos los niños y niñas, independientemente de sus capacidades. La reflexión crítica sobre los paradigmas vigentes en torno a la discapacidad permite a los estudiantes cuestionar el modelo biomédico tradicional y avanzar hacia una concepción más amplia, que entiende la discapacidad como una construcción social.

El abordaje de la actividad física en la prevención de las ECNT conforma el eje central de la segunda parte del año. Se brinda a los estudiantes un sustento teórico y evidencia científica sobre la relación entre el ejercicio físico y la

reducción de factores de riesgo asociados a patologías como obesidad, diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares. A través del análisis de normativas internacionales y recomendaciones de organismos como la Organización Mundial de la Salud (OMS), se enfatiza el rol de la actividad física como una estrategia clave para mejorar la calidad de vida y prevenir enfermedades desde un enfoque integral.

La propuesta formativa de esta asignatura busca desarrollar en los futuros profesionales competencias teóricas y prácticas para la planificación, implementación y evaluación de intervenciones en el campo de las prácticas gimnásticas especiales. Se aspira a que los estudiantes adquieran una mirada crítica y reflexiva, que les permita desafiar concepciones tradicionales y generar propuestas pedagógicas inclusivas y sustentadas científicamente. De esta manera, se fortalece el compromiso con una Educación Física que no solo transmita información, sino que también fomente la equidad, la participación y el derecho a la actividad física para todo

PRÓPOSITOS

El propósito de esta asignatura es formar profesionales de la Educación Física con un enfoque inclusivo y preventivo, capaces de diseñar y aplicar estrategias pedagógicas innovadoras en el ámbito de las prácticas gimnásticas especiales. Se busca que los estudiantes comprendan la importancia de adaptar y diversificar las propuestas de enseñanza para responder a las necesidades de diferentes poblaciones, promoviendo así la equidad y el acceso universal a la actividad física. Además, se pretende fortalecer su capacidad de análisis crítico y su compromiso con la promoción de la salud y la prevención de enfermedades a través del movimiento.

RELACIÓN CON LAS PRÁCTICAS DE ENSEÑANZA

La práctica de la enseñanza constituye un eje central en la formación docente, ya que permite a los futuros profesionales aplicar en escenarios reales los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera. En este sentido, la relación con la presente asignatura es fundamental, dado que las estrategias y enfoques desarrollados en las prácticas gimnásticas especiales pueden y deben ser implementados en los distintos niveles educativos.

La integración de ambas asignaturas posibilita que los estudiantes no solo comprendan la importancia de la inclusión y la promoción de la salud desde un punto de vista teórico, sino que también tengan la oportunidad de llevar estas

ideas a la práctica en entornos educativos concretos. De este modo, se fomenta una formación integral en la que la reflexión pedagógica se complementa con la experiencia directa, permitiendo que los futuros docentes adquieran las herramientas necesarias para desempeñarse con solvencia y responsabilidad en el campo de la enseñanza de la Educación Física.

OBJETIVOS

- Análisis crítico del marco teórico, en relación a los paradigmas actuales, con referencia a los conceptos de discapacidad, educación, inclusión.
- Desarrollo de una visión crítica del área de Educación Física con respecto educación inclusiva.
- Adquirir diversas herramientas de intervención en el campo de las prácticas corporales inclusivas
- Conocimientos teóricos que le permitan orientar/intervenir sobre propuestas de actividad física orientada o la prevención de las ECNT.
- Conocer las características básicas de las principales ECNT y la manera adecuada de brindar una intervención adecuada.

CONTENIDOS

1. La didáctica de las prácticas gimnásticas en sujetos con cardiopatías.
2. La didáctica de las prácticas gimnásticas en niños y jóvenes con necesidades educativas diferentes (asma, obesidad, diabetes).
3. La didáctica de las prácticas gimnásticas en adultos y adultos mayores.
4. La didáctica de las prácticas gimnásticas en trastornos de índole social.
5. La didáctica de las prácticas gimnásticas en la maternidad (pre y post parto).

Unidad 1

Actividad física., ejercicio, factor de riesgo, enfermedades crónicas no transmisibles.
Concepto, relaciones y componentes de la actividad física.
Prevención primaria, secundaria y terciaria- Desfasaje genético cultural.
Recomendaciones OMS sobre actividad física. Medición de la actividad física.
Conducta sedentaria. Aptitud física. Aptitud física para la salud. Estadísticas.

Obesidad. Características clínicas. Repaso de tejido adiposo características funcionales y endocrinas. Imc. Peso ideal y peso posible. Ubicación del tejido adiposo. Patologías asociadas. Actividad física en la prevención primaria y para el descenso de peso. Cuidados, normas de seguridad. Planificación de la actividad física.

Unidad 3

Diabetes. Concepto tipos. Repaso del metabolismo energético. Hormonas. Insulina. Valores de glucemia Características de la diabetes T I. Tipos de insulina. Vida media y pico. Actividad física con personas con Diabetes t I. Actividad física en Híper, hipo y normoinsulinemia. Complicaciones clínicas, coma diabético, cetoacidosis, hipoglucemia aguda. Características de la Diabetes t II. Afinidad de la insulina. Alimentación. Actividad física en las personas con diabetes, cuidados, beneficios de la actividad física.

Unidad 4

Hipertensión y enfermedades cardiovasculares: Hipertensión, concepto valores normales de TA, formas de tomar la TA. Componentes. Repaso de conceptos de fisiología volumen minuto, frecuencia cardiaca, resistencia periférica. Resistencia periférica y evidencias actuales respecto del óxido nítrico. Relación de HTA con la enfermedad cardiovascular. Infarto de Miocardio. Angina de pecho. Rehabilitación cardiovascular. Fases. Actividad física en la prevención primaria de enfermedades cardiovasculares. Dislipemias.

Unidad 5

Generalidades: Paradigmas en las ciencias sociales. La discapacidad: construcción histórica. Clasificaciones internacionales, Cidim1, CIF, convenciones internacionales. Discusión terminológica actual. Discriminación. Inclusión. Actividades deportivas adaptadas (modalidades, tendencias y recursos). Evolución de las actitudes

sociales frente a la discapacidad. Modelos: de la concepción de déficit a sujeto protagónico, Modelo médico /Modelo social. Movimiento de vida independiente de las personas con discapacidad. Sus Derechos. Convención sobre los derechos de las Personas con Discapacidad.

Unidad 6

Deporte adaptado: modalidades, tendencias y recursos. Historia del deporte para personas con discapacidad. Organizaciones y federaciones nacionales e internacionales. Juegos paraolímpicos. Beneficios del deporte. Nivel recreativo, rehabilitación, competitivo. Diferentes instituciones. Gestión y planificación en las organizaciones que atienden a personas con discapacidad. Concepto actual de salud (O.M.S.). Derechos de las personas con discapacidad. Integración, inclusión. Diferentes paradigmas.

Unidad 7

Actividad físico-deportiva para personas con discapacidad física. Estrategias de inclusión. Principales patologías, características clínicas. El rol del docente. El deporte adaptado, deporte paralímpico, paradeporte. Funciones de los profesionales relacionados con el tratamiento de personas con discapacidad. Deportes para discapacitados motores. Reglamentos. Criterios de clasificación según las diferentes federaciones.

Unidad 8

Actividad físico-deportiva para personas con discapacidad sensorial. Estrategias de inclusión. Principales patologías relacionadas. Federaciones y Clasificación. El deporte en nuestro país, de la iniciación al alto rendimiento. Análisis de las estrategias de la selección argentina de fútbol para ciegos'' los murciélagos''

Unidad 9

Actividad físico-deportiva para personas con discapacidad intelectual. Estrategias de inclusión. Juegos y deportes adaptados. Federaciones y clasificación. Diferentes instituciones, realidades y modalidades. Salida laboral. Responsabilidades. Deportes reconocidos.

Unidad 10

Práctica, gestión y organización. Federaciones locales, Comité paralímpico. Organización de equipos. Entrenamientos. La familia. Organización de torneos. Viajes delegaciones. Programas sociales de prácticas corporales, recreativas y deportivas.

PROPUESTA DIDÁCTICA –ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Aprendizaje Basado en Problemas (ABP)

Plantear casos reales de inclusión en la educación física y analizar posibles estrategias de enseñanza adaptadas a cada situación.

Resolver situaciones problemáticas vinculadas con la prevención de enfermedades crónicas mediante la actividad física.

Estudio de Casos

Presentar testimonios o registros de personas con discapacidad o enfermedades crónicas que practican gimnasia adaptada.

Analizar la aplicación de normativas internacionales y locales sobre educación inclusiva y salud.

Aprendizaje Cooperativo

Diseñar actividades en grupos donde los estudiantes planifiquen y presenten clases inclusivas para diferentes poblaciones.

Realizar trabajos en duplas o equipos donde cada estudiante asuma un rol en la planificación y evaluación de una sesión de gimnasia especial.

Talleres Prácticos y Simulaciones

Organizar experiencias en las que los estudiantes practiquen la enseñanza adaptada con compañeros que representen diversas condiciones (uso de vendas en los ojos, inmovilización de una extremidad, etc.).

Implementar estaciones de trabajo con diferentes ejercicios adaptados a distintas condiciones físicas.

Estrategias Metodológicas

Enfoque Activo y Participativo

Fomentar la interacción a través de debates, foros y discusiones grupales.

Implementar ejercicios de reflexión sobre paradigmas de discapacidad y salud.

Utilizar rúbricas de autoevaluación y coevaluación en los trabajos prácticos.

Fomentar diarios de aprendizaje donde los estudiantes registren sus reflexiones sobre la inclusión y la actividad física.

Trabajo Interdisciplinario

Colaborar con profesionales de la salud y la educación para brindar charlas sobre prevención de enfermedades crónicas.

Articular con instituciones que trabajen con personas con discapacidad para generar experiencias prácticas en contextos reales.

Metodología de Enseñanza en Espiral

Introducir conceptos básicos en las primeras unidades y retomarlos con mayor profundidad a medida que avanza el curso.

Aplicar estrategias de enseñanza progresivas, de lo general a lo específico, en la planificación de clases inclusivas.

CALENDARIZACIÓN

<u>Unidad 1</u>	<u>Marzo/ Abril</u>	
<u>Unidad 2</u>	<u>Abril/Mayo</u>	
<u>Unidad 3</u>	<u>Junio</u>	
<u>Unidad 4</u>	<u>Julio</u>	
<u>Unidad 5</u>	<u>Agosto/Septiembre</u>	
<u>Unidad 6</u>	<u>Septiembre</u>	
<u>Unidad 7</u>	<u>Septiembre</u>	
Unidad 8	<u>Octubre</u>	
Unidad 9	<u>Octubre</u>	
Unidad 10	<u>Noviembre</u>	

CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE LA EVALUACIÓN.

La evaluación constará de dos exámenes parciales a realizarse al final de cada cuatrimestre y un trabajo práctico de investigación que será entregado al finalizar el año. La aprobación del trabajo práctico será condición indispensable para la aprobación de la materia. El tema a desarrollar será consensuado entre el docente y el estudiante,

La materia se podrá aprobar/ promocionar con dos notas parciales de 7 (siete) o más, incluida la aprobación del trabajo practico antes mencionado. De ser calificado en los exámenes parciales con una calificación menor a 7 (siete) y superior a 4 (cuatro) deberán rendir examen final.

El examen final incluirá todos los temas del presente programa.

Para los alumnos libres se solicita se acerquen al docente de la catedra, con un tiempo prudencial para convenir la forma de evaluación. Se los evaluara de manera escrita y oral. Se evaluarán todas las unidades del presente programa.

El régimen de asistencia será el establecido en el régimen de convivencia de la institución.

*Este programa podrá modificarse.

BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA DEL ALUMNO POR UNIDAD

Unidad 1

Farinola M. G. (2006). Explicación de un modelo integrador sobre la relación de causalidad entre la actividad física, la salud y el riesgo de muerte prematura. Barcelona: Apunts Educación Física y Deportes, 85: 15-27.

Heyward V. (2008) Evaluación De La Aptitud Física Y Prescripción Del Ejercicio. Madrid. España. Editorial Panamericana

Ministerio de Salud de la Nación (2013). Manual Director de Actividad Física y salud de la República Argentina.

Ministerio de Salud de la Nación (2019). 4ta. Encuesta Nacional de Factores de Riesgo

Organización mundial de la Salud (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud.

Unidad 2

Heyward V. (2008) Evaluación De La Aptitud Física Y Prescripción Del Ejercicio. Madrid. España. Editorial Panamericana

Ministerio de Salud de la Nación (2013). Manual Director de Actividad Física y salud de la República Argentina.

Physical Activity Guidelines Advisory Committee. (2018) 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018.

Steven J., Phillips E.(2009) ACSM's exercise is medicine : a clinician's guide to exercise prescription. American College of Sports Medicine. Philadelphia. USA

Unidad 3

Heyward V. (2008) Evaluación De La Aptitud

Física Y Prescripción Del Ejercicio. Madrid. España. Editorial Panamericana

Ministerio de Salud de la Nación (2013). Manual Director de Actividad Física y salud de la República Argentina

Physical Activity Guidelines Advisory Committee. (2018) 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018.

Steven J., Phillips E.(2009) ACSM's exercise is medicine : a clinician's guide to exercise prescription. American College of Sports Medicine. Philadelphia. USA

Unidad 4

Abellan Alemán j., Pilar Sainz de Baranda A., Ortin E. (2010) Guía para la prescripción de Ejercicio Físico en Pacientes con Riesgo Cardiovascular. Sociedad Española de Hipertensión. España

Ministerio de Salud de la Nación (2013). Manual Director de Actividad Física y salud de la República Argentina

Unidad 5

Convención de los derechos de las personas con discapacidad. (2008).

Ley 26378/08

Fundación Par (2005), La discapacidad en la Argentina. Un diagnóstico de situación. Capítulo I

Palacios, A. (2008). El modelo social de la discapacidad: Orígenes, caracterización y plasmación en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Cermi (comité español de representantes de personas con discapacidad) En ediciones Cinca. Madrid.

Unidad 6

Ríos Hernández M., Blanco Rodríguez A., Carol Gres N., Bonany, T.(2000)

El juego y los alumnos con discapacidad. Ed. Paidotribo. 2000 Capitulo 1,2,3

Unidad 7

Bibliografía:

Montserrat Cumellas INDE, Discapacidades motoras y sensoriales en primaria.

UNIDAD 8

Ríos Hernández M., Blanco Rodríguez A., Carol Gres N., Bonany, T. (2000)
El juego y los alumnos con discapacidad. Ed. Paidotribo. 2000 Capítulo 1,2,3

Unidad 9

Reina Vaillo R., Villanova Periz N. (2017) Guía sobre clasificación de la Discapacidad en el deporte paralímpico. España.

Sanz Rivas D., Reina Vaíllo R. (2020) Actividades física y deportes adaptados para personas con discapacidad. Ed. Paidotribo. España.

Unidad 10

Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (2018). Libro Blanco del Deporte de Personas con discapacidad en España

Firma:

