

EDAD MEDIA

Es un periodo muy largo, va del S. V, con un progresivo asentamiento de pueblos: Godos, Visigodos.. hacia el interior del imperio romano.

Se divide en dos grandes etapas:

S. V hasta el año 1000

A partir del 1000.

1. Es muy oscuro, con muy pocos datos históricos, la vida se ruraliza, las ciudades casi desaparecen, sin comercio ni moneda. Hay una desertización de muchas zonas del imperio romano que provoca fuertes migraciones (África). Es un periodo muy inestable económicamente.

Después del 1000, las ciudades se van recuperando poco a poco.

Esa vida rural acarrea un sistema: **EL FEUDALISMO**, acuerdo entre los señores del castillo y los campesinos. Los señores no trabajaban y se dedicaban a la guerra y tenían que proteger a los campesinos, a cambio, ellos trabajaban la tierra y donaban una parte de sus beneficios a los señores feudales.

Los señores acaban ejerciendo todos los poderes: Ejecutivo, Legislativo y Judicial. Y los campesinos se convirtieron en siervos de la gleba, que estaban asociados a la tierra y no podían ir a ningún sitio sin permiso del señor.

Habían dos clases sociales importantes.

- **Nobles**
- **Campesinos.**

Después del año 1000, ya aparecen los comerciantes --- > Burguesías, se hablaba ahora de estamentos: **Nobles, campesinos y Clero**

Había un predominio cultural de Oriente, con dos grandes aspectos:

- **Del Islam.**
- **De Bizancio.**

La vida cultural de la Europa Occidental se conserva en los Monasterios y en las Abadías.

Gran presencia de la Religión en la vida social, con una gran influencia de la Iglesia.

CRONOLOGÍA HISTÓRICA.

- Caída del imperio romano. 410 por Alarico (quema Roma).
- 410 – 476 – Teodosio, funda el reino de los Ostrogodos en Italia. Desaparece el Imperio romano.
- A partir de aquí, hasta el s. V se asientan los pueblos eslavos: Visigodos en España y Francia, Ostrogodos en Italia (545 – 711).
- Dominio de los arabes: Mahoma (570– 632)
- 610 Aparece el Islam.

- Dinastía árabe de los Omeya (661– 750), se expanden los árabes.
- 711, invaden España, Bereberes y pocos árabes, conquistan la península.

1º. Con el Emirato de Córdoba, que dependía de Bagdad (756 – 912) y luego con el Califato de Córdoba (912 – 1035), con Abderramán III. Ambos momentos son los de máxima expansión musulmana por España. 1035, se desintegra el califato y aparecen los reinos de Taifas.

RESUMEN

MOMENTO:

- Invasiones de los pueblos eslavos y germanos, formándose diversos reinos en España, Francia e Italia.
-

MOMENTO:

Ascenso del Islam:

- 711 – Entrada en España.
- 756 – 912 – Emirato de Córdoba.
- 912 – 1035 – Califato de Córdoba.
- 1035 – – Reinos Taifas.

En Francia se forma el reino de los Francos, derrotando a los árabes en el sur de Francia (741– Poitiers)

En el Norte de Francia va a parecer Carlo Magno (768– 814), emperador en el año 800 y domina gran parte de Europa. La intentó unir.

MOMENTO:

Convivencia entre reinos cristianos y árabes en España. (1000 – 1300)

- Aparece en toda su extensión el Feudalismo .
- ROMÁNICO
 - ♦ Aparecen las cruzadas.

MOMENTO:

(1300 – 1492) Comienzan a aparecer las ciudades y los reinos son más poderosos que los Nobles (Monarquía).

GÓTICO. Aparece el comercio, la imprenta. Grandes catedrales y universidades.

LA EDUCACIÓN, CULTURA Y SOCIEDAD.

SOCIEDAD.

Los Estamentos:

- ♦ Nobles
- ♦ Campesinos:

Campesino libre.

Siervos de la Gleba.

- ◆ **El Clero**, que no era precisamente un estamento.
- ◆ Luego aparece una nueva clase, es la **Burguesía**, que eran las personas de las ciudades (Comerciantes). Al final de la Edad Media.
- ◆ Era una **sociedad muy religiosa y mística**. El papel de la Iglesia en la cultura y en la Educación fue fundamental, también tuvo una fuerte influencia política y social. En ella se refugia la cultura (abadías y Monasterios). Esa cultura sólo era recibida por los nobles. Era una educación basada en las normas de comportamiento sociales, saber leer y escribir, y sobre todo, prepararse para el manejo de las armas para poder ser en un futuro caballero.
- ◆ Así, los auténticamente cultos eran los curas: el Clero. La mayor parte de los Dogmas y normas religiosas son de esta época, al igual que la mayor parte de las órdenes religiosas (Dominicos). También aparecen las órdenes religiosas de carácter militar.
- ◆ **1216 .– Aparece la Inquisición.**
- ◆ Nace la escolástica de San Agustín y de Santo Tomas que es un intento de elevar la traducción de los filósofos griegos al nivel de la fe cristiana.
- ◆ Se crean y contruyen una gran cantidad de Catedrales y Universidades en Europa, como:
- ◆ **Bolonia (1119) Mont – Pelier (1125) París (1150) Salamanca (1244)**
- ◆ **Valencia (1245).**
- ◆ En el año (1074) aparecen las **CRUZADAS** , donde se unen 2 elementos fundamentales:
- ◆ ◇ **El militar.**
- ◆ ◇ **El religioso.**

Eran una exigencia de los papas, para recuperar aquellos territorios cristianos conquistados por los Turcos: Jerusalén– Bizancio.

La primera cruzada recuperó Jerusalén y creó una especie de territorios feudales en el Próximo Oriente (1098 – 1099).

Se proclamaron en total 7 cruzadas, la última fue en 1291. La causa real de las Cruzadas además del aspecto religioso, es el Belicismo proio de esa época y la razón económica (pues el primer hijo era quien heredaba todo, y los demás sólo tenían la opción de hacerse caballeros o curas).

EL CABALLERO MEDIEVAL.

Huizinga, definía la Edad Media, y decía que el verdadero deporte de la aristocracia medieval era la guerra.

En toda la Edad Media se gira básicamente en torno a los caballeros. El concepto de caballero es una herencia del Imperio Romano. Sus tres actividades centrales eran:

TORNEOS

JUSTAS

PASO DE ARMAS

Ellas tenían que ver con las actividades de combate. Las dos grandes pasiones de Roma, Gladiadores y Carreras de Carro se juntan.

La caballería, surge en Bizancio, donde hay un cruce de razas de caballo y surge un caballo más fuerte y alto.

Es la etapa de máximo esplendor del caballo y las actividades de Equitación. Es en Bizancio

donde se produce esa transformación de la infantería en caballería, y de ahí pasa a Occidente, ya que los gladiadores y las Carreras de Carros se conservaron hasta el año 1000 en Bizancio.

El que mantiene el sistema social de la Edad Media es el caballero. Éste, recibía una educación desde muy pequeño, y sólo eran los Nobles, los únicos que podían ser armados caballeros, pero no todos los nobles, porque se debía de seguir todo un sistema educativo y una serie de rituales y una ceremonia de investidura del caballero, que con el tiempo va adquiriendo una gran importancia.

Esa educación consistía en una preparación desde jóvenes, basada en la Actividad Física. Intelectualmente aprender a leer y a escribir y el saber comportarse en la sociedad. Dentro de esa actividad Física:

ESGRIMA: que hace referencia a todo tipo de armas: lanza, espada, hachas, maza..



EQUITACIÓN: (manejo del caballo).

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO: basado en la fuerza y en la resistencia. Pues todo se centraba en el golpeo con el arma.

TIRO CON ARCO:

Además de esa preparación física, había toda una educación religiosa, ideológica y ritual, dentro de las reglas de urbanidad. Incluimos dentro de la ideología el honor, y el caballero estaba obligado a defender su honor. Cualquier afrenta era resuelta con un combate.

Al caballero se le educaba en base a 4 principios y que éste debería de adquirir:

◆ **Coraje.**

◆ **Fidelidad al señor.**

◆ **Amor.** (fidelidad amorosa, defender a la mujer)

◆ El cuarto principio era el del **Honor**, y que resume el compromiso de guardar los tres principios anteriores.

◆ La educación del caballero finalizaba sobre los 18 – 20 años, sin edad fija, pues era el preceptor quien decidía cuando se estaba preparado para la ceremonia de investidura.

◆ Antes de pasar a ser armado caballero, la ceremonia consistía en unas pruebas físicas que había que superar, la más general era la llamada *Quitaine* , (pegarle a un maniquí con la lanza y pasar sin que él le diera, pues éste al darle giraba).

◆ La ceremonia en sí, consistía en un empujón, pescozón , golpe en la espalda dado por el preceptor, y era el último golpe que iba a recibir sin pelearse. (hasta el S. XIII).

◆ Luego se complica (S.XIV – S. XV), y se seguían los siguientes pasos:

◆ · **Se confiesa** el caballero, para purificarse.

· Se pasa la **noche velando las armas**. Colocadas en la Iglesia. – altar –.

· **Se bañaba**– Un baño purificador, con agua bendita.

· **Misa y Sermón.**

· **Se bendecían las armas.**

· Se hacía el **juramento**.(**defender su honor**).

· **Proclamación** del caballero por sus padrinos, que le habían educado. Eran amigos o familiares.

· Fiesta con bailes.

Hasta pasada toda esta fase no se podía participar en los torneos, las justas o pasos de

armas.

Inicialmente los Torneos se realizaban por el honor. Paulatinamente se va profesionalizando, y ya no se buscaba el honor, y pasó a ser un espectáculo público en busca de premios y el botín de los perdedores.

Se podía pagar un rescate, pues el perdedor era retenido por el vencedor.

A finales del S.XIV se pasa de una forma de guerra a un espectáculo deportivo, como consecuencia de la aparición de una reglamentación.

Una actividad en la que también era educado el caballero, era en el tiro con arco y también el juego con la pelota .

Los Torneos eran enfrentamientos entre caballeros, varios de ellos. Se utilizaban diversas armas, se podía realizar a caballo y a pie, y la protección era menor. En los Torneos podían estar luchando varios caballeros a la vez.

Respecto a las **Justas** , la única arma era la lanza, estaban completamente protegidos, sólo se enfrentaban uno contra uno, sólo a caballo.

Los torneos surgen como imitación de una batalla. Era una actividad muy peligrosa que constó con grandes prohibiciones y rechazos por parte de papas y señores. Se prohibía esos torneos y se excomulgaba a los participantes.

En el Torneo de Neuss (1240), mueren 60 caballeros. Siguió celebrándose hasta el S.XV, pero codificando su aspecto guerrero y sangriento con lo deportivo y espectacular. (de espectáculo).

En el Torneo se elegía una zona donde celebrarlo. Al principio no estaba cerrado y sólo estaban delimitados los fondos. Esa zona era el refugio. Más adelante lo limitaban también las partes laterales. En ese refugio era de donde salían los caballeros. Inicialmente se elegía el rey de armas, una especie de árbitro, delante de él se pactaban las armas a utilizar y las normas, la duración, la forma de intervención

Un segundo elemento que se elegía era la reina del torneo.

Elegido todo eso, el torneo se desarrollaba. En el combate no se podía entrar en el refugio del contrincante. El combate se gana cogiendo las riendas del caballo y el derrotado debía de irse al refugio contrario. Esto no era muy frecuente, pues era muy arriesgado. Ese caballero perdía todas las armas que llevaba, incluyendo el caballo, y debiéndose pagar un rescate para ello, hecho también pactado previamente.

Se pactaba a veces el número de caballeros a intervenir al mismo tiempo, y que el combate no se perdía hasta que un único combatiente permaneciera en el combate. (alguien que defendía esos colores)

Los caballeros iban protegidos con la cota de mayas, vestimenta metálica, de hierro, pero no rígida. El casco no era cerrado, y no estaba fijado. Abierto por la parte de los ojos. En el casco se experimentaba una evolución. En el S.XI y XII, la parte de arriba era cónica, el resto de la cara descubierta, sólo por la nariz. Después era plana, cubría la cara y sólo se descubrían los ojos con una visera.

En las Justas , sólo se destapaba el casco por la parte derecha.

El objetivo del torneo era vencer el honor, y una serie de privilegios. (Quitarle el caballo y las armas y los bienes del perdedor; rescate)

El Torneo era un gran espectáculo y fiesta social. A partir del S.XIII y s. XIV.

Solía haber una serie de desórdenes sociales en las vísperas del torneo.

Habia una modalidad, el duelo ,era una afrenta, 2 personajes se enfrentaban, eligiendo el lugar en busca de defender el honor.

Los torneos, al final de la Edad media, se comunicaban con carteles.

El Timbre, una especie de emblema (pluma), colocada en la parte alta del casco, predominante en las Justas, aunque también presente en los torneos.

JUSTAS

Con más connotaciones deportivas, celebrándose durante el Renacimiento.

Se elegía un recinto, colocándose los dos caballeros en un extremo, y se debían de golpear el escudo del contrario. Los caballos cogían gran velocidad y la barrera existía desde el S.XV, de altura superior a la del caballo.

Tres tipos de premios.

Lo que se contaba era romper la lanza en el escudo contrario. Aquel que más rompiera, era premiado. Era frecuente que los caballos chocaran entre sí, también era premiado el golpe más perfecto y bello de todo el día y por último premio al caballero que consiguiese resistir el mayor tiempo posible con el casco puesto.

Estaba prohibido atarse al caballo para no caerse.

La lanza medía alrededor de 5 metros. En un principio tenían un grosor uniforme, posteriormente fueron de punta, para poder cogerla de más atrás.

La armadura tenía un saliente, para poder aguantar la lanza. Ésta era de madera, en un principio era de fresno, y luego de abeto.

El caballero iba muy protegido, otra gran diferencia con los torneos. El casco se cogía a la armadura del pecho por unas visagras, al igual que el escudo. Los cascos solían tener una pequeña visera en el izquierdo, un agujerito o nada.

En el lado derecho podían tener una cruz, para poder respirar. El escudo pasó de ser de madera o hueso, hasta de hierro.

Acabaron siendo un espectáculo más deportivo, y se impuso a los torneos, sobre los S. XV y XVI, celebrándose también durante el Renacimiento.

PASO DE ARMAS

Otra actividad sólo realizada por caballeros, y con una gran connotación guerrera era el Paso de armas, muy parecido al Torneo y con la diferencia de que había unos que atacaban y otros que defendían. Imitaban un hecho famoso de una batalla, atacando o defendiendo una posición. (Castillo, Puente).

1. Mantenedores – Defensores.

Aventureros – Atacantes

Ese hecho conmemorado podía ser variado completamente, y el lugar o recinto también cambiado.

Una modalidad, era combatir en la barrera, sobre una barrera de madera, unos atacaban y otros defendían.

OTRAS ACTIVIDADES Físicas, populares y concepto de OCIO Medieval.

En la Edad Media no había distinción entre trabajo y ocio. El trabajo

(negocio) no proveía bienes económicos, se trabajaba por placer, y no había compensación económica.

Había un concepto romano: tiempo dedicado al no negocio: no ocio.

Casi todas las actividades de juegos de pelota tienen sus raíces en la Edad Media, Los dos grandes deportes de esa época de pelota eran:

La pelota a mano: Llamado el juego de la Palma, con la que se golpeaba. Con dos modalidades, la palma corta y la palma larga.

Es el antecedente del tenis del squash, del badminton y todos estos deportes.

Lo jugaban todas las clases sociales, desde reyes, hasta el pueblo. Se jugaba inicialmente en la calle, y éste era el conocido como el de la palma larga, jugándose en los foros de los castillos, en una calle se ponía una raya o una cuerda en el suelo y consistía en pasar la pelota de un lugar a otro. Inicialmente era de cinco contra cinco o seis contra seis, luego el número de participantes disminuyó. Luego surgió la palma corta, con raíces en los claustros de los conventos, utilizándolos como instalaciones cubiertas, la gran diferencia con la palma larga, pues tiene cancha, es decir, una instalación específica, llamada Tripot y en España Trinquete.

A partir de ahí, surgieron nuevas modalidades, la existencia de una cuerda, pasando la pelota por encima, y de ahí surge la modalidad de darle con una raqueta, derivando el Tenis. La cuerda obligó a poner una red. El Tenis es originario de Francia, de la palabra francesa Tenner (atención) para iniciar el juego. Ello pasa a Inglaterra surgiendo así el Tenis.

Su sistema de puntuación era igual que el de la palma larga, 15 – 40 – 45– 60– puntos.

La palma corta, que exige una instalación, provocó una gran popularidad, se empezó jugando en los Claustros y ese escenario era rectangular, y en ocasiones se intentaba

imitar al juego de la calle. En los laterales o extremos se colocaba el público que formaba parte del juego, pero aquí el terreno era mucho más liso, estaba cubierto. De él surgió el Frontón, otra modalidad de la palma corta. La pelota valenciana evolucionó de la primera modalidad, mientras la pelota vasca evolucionó del frontón.

La pelota en un principio era de tiras de cuero.

Se ha detectado que era un tema muy extendido, y los Obispos lo trataban, evitando que los sacerdotes jugaran a ello, primero porque se blasfemaba durante el juego, también porque jugaban con camisas y esta era una prenda indecente.

Entre los S.XIII y XIV el juego se generaliza, pasando de los castillos y conventos a las ciudades. En el S. XVI en Francia habían 250 trinquetes.

: **SOULE:** Consistía en delimitar un terreno y jugando dos grupos de personas enfrentándose y llevando el balón con cualquier parte del cuerpo al otro extremo.

El campo solía ser muy grande y sólo delimitaban los fondos.

No estaba regulado el terreno de juego ni sus dimensiones ni el número de jugadores, más o menos solían jugar más de diez por bando.

Si se rebasaba la línea o lo previamente regulado, se conseguía un punto. Las metas podían ser dos palos verticales, delimitando la zona(portería -- > Fútbol).

RENACIMIENTO

Aproximadamente dura un siglo. Marca la vuelta a Grecia, sin suponer una ruptura fundamental con La Edad Media, pues supone una continuación de dicha etapa.

ASPECTOS CENTRALES

La ascensión de la Burguesía y el inicio del Capitalismo. La gente vuelve a las ciudades, con un proliferado comercio. También se inicia la banca.

Movimientos de poblaciones del campo a la ciudad, con un progresivo aumento de la población tras las pestes de la E.M.

Grandes descubrimientos científicos y técnicos (Copérnico, Galileo; Imprenta, brújula, fundiciones, pistola..

Se provoca un gran cambio en la mentalidad religiosa, se pasa de lo místico al humanismo, racionamiento, imponiéndose una cultura de tipo laico, ello provoca una gran crisis religiosa y la división de la iglesia cristiana en varios movimientos protestantes: Lutero, Calvino y Anglicismo. Es lo que se llamó, la Reforma y que más tarde provocaría la contrarreforma.

La iglesia no permitía la investigación.

Aparece el estado Moderno y las monarquías absolutas, no hay reinos de Taifas, sin poder de los Nobles.

Gran auge cultural, con autores como Luis Vives, Erasmo, Tomás Moro, Cervantes, Shakespeare. Aparecen grandes genios de la pintura, escultura y arquitectura: Miguel Ángel, Leonardo da Vinci, Rafael..

Desde el punto de vista de la Educación Física se recupera el Término Gimnasia . algunos autores hablan de ello.

- **Castiglione: El Cortesano**
- **Montaigne: Ensayos .**
- **Cervantes: La gitanilla .**
- **Luis Vives: De la educación de la mujer cristiana .**
- **EDUCACIÓN**
- El ascenso de la burguesía produce un cambio de orientación de la Educación. Ahora aparecen los estudios técnicos en detrimento de las letras (Física, Geografía..)
- El Protestantismo favorece todo tipo de descubrimientos técnicos, se produce una mayor generalización en la educación, aparece la escuela.
- La educación vuelve al sistema educativo de los griegos y romanos.
- Se extienden las Universidades y su número de alumnos.
- A la educación clásica se une la parte científica: Medicina, Física, Química y pierde fuerza la parte musical.
- **TEORÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CORPORAL EN EL RENACIMIENTO**
- Se trataba de una copia literal del médico griego Galeno, del S. II. Se trataba de una teoría basada en la necesidad de la práctica física para la mejora de la salud. Adoptan el término, *Bonus – hábitus*, equivalente a la *Euxenia*, la búsqueda del estado de salud y del bienestar.
- Es en el Renacimiento donde vuelve el término gimnasia y la práctica de la Educación Física.
- Destacamos la personalidad de Mercurialis, con su libro:
- Arte gimnástica (1565). Con 7 ediciones.
- Estas teorías de la Educación corporal era la misma que la de los griegos en su última etapa: desarrollo médico, para el, perfeccionamiento de la salud.
- Mercurialis traduce tanto a Platón como a Galeno, mezcla las teorías filosóficas con las médicas.
- El problema era higiénico, que era el principal objetivo, reservando las enfermedades, pues grandes pestes habían sacudido la Edad Media.
- En las escuelas la parte física pierde su gran papel educativo, cosa que no aparecerá hasta la Ilustración.
- La práctica física era practicada por Nobles (cortesanos) y señores, para la salud, y los militares para la guerra.
- Un ejemplo importante es el gran desarrollo de los Gimnasios, entendidos como en Grecia, aunque paulatinamente va evolucionando hasta los Gimnasios de la actualidad, con aparatos especiales.
- **PRECURSORES**
- El autor fundamental del Renacimiento es **Mercurialis** (1530 – 1606). También aparecen:
 - **Cristobal Méndez.** Libro del ejercicio (1553).
 - **V. Da Feltré:** (1378 – 1466) Es conocido porque tenía una escuela propia, es decir, un Gimnasio, llamado, Casa Gralosa, donde se impartía Historia, Latín , Griego y Educación Física. Entre las actividades deportivas estaban **las carreras y Marcha; la Esgrima;**

Natación; Excursiones (con instrumentos de orientación) ; Juegos de pelota colectivos, ya reglados– Calcio – ; Equitación.

- Considera que el ejercicio físico mejoraba la salud y contribuía al desarrollo de la inteligencia y la moral.
- Su objetivo pedagógico era que los ejercicios deberían de ser sencillos, sin aparatos, con manos libres en el suelo.
- También consideraba que la práctica física contribuía a su auto – dominio y confianza.
- Se sigue el concepto griego de unión cuerpo – mente y el entrenamiento debe integrar actividades psico – físicas.
- **T.Elyot:** Con su libro: **El Gobernador** , entendido como un noble o una persona a quién se debería de educar.
- No aborrece el sistema de competición, y buscan el sentido del esfuerzo, la destreza y el de superación, apareciendo la palabra **Performance**.
- Aparecen los ejercicios de **Lanzamiento de objetos pesados, también desarrolla las carreras, la Equitación.**
- Dentro de los Lanzamientos tenemos los de **Martillo, pesos de una maza grande y una barra.**
- Otra actividad, era el manejo **del Bastón o esgrima de bastones.** Siendo estos últimos ejercicios sustituciones de los duelos de esgrima.
- Se potenciaban ejercicios de velocidad, fuerza y agilidad y digestivos (higiénicos), éstos últimos, pues los ejercicios físicos contribuían al buen estado fisiológico además de la personalidad y el éxito social.
- MERCURIALIS (1530 – 1606)
- . 1565 – ARTE GIMNÁSTICA
- El libro de Mercurialis de seis partes que fueron publicadas inicialmente por separado y luego conjuntamente:
 - ♦ Las tres primeras partes son de contenido histórico, filósofo, médico de la antigüedad.
 - ♦ Las tres restantes tratan sobre la teoría propia de cómo ejercitarse, sus ventajas e inconvenientes. Se plasma en las ideas de Galeno.
 - ♦ Mercurialis era médico, y fue el que mejor plasmó las nuevas ideas del Humanismo renacentista en cuanto a la Educación física y fueron una copia de las ideas de Galeno, Hipócrates y Galeno.
 - ♦ Su tipo de Gimnasia se basa en la teoría de los Humores que formuló primero Hipócrates. Era un contenido fundamentalmente médico y es lo que se conoce en la actualidad como Profiláctico: prevención de las enfermedades: Si haces Gimnasia, previenes las enfermedades .
 - ♦ **HUMORES:** El cuerpo humano tiene 4 líquidos: calor, frío, seco y húmedo, el desequilibrio entre estos cuatro, es lo que provoca las enfermedades.
 - ♦ La teoría del cuerpo es fundamental para la prevención de lesiones.
 - ♦ La higiene adquiere una gran importancia.
 - ♦ Están en contra de la Gimnasia de rendimiento, porque es un extremo y ello, no regula al ser humano.

- ♦ Mercurialis lo llamo Bonus – hábitus, que equivale a la Euexia , estado de la buena forma, y es el principal objetivo de la gimnasia.
- ♦ Considera que esto es muy difícil de conseguir y la Gimnasia tiene que estar en manos de los Médicos. La buena gimnasia es un arte, pues es difícil de conseguir. Es arte también porque considera que el hombre lo ha practicado desde siempre, y que hay que copiar elementos naturales. La Gimnasia existe desde antes de Homero y es una tendencia – racional del ser humano.
- ♦ La práctica de la Gimnasia contribuye al desarrollo humano y produce una serie de efectos:
- ♦ **PRINCIPALES:** Equilibrio psico – físico, el buen desarrollo corporal y el estado de la buena forma. Luego es partidario de la unión, cuerpo – alma y el ejercicio contribuye por igual tanto al desarrollo del cuerpo como de la mente.
- ♦ **SUPLEMENTARIOS:** Incrementar el calor natural, contribuir a la insensibilidad al dolor y ayudar a la digestión, pues elimina sustancias tóxicas.
- ♦ Para practicar ejercicio físico hay que tener en cuenta una serie de factores:
- ♦ ♦ **La Idiosincrasia (Personalidad).**
 ♦ **Los aspectos generales del ejercicio, si es: Preparatorio.**

Apoterapéutico.

Un verdadero ejercicio, es decir, el que desarrolla el cuerpo, la verdadera naturaleza del ejercicio(objetivo).

De la forma de practicarlos, es importante el lugar donde se practica y el tiempo en el cual se practica (Otoño, verano..), también la duración del ejercicio.

Dentro de la Idiosincrasia, destaca otra serie de factores a tener en cuenta:

- ♦ **Sus fuerzas (condición física).**
- ♦ **Sus afecciones personales (enfermedades)**
- ♦ **Sus hábitos y costumbres.**
- ♦ **Sus vicios particulares.**

También hace una clasificación de los ejercicios en base a la teoría de los Humores y a los factores principales anteriores.

Esa clasificación es enorme, así como sus diferentes formas de practicarlos, apareciendo ejercicios rápidos, lentos, cortos, largos, violentos o no, con o sin calzado, en montaña o en llano, sol o sombra, invierno o verano, mañana o tarde.. y dentro de cada aspecto una clasificación en torno a los humores.

GIMNÁSTICA

Realiza una clasificación de tipos de Gimnasias, influido por Platón. (Las Leyes):

GIMNASIA: Militar

Médica.

Atlética.

Que se traducen a la hora de la practica en:

ORQUÉSTICA: Esferística: (arte del juego de la esfera)=
Gimnasia Rítmica.

Danza: = Gimnasia artística.

PALÉSTRICA: Ejercicios de acondicionamiento físico general.

No sigue a Galeno porque éste era antiatlético, estaba en contra del Atletismo y los JJ. Atléticos.

Mercurialis también habla de otro tipo de actividades físicas, más globales y generales:

Marcha.

Equitación.

Navegación.

Pesca.

Juegos: siendo partidario de los antiguos: (**Pelota, Disco, Palma, Lucha..**)

ILUSTRACIÓN (Finales XVIII, principios XX)

El Renacimiento era representado por la mOnarquía Absoluta y eso suponía que los tres poderes residían en el Rey. La Ilustración se caracteriza por la Monarquía constitucional, donde existe un Parlamento, es decir, un poder legislativo separado del Rey, y separando también los tres poderes: Ejecutivo, Legislativo y Judicial.

Con la Revolución francesa (1789) y La Independencia de los EEUU y con la promulgación de los Derechos humanos (1776), los Filósofos y Políticos (Ilustrados), provocan la aparición de este sistema no Monárquico.

Esto supone el final de una etapa que se inicia en el Renacimiento. La Ilustración defiende: Los ideales.

En 1776 y 1789, cristalizan las ideas de la Ilustración.

- ◊ El sentido crítico aumenta – Crítica de la razón pura.
- ◊ Aparición de la razón (Razonamiento, Pensamiento inductivo) aquello que no se demuestra e investiga, no sirve.
- ◊ Cambio en el sistema económico. Se pasa de la tierra y la agricultura al trabajo. Aparecen los grandes precursores del Liberalismo económico– A. Smith – Quernay (Ley de la oferta y la demanda): Smith, fue el precursor del Liberalismo El origen de la riqueza está en el trabajo y no en la tierra .
- ◊ El Ateísmo, hay 2 elementos que lo prpagan: La Academia y la Enciclopedia. Destacamos autores como : Voltaire, Rousseau, Montesquieu. La Academia lanzada por D. Alambert – Ateísmo, materialismo y desarrollo de la ciencia.

ROSSEAU

Nace en Ginebra (1712), murió en 1778 en una localidad cerca de París. Emmonville.

Tiene varias obras fundamentales, destacamos **El Emilo** , donde aparecen sus teorías educativas y aspectos relacionados con la Educación Física. Otra obra, fue, El contrato social y otra El gobierno de Polonia , desarrollando cómo socialmente se puede desarrollar la Educación Física .

Emigró a Francia, estuvo en italia, Alemania: siendo un personaje muy conflictivo y censurados sus libros, por los gobiernos.

Su obra básicamente se divide en tres partes:

Educación general.

Principios de la Educación física.

Campos en los que dividía ésta.

Anteriormente todas las teorías de la Educación Física, eran médicas. Rousseau, influyó en todas las escuelas europeas de Gimnasia del S. XIX.

Sobre la Educación general destacamos 5 aspectos:

La **crítica a la sociedad** que la acusa de deformar al hombre muy duramente. El hombre es bueno por naturaleza y es la

sociedad la que lo hace malo y para educarle es necesario separarlo de ésta.



Retorno a la naturaleza, aspecto que fue muy importante para la Educación Física, el niño debe mezclarse con la naturaleza, donde encontrará un ambiente favorable, y donde encontrará la verdadera armonía. El niño educado en la sociedad es débil y el educado en la naturaleza es fuerte, pues es capaz de superar los aspectos de la naturaleza (Clima, adversidades..) y en este aspecto la Educación Física es fundamental.



Una Educación Progresiva . según la edad adecuar la educación, los niños son diferentes a los hombres, tienen su naturaleza propia y la educación ha de tener una serie de etapas y desarrollarse evolutivamente con respecto al niño.



La Educación Negativa (Educación de los sentidos). Era un error al educar al niño intelectualmente de forma directa, sino primero tenían que educarse los sentidos, que se consigue con el contacto con la naturaleza. Ejercicios sensoriales.

Negativa (E. de los sentidos)

Positiva (E. Intelectual)

La primera educación nunca se pierde, la segunda puede perderse. Y en aquella época, sobrevivir en la naturaleza era algo primordial.

La importancia del preceptor, cuida al alumno, le proporciona experiencias útiles para su educación.. Era muy importante la persona que le educaba.

Una traslación de este libro, dentro de la Educación en general, era que el Estado debería preocuparse de la Educación, potenciando las escuelas públicas.

Los PRINCIPIOS Generales de la EDUCACIÓN Física:

La Educación Física debe estar integrada en la Educación General, aludiendo al mundo griego donde esto ocurría.

Prepara y completa la formación intelectual El movimiento es creador de inteligencia , La razón sensitiva es el resultado de la Gimnasia .

Es indispensable en la Educación Moral, porque la Educación

Física produce una liberación y mejora la moral y facilita el retorno a la naturaleza.

Los CAMPOS de la EDUCACIÓN Física:

La estructuración de los sentidos es lo que hoy entendemos como juegos de tipo sensorial.

- ◇ **La HIGIENE;** La vida al aire libre, preservan de enfermedades, gracias a la Educación Física la gente tenía la necesidad de ducharse. Recomendaba llevar ropas sencillas, adecuarse al tiempo, un sueño recuperador (dormir).
- ◇ **JUEGOS Y DEPORTES AL AIRE LIBRE:** Equitación, Danza, Manejo de las armas (ejercito popular), Atletismo (Saltos de longitud, Altura y Tropa.), Actividades Náuticas, Excursiones, Introducción a los juegos y deportes para adultos.
- **LA RESISTENCIA Y LA SUPERVIVENCIA:** Había que endurecer el cuerpo con las inclemencias del cuerpo, el hambre, la sed y la fatiga.
- **LOS TRABAJOS MANUALES:** Es lo que hace que el niño se independice de la sociedad: Jardinería, Carpintería y trabajos del campo.
- ◆ Rousseau dice que la E.F se puede potenciar y desarrollar a través de 3 elementos:
 - ◆ **ESCUELAS PÚBLICAS.**
 - ◆ **INSTITUCIONES CÍVICAS.** Clubs). Institutos filantrópicos.
 - ◆ **LOS FESTEJOS POPULARES:** fiestas de los pueblos, donde se incluyen actividades relacionadas con la E.F. Además deberían de haber exhibiciones gimnásticas, para estimular a la población y exponer

la buena formación de los individuos. También hablaba de otorgar premios en esas fiestas públicas.

◇ PESTALOCCI

◇ También es el primer personaje de influencia sobre el resto de las escuelas gimnásticas.

◇ Nació en Zurich, en 1746, muere en 1826, estudió Pedagogía, Filosofía y Letras.

◇ Se le considera el padre de la escuela de Pedagogía popular. Estuvo influenciado por autores clásicos y por Rousseau.

◇ Dirigió y estableció sus teorías en varios centros escolares en Suiza, donde fue director en 4 colegios, destacamos 2, donde más desarrollo sus teorías, por encargo del gobierno suizo.

◇ BERTHAND: Durante tres años , desarrolló un programa escolar (10.h. diarias 9

◇ IVERDAM: (1804 – 1825); Desarrolló casi todas sus teorías (15 h. diarias).

◇ Tiene bastantes obras en relación con la E.F. y al Educación en general:

◇ · LEONARDO Y GERTRUDIS:

De como
Gertrudis
enseña a sus
hijos.

- MEMORIA
SOBRE LA
ESENCIA
Y EL
OBJETIVO
DEL
MÉTODO:
con una 2ª
parte,
dedicada a
la
Educación
corporal.
- El primer
centro
educativo
montado en
España fue
el Instituto
Pestalozziano
de Madrid (1806).
- El primer
programa
escolar de
Pestalozzi
de diez
horas
consistía:
Se
levantaban
a las 5: 30
de la
mañana.
- 90 minutos
de
Educación
física.
- Sus teorías
las
desarrolló
en Iverdam,
en un
castillo
medieval, y
- eran 15
horas al día
de

programa,
comenzando
a las 6 de la
mañana.

· Dentro del
programa se
distingue lo
que es la
Actividad
gimnástica
reglada y
otras
actividades

Físicas:
Excursiones,
Ocio,
Ejercicios
militares.

· Cambio de
10 a 15
horas
porque se
incluían
todas las
horas de
Ocio y
tiempo

libre, luego
sus horas de
Educación
Física

aumentan
considerablemente.

· Este
programa
escolar,
dentro de la
E. F

incluyen los
apartados o
campos de :

- **• LA**
- HIGIENE.**
- JUEGOS**
- Y**
- DEPORTE.**
- EJERCICIO**
- MILITARE**
- GIMNASIA**
- ELEMENT**
- GIMNASIA**
- INDUSTRI**

La
Higiene: Mucha
importancia,
evita
problemas
digestivos y
su vida al
aire libre.

2. Juegos y
deportes: Se
realizaban 2
horas
diarias, 1 h.
por la
mañana y
otra por la
tarde(antes
de comer y
antes de
cenar).
Entre los
juegos y
deportes,
tenemos
juegos con
balón, Tiro
con arco,
Barras,
Lanzamientos,
diversos
Saltos (Includo
Pértiga),
Excursiones
(recorridos
en las
montañas –
Los Alpes –
de
orientación
con planos
) . Se
imparten
asignaturas
relacionadas
con la
naturaleza:
Botánica,

Geografía,
Geología,
Matemáticas..
al aire libre
) , en verano
Natación y
en Invierno,
Patinaje.

3. Ejercicios militares:

Era como un derecho del ciudadano. Era muy importante, y los niños de 10 años ya tenían fusil y equipo militar. Se dividía a los individuos en batallones. Un comandante del ejército pasaba una revisión anual.

Esos ejercicios militares consistían en :

Reconocimiento y manejo de armas.

Marchas y formaciones de combate.

Maniobras simples en el campo.

Gimnasia elemental:
Es el punto central de su teoría y donde se

introducen novedades y su mayor legado educativo.

Eran ejercicios gimnásticos muy específicos dirigidos a cada articulación y que influyó en la escuela sueca (Trabajo Analítico) y en la posterior Gimnasia Industrial. También llamada Gimnasia corporal.

5. Gimnasia Industrial:
Teniendo como base la anterior, era una preparación física para el trabajo y aprendizaje de la fase siguiente, son movimientos más globales y

generales,
con el fin de
preparar
físicamente
para el
aprendizaje
de un
oficio.

Trabajos
manuales:
Se aprende
Jardinería,
carpintería,
Pintura..

Globalmente,
todas estas
actividades
conllevaran
un tercio de
las 15 h. (4
ó 5).

Sus teorías
sobre su
método
pedagógico
(educación
corporal).
Pestalozzi
es defensor
de la
Escuela
Pública y
Popular (
pobres) y
su objetivo
o método se
basa en que
esos niños
aprendan un
oficio para
que puedan
vivir, luego
toda su
educación
está
orientada a
eso y la
presencia de
la

Educación corporal es fundamental.

Practicar esa educación corporal a edades tempranas y progresivamente, conta de 3 partes:

Gimnasia Elemental.

Gimnasia Industrial.

Trabajos manuales.

Igual que Rousseau estaba en contra de la intelectualización de la educación. El aprendizaje de un oficio permite al niño adaptarse al entorno, por ello defiende que las actividades sean realizadas en la propia naturaleza.

La Gimnasia elemental comienza cuando la madre deja

de tener
influencia
sobre el
niño, tiene
que ser
simple, sin
riesgos, sin
aparatos y
en contacto
con la
naturaleza y
debe de
relacionarse
con
actividades
libres y
polivalentes:
juegos y
deportes.

También es
partidario
de una
Educación
patriótica y
familiar,
practicándose
la Gimnasia
en familia,
potenciándose
el espíritu
patriótico.

Los juegos
y deportes
los hacia
practicar en
grupos
equilibrados.

Influyó
mucho en
todas las
escuelas
gimnásticas
del S.XIX y
su método
tiene
connotaciones
en muchos
aspectos
contemporáneos:

Progresiones,
grupos,
Gimnasia
familiar, el
contacto
con la
naturaleza..

ESCUELAS
GIMNÁSTICAS
EUROPEAS.

PRECURSORES

Pensadores
ilustrados :
Rousseau y
Pestalozzi.

- E.
gimnástica

> E.
General.
- G.
Anlítica
/ C.
Corporal.

3
ESCUELAS:

**Movimiento
Norte:
Escuela
sueca. Muy
unificado.**

**Movimiento
Oeste:
Escuela
francesa.**

**Movimiento
Centro:
Escuela
alemana .
Sin
unificación.**

Gimnasia

médica y
analítica.

.
También
unificado.
Acrobático /
militarista /
naturalista.

.
Gimnasia
educativa

Gimnasia
acrobática (G. artística):
aparatos.

Gimnasia
rítmica. (Movimiento
expresionista)
).

ESCUELA
FRANCESA

En sus
inicios tuvo
dos autores
importantes:
**Amorós y
Clias.**

Clias, no
triunfó, y
tuvo que
marcharse a
Inglaterra,
pues el
fundamental
fue
Francisco
Amorós y
Ondeano
Marqués de
Sotelo .

Nació en
Valencia en
1770 y

murió en
París en
1848. Era
militar y
alcanzó el
grado de
coronel del
ejército
español y se
le vincula a
la creación
del Instituto
pestalozziano
de Madrid,
uno de los
primeros de
Europa. (1806).

Destacó en
el ejército
español
porque
realizaba
clases de
canto y por
preparar a
los soldados
físicamente.
El canto
porque
potenciaba
la voz.

En 1814
emigró a
Francia,
acusado de
ser
afrancesado,
se instaló en
París,
conocía a
militares
franceses y
en 1816
abre un
Gimnasio,
donde era
profesor de
Gimnasia y
Esgrima. En

1817 da
clases de
Gimnasia y
Esgrima a
varios
regimientos
de Francia,
donde
empieza a
ser
conocido, y
en 1818
monta su
primer
Gimnasio
propio,
llamado
Gimnasio
normal
militar . En
1820 ese
Gimnasio lo
transforma
en militar y
civil, y tenía
grandes
medidas (50.000 m
cuadrados).
En el
mismo año
instruye a
los hijos del
Rey Carlos
X y entre
1831 y 37,
se abren
varios
gimnasios
con sus
tendencias.
A partir del
año 1838
comienza a
tener
problemas.

Su único
libro lo
escribe en
1830
Manual de

Educación
Física ,
Gimnástica
y Moral .

Las teorías
de Amorós
son de
alguna
forma
contradictorias,
pues, era un
liberal del
S.XIX y
todos los
liberales
eran
contradictorios. Así
por un lado
era militar,
pero por
otra parte
era una
persona
bastante
religiosa. Era
afrancesado
y compartía
las ideas de
la
Revolución
francesa.

Decía que
los
ejercicios
debían de
ser simples,
fáciles,
sencillos y
progresivos,
pero eran
difíciles,
duros y
encerraban
cierto
riesgo. No
corregía los
ejercicios,
los cuales
eran
derivados

de su
espíritu
militar.

Amorós es
uno de los
pioneros
que
empieza a
utilizar una
ficha de
control de
los
resultados
de las
clases,
haciendo
cartulinas
de control
para cada
alumno.

Su teoría de
la gimnasia
guarda
mucho
paralelismo
con Jhan,
los dos
realizan
ejercicios
parecidos,
de mucho
riesgo y con
la
utilización
de variedad
de aparatos.

Amorós
comienza a
definir lo
que es
Gimnasia
como: La
ciencia
razonada de
nuestros
movimientos,
de sus
relaciones
con

nuestros
sentidos,
nuestra
inteligencia,
nuestros
sentimientos,
nuestras
costumbres
y el
desarrollo
de nuestras
facultades .
En esta
definición
se
demuestra
que es un
ilustrado,
sobre todo
por la
aprición de
las palabras
ciencia y
razón: Con
los
Sentimientos
encadena a
Rousseau y
Pestalozzi,
y con las
palabras
Costumbres
y
Facultades
demuestra
su moral
cristiana.

A partir de
la
definición
de
Gimnasia
hace una
clasificación
de 4 tipos
de
Gimnasia:

**Civil e
industrial.**

**Militar
terrestre y
marítima.**

Médica.

**Escénica o
Funambulesca
: (Acrobática
---- > G
artística).**

CIVIL E
INDUSTRIAL.
Muy poco
realizada.

MÉDICA.
Practicamnete
no hace
nada, la
divide en
cuatro tipos,
en función
de que
presente
enfermedades,
las cura o
resuelve
problemas
terapéuticos.

PRINCIPIOS
FUNDAMENTALE

Ejercicios
sencillos y
fáciles.

Debe
utilizar
procedimientos
didácticos.

Se debe
poseer
buenos
medios
generales
para todos y
procedimientos

particulares
específicos.
Es decir,
ejercicios
de todo tipo
general y
específico.

Se debe
tener en
cuenta el
carácter del
alumno,
para lograr
su
educación
moral.

TIPOS DE EJERCICIOS.

Se basa en
17 tipos de
ejercicios,
aunque
relativamente
son 15, pues
los otros
dos se valen
del esquema
tipo de
ejercicios .

**Ejercicios
respiratorios.**

**Marchas y
carreras.**

**Saltos de
todo tipo. (**
altura,
longitud,
atrás ,
lateral..)

**Equilibrios
diversos.**

**Franqueamiento
de
obstáculos**

naturales.

Luchas.

**tregar con
escalas,
pértigas,
cuerdas.**

Suspensiones.

**Natación,
de diversos
tipos.**

**Ejercicios
de fuerza y
arrastre.**

Lanzamientos.

**Tiro al
blanco.**

**Esgrima a
pie y a
caballo.**

Equitación.

**Las
danzas.**

El tenía una
ficha con
los datos de
los
alumnos.
Piernavieja
reconoce
que eran
ejercicios
muy
complicados,
a pesar de
su
promulgada
facilidad,
requerían
esfuerzo y
eran
viloentos,

ya que lo
que
pretendía
Amorós era
formar
atletas
soldados.

Amorós
solía hacer
exhibiciones
públicas y
establecía
premios al
valor, a la
habilidad, a
la fortaleza..

ESCUELA
DE
CENTRO

**Guth
Muths y
Jhan** son
dos autores
absolutamente
enfrentados,
del
movimiento
del Centro,
y centran la
lucha de las
barras.

El primero
es
partidiario
de una
gimnasia
educativa,
sin
aparatos. Escribe
Gimnasia
para la
Juventud .

Sigue las
ideas de
Pestalozzi y
Rousseau,
incluso

rechaza
algunos
juegos y
aspectos de
sus
gimnasios.

Jhan
defiende
una
gimnasia
acrobática y
una
educación
que
potencia la
preparación
física con
tal de
buscar
atletas –
soldados.
Sustituye
Gimnasia
por
Turkanst, y
su libro
fundamental
es El
Turnem y
otro
Nacionalidad
alemana .

Muths nace
en 1759 y
muere en
1839, fue
discípulo de
Basedow,
donde
aprendió en
su
gimnasio,
hablaba de
que las
actividades
que debían
de realizar
los seres
humanos
tenían que

parecerse a
los hombres
primitivos,
siguiendo
una
Gimnasia
Natural (=
Pestalozzi).
Creía en el
desarrollo
de la
educación
intelectual y
corporal (
Física),
tratándose
cuantitativamente
las dos.

No era
partidario
de los
trabajos
manuales y
de los
ejercicios
militares,
pues eran
limitados, y
que los
juegos son
distracciones,
estaba bien
que
existieran
en las
fiestas de
los pueblos
pero no
como
elementos
educativos (
Difiere de
Pestalozzi).

La salud
debe
basarse en
la
Gimnasia,
sigue el
concepto

del estado
de la buena
forma y
sigue los
aspectos de
los antiguos
griegos (
Platón) y a
Rousseau.

Jhan,
posterior a
Muths, se le
puede
considerar
como un
gran
nacionalista
alemán, era
muy
conservador,
nace en
1778 y
muere en
1852. Él era
de Prusia,
que era el
país fuerte y
la base de la
futura
nación
alemana.
Era hijo de
un pastor
protestante
y estudió
teología.En
1810
publica su
primer
libro:
Nacionalidad
alemana y
en 1816 El
Turnem . en
el primero
contiene sus
ideales
políticos y
en el
segundo su
sistema

educacional.

En el
influyó
mucho la
derrota de
los
prusianos
ante
Napoleón.
A partir de
ahí acusa a
Guth Muths
y defiende
una
educación
más dura y
no tan
sencilla y
fácil.
Inventa el
Turnem (=
Gimnasia).

Defiende
una
gimnasia
con
aparatos y
con
ejercicios
muy duros,
los divide
en :

Competiciones.

Juegos.

Ejercicios con armas.

Lo
ejercicios
había que
hacerlos
con coraje y
energía.

Crea una
Asociación
gimnástica,

una
comunidad
de jóvenes
de la misma
clase y
pasado
común.

Inventa las
paralelas,
las anillas y
el caballo
con aros,
presentado
en su
segundo
libro, con
gran
cantidad de
ejercicios,
éstos no los
corregía y
sin
planificación
alguna.

Era una
Gimnasia
muy
militarizada,
y tiene
problemas
políticos en
1824, que
encierran a
sus
discípulos y
más tarde
en 1825 a
él, un año.

El Turnem
fue
prohibido
desde 1820
– 1842.

A partir de
1842, se le
rehabilita,
se le da una
medalla y

sus teorías
tienen una
gran
expansión.

Era muy
partidario
de las
exhibiciones
públicas de
su sociedad
gimnástica,
inventa el ,
donde el
sitio ideal
de esas
exhibiciones
eran las
plazas
públicas.

Él es el
ideólogo de
los nasis.

MOVIMIENTO DEL NORTE

El autor
más
representativo
es **P.H.Ling**
y podemos
considerarlo
como el
padre del
movimiento
del
Norte. Nace
en 1776 y
muere en
1839, tiene
una
espectativa
de la
Educación
Física más
moderna. Fue
profesor
universitario
y desarrolló

unas teorías
de la E.F.
de una
forma más
científica.
Estudió con
Nachtegal
en
Copenhage
y a través
del cual
conoció a
Guth Muths
y
Pestalozzi. Posibleme
es quien
mejor
traslada la
teoría de
Pestalozzi, pero
no todo,
sino sus
teorías de la
Educación
analítica
articular
corporal. ling
Tiene una
Gimnasia
médica,
para la
salud y
queda
totalmente
excluida la
competición
y el
rendimiento.

Ling
estudió en
la
Universidad
de
Estocolmo
y
Lund. Estudió
Pedagogía y
lo amplió
estudiando
Fisiología y
anatomía.

En 1798
estuvo en
Copenhage
para
ampliar sus
estudios
durante 5
años, donde
recibió la
influencia
de Guth
Muths y
Pestalozzi.
En 1804 fue
profesor
ayudante de
Esgrima y
Gimnasia
en la
Universidad
de
Lund. Estudió
durante 8
años y poco
a poco fue
aportando la
Esgrima. Se
hizo famoso
y en 1810
fue profesor
de Esgrima
de la Real
Academia
Militar de
Estocolmo.
Gracias a sus
contactos se
creó el Real
Instituto
Central de
Gimnasia
en
Estocolmo (1813),
siendo el
director.
Desde ahí
defiende
que la
Educación
física y la
Gimnasia se

contemple
en los
sistemas
educativos,
cosa que
consigue
poco a
poco.

En 1814
funda una
revista;
Iduma. Su
libro básico
es :
**Fundamentos
generales
de la
Gimnasia** (1831)
publicado
en 1840.

Sus **teorías
gimnásticas**
són:

- Combinaba
que
el
cuerpo
humano
estaba
hecho
por
partes:

**Forma
dinámica.** (El
conocimiento
).

**Forma
química** (Lo que
asegura la
alimentación;
fisiología.

**forma
mecánica:** (la fuerza

muscular).

La unión de las tres partes no es fácil, pues crean una tensión que hay que equilibrar, pues son fuerzas antagonistas. Su equilibrio da una fuerza vital para afrontar la vida.

La Gimnasia la define como la doctrina de los movimientos del cuerpo de acuerdo con las leyes del organismo humano.

Esta gimnasia debe desarrollarse bajo la influencia de esos tres aspectos. Su enfoque es primeramente médico, desde un punto de vista civil.

Tiene **cuatro tipos de**

Gimnasia:

**Gimnasia
pedagógica.**

**Gimnasia
militar.**

**Gimnasia
médica.**

**Gimnasia
estética.**

- GIMNASIA PEDAGÓGICA:
es la que educa al ser humano y es la que el hombre debe controlar, bajo su voluntad, su propia fuerza, para el desarrollo de la unidad orgánica.
- GIMNASIA MILITAR:
se trata de dominar un arma y

asimilar
una
disciplina
y
una
voluntad
ajena
a la
propia.
Debe
establecerse
una
unidad
entre
el
cuerpo
y el
arma.
• GIMNASIA
MÉDICA:
se
ocupará
de
las
y de
los
dolores
que
aparezcan
en
el
cuerpo.
Sirve
para
reconstruir
el
equilibrio
en
el
cuerpo.
• GIMNASIA
ESTÉTICA:
tiene
por
objeto
desarrollar
los
sentimientos
impresiones
a
través
del

cuerpo.
 • Ling
 tenía
 como
 objetivo
 primordial
 que
 la
 Gimnasia
 sirviera
 para
 todo
 el
 mundo,
 luego
 debería
 de
 ser
 sencilla.
 Era
 una
 Gimnasia
 bastante
 individual,
 estaba
 totalmente
 en
 contra
 de
 los
 aparatos
 complejos
 y de
 la
 competición
 lleva
 a clasificar
 los
 ejercicios
 en.

- - ♦ Ejercicios
o
movimientos
preparados
o
simples
 - ♦ Movimientos
o
ejercicios
funcionales

Los
 primeros

se
dirigen
a un
sólo
músculo
y
los
segundos
se
dirigen
a
varios
músculos.
(
paquetes
musculares
).

Para
que
esa
Gimnasia
tenga
el
rendimiento
y
los
beneficios
adecuados
es
de
gran
importancia
la
perfecta
ejecución
de
los
ejercicios
y
para
ello
lo
principal
es
la
posición
de
partida,
esta
es;
de

pie,
firmes.

Esos
ejercicios
han
de
tener
una
progresión,
en
cuanto
a la
sencillez
y
complejidad

Formula
el
**principio
de
la
totalidad,**
que
en
la
práctica
gimnástica
tenemos
que
aprender
todas
las
partes
del
cuerpo,
desde
la
posición
de
partida,
abarcando
todo
el
cuerpo.

En
general
su
**Gimnasia
es
muy**

**estática
y
analítica.**

EVOLUCIÓN
DE
LAS
ESCUELAS
GIMNÁSTICAS
EUROPEAS

Herbert,
pertenece
al
movimiento
del
Oeste. Nació
en
1875
y
murió
en
1957.
Después
de
las
teorías
de
Amorós,
se
produce
un
auge
hacia
la
Gimnasia
Natural.

Herbert
era
oficial
de
marina
y
fue
un
hombre
bastante
prolífico
(virtuoso
en
engendrar

En
obras
y
actividades,
en
la
actividad
física
comenzó
en
1905
dirigiendo
las
clases
de
Educación
física
en
la
Escuela
de
fusileros
naturales.
En
1913
se
organiza
un
Congreso
internacional
de
Educación
física
en
París,
donde
expone
como
se
le
conoce
como
**Método
Natural**
. El
mismo
año
se
crea
el
Colegio
de

atletas
de
la
Universidad
de
Reins,
creándose
al
año
siguiente
la
sección
femenina,
pues
Herbert
era
el
primero
que
estaba
a
favor
de
la
Educación
física
en
la
mujer.
En
1918
crea
la
Escuela
náutica
femenina.

Destacó
por
su
gran
número
de
libros.
El
primero
lo
escribió
en
1907
titulado
:

La Educación física
razonado
en
1912
escribió
:
La Educación Física
o el
entrenamiento completo
por
el
método natural
. En
1919
escribió:**Mú**
o
belleza
plástica.
Educación física
femenina
. En
1936
(primer tomo
)
Educación física
civil
y
moral
por
el
método natural
y
en
1955
(
segundo tomo
)
,
dedicado
fundamental
a la
Natación.

En su comienzo era marino y gracias a sus viajes era un gran admirador de los ejercicios físicos que realizaban los hombres primitivos. En este sentido él realiza 5 grupos de actividades físicas:

La locomoción normal, desplazamiento de saltos, carreras, marcha, o combinación de ellos.

La locomoción secundaria, son los

ejercicios
que
conocemos
como
cuadrapédico
el
equilibrio
y la
trepa. También
introduce
la
Natación. He
califica
de
locomoción
secundaria
aquellos
ejercicios
que
utilizan
los
4
miembros
tanto
al
unísono
como
alternativamente

**Actividades
de
defensa
o
seguridad:**
Ejercicios
de
lucha
/
cuerpo
a
cuerpo
o
con
armas
/
Lanzamiento

**Actividades
utilitarias
o
industriales**
Cargar,

llevar,
cazar,
pescar,
medios
de
transporte,
carpintería,
jardinería,
es
decir,
todo
aquello
que
debe
aprenderse
para
realizar
un
oficio.

**Ejercicios
de
recreación:**
Danzas,
ejercicios
acrobáticos
o de
fantasía.

En
la
cuestión
práctica,
su
teoría
principal:
Método
Natural
; se
basaba
en
la
defensa
de
la
Educación
física
en
contacto
con
la
naturaleza,

y
que
empieza
a
exponerla
hacia
1913.Dicho
método
se
puede
llevar
a
realizar
de
dos
diferentes
formas:

**Los
Circuitos:**
Son
los
precesores
del
Fartlek
y
del
entrenamiento
total,
se
podían
realizar
en
un
espacio
natural.

**El
Plateau
o
Escenario**
;
donde
trata
de
emular
en
un
patio
escolar
un
circuito

natural.

Para
él,
una
lección
(
circuito
)
debía
durar
entre
45
ó 1
hora,
variando
entre
20
m.
ó
60
m.
atendiendo
a la
edad.
Para
los
niños
era
conveniente
una
duración
de
30
m.
y
los
adolescentes
de
40m.
ó
45
m.

Otra
de
sus
grandes
aportaciones
es
lo
que

se
denomina
el
trabajo
en
grupos,
lo
que
él
llama
el
trabajo
en
Ola
y
en
contra
Ola
, ya
que
Ola
era
el
momento
de
la
recuperación.
Se
trataba
de
una
manera
de
trabajar
todos,
siendo
un
gran
número
de
alumnos.

En
sus
clases,
llamadas
lecciones,
el
trabajo
podía
ser
de

tres
formas:

**Trabajo
funcional
o
generalizado**

**Trabajo
de
técnica
pura.**

**Trabajo
de
mantenimie**

En
los
recorridos
naturales
entra
todo
y
no
se
hacia
necesaria
la
presencia
del
maestro,
mientras
que
en
el
Plateau
si
que
se
requería
su
presencia,
al
igual
que
en
el
escenario.
El
primer
tipo

de
lecciones
se
realizaban
en
los
recorridos
naturales,
mientras
que
los
otros
dos
tipos,
se
realizaban
en
el
Plateau
y en
el
escenario.

La
más
imporatnte
y
fundamental
de
sus
dos
itinerarios;
Natural
y
Plateau,
era
la
realización
de
los
trabajos
en
forma
de
circuitos
y el
trabajo
en
ola
y
contraola,
donde

por
primera
vez
entra
el
tiempo
de
recuperación
entre
los
ejercicios.

**Clasifica
los
ejercicios
en
10
clases
agrupados
en
2:**

**Primer
orden:**
Marcha,
la
carrera
y el
salto
y
las
posibles
combinaciones
a
realizar.

**Segundo
orden:**
Los
ejercicios
que
utilizan
las
4
extremidades
Tropa,
equilibrio
cuadrupedia,
defensa,
natación
,
lanzamientos

levantamien

La
relización
de
estos
ejercicios
debe
de
tener
un
orden,
con
periodos
alternos
de
intensidad
creciente
y
decreciente.

MOVIMIEN
CENTROEU
Rudolph
Bode.

Éste
sentó
las
bases
de
la
**Gimnasia
Rítmica
actual
y
junto
a
Medau
estableció
los
aparatos
alternativos
(
mazas
) en
la
G.R.**

Nació
en
1881

en
Kiel
(
Alemania
) y
murió
en
1970.
Tiene
3
libros
fundamental

**Gimnasia
expresiva.
1922.**

**Ritmo
y
educación
física.
1923.**

**Gimnasia
rítmica.
1957.**

Estudió
filosofía,
CC
Físicas
y
CC
Naturales
en
Leipzing,
una
de
las
mejores
Universidades
alemanas.
En
1911
funda
en
Munich
una
escuela
de
Gimnasia
rítmica,

que
perduró
hasta
su
muerte.En
1922
se
creó
la
Liga
bode,
una
especie
de
asociación
con
la
finalidad
de
difundir
la
Gimnasia
rítmica.
En
1935
se
encarga
de
la
Educación
física
rural,
trabajo
encargado
posiblemente
por
Hitler.
Luego
su
actividad
se
paraliza
hasta
1951,
como
consecuencia
de
la
2ª
guerra
Mundial,
comenzando

nuevamente
su
trabajo
en
la
Escuela
de
Munich.

Respecto
a
sus
teorías,
Bode
afirmaba
que
tanto
el
ritmo
como
los
aparatos
era
beneficioso
para
descontraer
el
movimiento
y
permitir
que
los
ejercicios
se
ejecutarán
mejor.

El
ritmo
y
los
aparatos
hacen
los
ejercicios
más
naturales.

Toma
3
principios
fundamental

que
serán
repetidos
por
otros
autores,
como
són:

Totalidad.

**Cambio
rítmico.**

Economía.

TOTALIDAD

Principio
tomado
de
Ling
(
escuela
sueca
).Dicho
principio
indica
que
cualquier
movimiento
que
se
realiza
debe
dar
oportunidad
a
que
la
unidad
cuerpo
—
espíritu
actúe
de
forma
económica
y
rítmica.

Bode,

dentro
de
este
principio
desarrolla
los
aspectos
centrales
de
su
teoría,
afirmando
que
el
ejercicio
debe
integrar
todas
las
partes
del
cuerpo.
Para
ello
todos
los
ejercicios
deben
partir
del
centro
de
gravedad,
y de
ahi,
a
todas
las
partes
del
cuerpo,
pues
los
ejercicios
deben
de
ser
globales.
Este
movimiento
que
tiene

como
punto
de
partida
el
centro
de
gravedad
lo
llama
resorte

.
Hay
un
elemento,
que
es
el
tronco,
por
el
que
pasan
todos
los
ejercicios.
El
centro
de
gravedad
equivale
a la
posición
de
partida,
y
partiendo
de
él,
los
impulsos
se
transmiten
a
todo
el
cuerpo.

CAMBIO
RÍTMICO.

A

un
ejercicio
de
contracción,
le
sigue
otro
de
relajación:
a
esta
sucesión
de
ejercicios
la
concretaba
los
ejercicios
de
Oscilación
(Ondulación
).

ECONOMÍA

Obtener
el
máximo
rendimiento
con
el
mínimo
de
esfuerzo.
Esto
se
obtiene
únicamente
con
ejercicios
de
tipo
natural
y
realizados
con
ritmo.

Bode
divide
los
ejercicios

en :

**Introducción
a la
Gimnasia
de
Expresión:**
(
relajación,
oscilación,
empuje,
golpeo
)

**Gimnasia
de
expresión:**
(
relajación,
oscilación
,empuje
,
golpeo).

**Formas
fundamentales
de
Gimnasia:**
(
movimientos
de
resorte,
de
caminar,
marchar,
correr,
saltar
y
Gimnasia
con
aparatos
portátiles).

La
gran
diferencia
existente
entre
los
dos
primeros
y el

tercero,
es
que
los
primeros
son
analíticos,
mientras
que
el
tercero
es
más
global.

Lo
más
innovador
de
Bode
es
que
los
ejercicios
los
hace
con
un
acompañami
de
tipo
rítmico
mediante
varios
instrumentos
rítmicos
(la
voz,
instrumento
de
percusión,
melodías
).

La
METODOLOGÍA
para
el
plan
de
clase
o la

ejecución
de
los
ejercicios
tenía
tres
fases:

Preparación:
Calentamiento
o
arranque,
ya
sean
respectivamente
para
la
clase
o la
ejecución
de
los
ejercicios.

Descarga:
contracción.

Conclusión:
vuelta
a la
calma
o
amortiguación.

Los
aparatos
utilizados
y
creados
por
él
son
el
bastón,
pelotas,
balones
medicinales,
pandereta,
tamboril.

MEDAU

Era
alemán
y
fue
maestro
y
músico.Naci
en
1890
y
murió
en
1965.
Pasó
algunos
años
en
EEUU,
donde
fue
influenciado
en
la
utilización
del
balón,
pues
estuvo
en
la
Universidad
de
Columbia,
donde
el
deporte
prioritario
era
el
Basket.

Medau
amplia
los
aparatos
de
Bode,
introduciend
las
mazas,
el
aro

y
utilizando
mucho
más
la
pelota.Se
dió
a
conocer
en
la
Olimpiada
de
1936,
donde
formaba
parte
de
las
exhibiciones
gimnásticas.

Escribió
2
libros,
donde
destacamos:

Gimnasia
rítmica
expresiva.
1957.

HANKANN

Fue
finlandesa,
discípula
de
Bode,
y
reformó
sus
tres
principios
y es
la
introdutora
de
la
Gimnasia
moderna,

expresiva,
rítmica
en
el
norte
de
europa.
Nació
en
1889
y
murió
en
1964,
Impartió
clases
en
el
Instituto
de
educación
física
de
Helsinki
(
1938
–
1964
).
También
se
encargó
de
potenciar
la
Gimnasia
femenina,
con
2
obras
fundamental

**La
nueva
Gimnasia
femenina
1930.**

**La
Gimnasia
femenina.
1938.**

Era
defensora
de
los
movimientos
globales
y
estaba
en
contra
de
la
gimnasia
analítica.
Afirmaba
que
la
Gimnasia
era
muy
necesaria
para
la
mujer,
la
cual
tiene
menos
posibilidades
de
practicarla,
pues
su
entorno
es
menor
a la
de
los
hombres.

L a
Gimnasia
sirve
para
corregir
la
vida
sedentaria,
malas
actitudes,
la

mala
respiración
y el
mal
trabajo
de
diferentes
músculos.

VON **LABAN**

También
se
centró
en
la
gimnasia
rítmica
expresiva.
Nació
en
Bratislava
en
1879
y
murió
en
1958,
estudió
arquitectura
y
matemáticas
y su
gran
pasión
fue
la
música.
Fue
director
de
movimiento
(
coreógrafo
) de
la
ópera
de
berlín
1915.
En

Zurich
explica
sus
teorías,
donde
fundó
también
una
escuela.

Después
de
la
2º
Guerra
Mundial,
abrió
una
escuela
en
Manchester
1944.
También
trasladó
sus
teorías
a
EEUU.
Adopta
2
elementos
básicos:

Una
técnica
de
Expresión
: El
icosaedro:
el
movimiento
tiene
que
seguir
unas
pautas
determinadas
marcadas
por
los
12
ángulos

del
Icosaedro.

Inventa
una
especie
de
pentagrama
para
regular
lo
anterior
y
que
actualmente
sirve
a la
Gimnasia
rítmica
se
llama
LOBANOT

En
fin
es
el
padre
del
movimiento
expresionista
alemán.

GIMNASIA
NATURAL
AUSTRIAC

Se
caracteriza
por
tres
aspectos
importantes:

Una
gimnasia
de
tipo
educativa
—
formativa.

Una
Gimnasia
analítica(
Médica
—
compensator
)
escuela
sueca.

No
descarta
los
ejercicios
de
competición
exigencia
(
Performanc
y
natural.

Es
un
compendio
de
las
distintas
escuelas,
pues
coge
aspectos
de
Ling
(
analítica
),
Pestalozzi
y
Rousseau.

Dentro
de
los
ejercicios
de
competición
se
introducen
juegos,
deportes
y

lucha
(
esgrima
),
patinaje,
natación.

A
partir
de
los
años
70
tuvo
una
gran
influencia
en
España.

Sus
autores
importantes
son
Gaulhoffer,
su
iniciador.Na
en1885,
era
austriaco,
muere
en
1941,
se
graduó
en
Educación
física
en
1904,
y en
1908
fue
profesor
de
CC
Naturales
y en
1909
fue
doctor.

En
1919
comienza
en
Viena
y
a partir
de
ahí
ocupó
altos
cargos,
como
inspector
de
E.F.
y
director
del
Instituto
de
formación
de
profesorado
de
Viena.

En
1928,
fue
presidente
de
la
sociedad
científica
de
E.F.
que
es
el
precedente
de
la
Federación
Internacional
de
E.F.

se
traslada
a
Holanda

(
1932
)
donde
fue
rector
de
la
Academia
de
E.F.
de
Amsterdam,
donde
muere
en
1941.

Otros
aspectos
de
la
gimnasia
Natural
austríaca
es
que
tiene
que
llegar
a
todo
el
mundo
y
siempre
que
sea
posible
ha
de
realizarse
en
la
naturaleza.

El
plan
de
clase
está
muy

estructurado
durando
45 ´
y
debe
de
tener
un
esquema.
Ya
distingue
una
primera
parte
de
ejercicios
vivificantes
(calentamiento)
) 8
´;
luego
la
parte
principal
30
´y
ejercicios
calmantes
7 ´.

La
evolución
de
la
escuela
sueca.

**LING
(el
padre
)**

**1ª
ETAPA
:
Ortodoxos
=
Ling.**

**2ª
ETAPA:
Heterodoxo**

/
diferente
a
Ling:
Eli
Björsten:
Mayor
dinamismo.

3ª
ETAPA:
Mónica
Beckman
–
Gimnasia
jazz.

ELI
BJÖRSTEN

Nació
en
1870
y
muere
en
1947.
Era
finlandesa,
pero
estudió
en
Estocolmo
(
1893),
también
estudió
en
Dinamarca
y
dió
clases,en
1922
crea
la
Federación
nórdica
de
gimnasia
femenina.

Contribuye

al
desarrollo
de
la
Gimnasia
femenina
e
infantil.
Está
en
contra
de
la
rigidez
de
la
gimnasia
nórdica
y su
estatismo
y
militarismo,
para
desarrollar
una
**Gimnasia
con
más
viveza,**
introduce
2
elementos:

**Las
imágenes.**
La
evocación
de
imágenes.
Introduce
el
cuento.

Introduce
la
música.

Habla
de 3
tipos
de
ejercicios

a
desarrollar
en
la
clase:

**Ejercicios
preparatorios**

**Ejercicios
morfológicos**

**Ejercicios
calmantes.**

Lo
importante
es
la
descontracción
muscular
y
para
ello
introduce
conceptos
como
el
ritmo,
soltura
,
relajación,
oscilaciones.
En
el
concepto
de
ritmo
lo
sigue
con
movimientos
propios
del
cuerpo
(
manos
y
pies
).

MÓNICA

Nace
en
Suecia
en
1933,
se
graduó
en
el
Instituto
Central
de
E.F.
de
Estocolmo,
estudió
luego
en
Inglaterra
y
Dinamarca,
también
estuvo
en
EEUU.
Se
dió
a
conocer
a
finales
de
los
60.
Escribió
un
libro,
en
1966:
**Gimnasia
Jazz**
.

Esta
autora,
da
un
cambio
a la
Gimnasia

sueca,
mantiene
las
formaciones
e
introduce
la
música
Jazz,
en
el
momento
de
la
realización
de
los
ejercicios.M
la
posición
de
partida
(
formaciones
);
no
utiliza
aparatos
e
introduce
la
música
con
fines
educativos
y
también
introduce
la
barra
de
ballet
clásica.

**Habla
de
dos
tipos
de
Gimnasia
Jazz:**

**Ballet
Jazz
para
bailarines(**
Gente
que
busca
rendimiento
).

**Gimnasia
Jazz
al
ritmo
liviano.**
(
Para
la
juventud
).

Para
ella,
la
técnica
del
Jazz
era
muy
acertada
para
el
entrenamien
motriz,
y
eran
ejercicios
de
ritmo
contagioso,
fáciles,diver
y
eficaces.

Los
ejercicios
lod
divide
en:

**Ejercicios
con**

**apoyo
en
la
barra
de
ballet.**

**Trabajo
a
manos
libres.**

**Trabajo
en
posiciones
bajas:
sentada
y
Decúbitos:**
prono
y
supino.

**Salto
danzados.**

Una
de
las
razones
para
introducir
la
música
es
que
la
gente
se
hace
rígida
y la
música
que
se
ha
impuesto
a la
juventud,
provoca
la
pérdida

de
dicha
rigidez.

Dentro
del
Jazz
introduce
todas
sus
acepciones:
**Rag
time;
Swing;
Boogie
–
woogie
Y
Behop.**

LA
EDUCACIÓ
POR
EL
MOVIMIEN

Proviene
de
la
**escuela
francesa**
y es
la
educación
que
más
se
ha
impuesto,
tiene
tres
grandes
grupos:

Psicocinético
Aprendizaje
del
movimiento
físico
para
el
deporte.

Rehabilitación física
(
psicomotrici
Lapierre:
Para
rehabilitar
psicofísicam

Expresivo
/
Psicomotor.

Procede
de
**Jean
le
Boulch,**
francés:

Los
planteamien
teóricos
más
importantes
son:

**Formación
Esquema
corporal:**
Lateralidad
y
ajuste
corporal.

Coordinación
Dinámica
general
(
correr,
lanzar, andar

Visiomotora
(
empleo
de
objetos
).

**Coordinación
o
formación**

espacio

–

temporal

(
velocidades,
trayectorias,
cambios
de
dirección
y
ritmo,
cálculo
de
distancias..).

Se
basan
en
las
teorías
de
aprendizaje
motor
y en
las
teorías
de
evolución
del
niño
por
Piaget,
con
aspectos
básicamente
psicocinéticos

TEMA
15

El
Deporte
nace
en
Gran
Bretaña,
en
el s
XVIII
/
XIX,
pero

otra
tendencia
dice
que
surgió
desde
los
orígenes
del
hombre.

Pero
el
deporte
Moderno
nace
como
hemos
dicho
en
G.B,
pues:

Recuperan
el
concepto
de
**Olimpic
games,**
que
había
desaparecido
la
1ª
vez
que
aparece
la
palabra
es
en
la
obra
de
Enrique
IV
de
Shakespeare

**Robert
Rover,**
en

1604,
celebraron
unos
Juegos
Olímpicos
en
Gran
Bretaña
y
sin
periodicidad,
que
lo
han
celebrado
hasta
la
actualidad,
y
podemos
considerarlo
como
elemento
precursor
de
las
Olimpiadas.

Los
ingleses
siempre
han
sido
muy
aficionados
al
deporte. Intro
el
deporte
en
las
escuelas,
en
vez
de
hacer
Gimnasia
y el
deporte
forma
parte
de

su
sistema
educativo.

La
expansión
del
imperio
británico
durante
el
S.XIX,
ocasiona
que
allí
donde
iban
implantaban
el
deporte
como
elemento
de
distinción,
prácticamente
en
todo
el
mundo.

Son
los
que
reglamentan
y
crean
una
organización
(
clubs)
deportiva. Son
los
inventores
de
las
distancias
en
Atletismo,
Natación
y
Remo,
de

los
artefactos
de
lanzamiento
y
sus
medidas
y
pesos,
de
la
altura
de
las
vallas,
los
asaltos
en
Boxeo
y el
ring;
imponen
la
figura
del
árbitro
en
los
deportes;
deportes
como
el
Fútbol,
Rugby;
la
Hípica,
Golf,
Polo,..
los
reglan.

Son
los
primeros
que
transforman
una
serie
de
estilos
de
vida

agresivos,
de
guerra,
en
deportes.Son
los
primeros
en
civilizarse,
como
por
ejemplo:
el
cambio
del
duelo
por
un
combate
de
Boxeo;
sustituyen
la
espada,
por
llevar
un
bastón
en
la
mano;
las
alas
de
esgriam
las
transformar
en
Gimnasios;
transforman
los
torneos
medievales
en
carreras
de
caballos.

Dentro
de
la
sociedad

el
deporte
coge
fuerza
por
dos
razones:

**1.
Por
la
introducción
del
deporte
en
las
escuelas.**

**Por
la
movilidad
de
la
sociedad
británica.**

Es
considerado
como
introductor
del
deporte
en
las
escuelas
**Thomas
Arnold,**
dió
clases
en
el
Colegio
de
Rugby
y
luego
en
la
Universidad
de
Oxford,
y es

en
ambos
sitios
donde
lanza
esa
introducción
del
deporte
en
las
escuelas.
Estudió
filosofía
y se
encargaba
de
las
actividades
extraacadém

•
Los
ingleses
han
sido
una
sociedad
que
ha
conservado
las
formas
(la
monarquía
) ,y
ha
sido
siempre
dinámica.
La
Burguesía
ha
sido
muy
importante,
y se
ha
impuesto
a la
clase
noble.

El
valor
del
dinero
era
muy
importante.
Siempre
se
han
mezclado
los
ricos
con
los
pobres,
y
ello
ha
contribuido
a
ese
proceso
de
civilización
deportiva.
Además
eran
amantes
de
la
competición
y en
ella
se
enfrentaban
personas
de
diferentes
clases
sociales.

**Aspectos
Fundament
De
Sus
Teorías.**

Defiende
los
deportes
colectivos

frente
a
los
individuales.
alumnos
deben
educarse
con
unas
normas
sociales
y
ello
lo
beneficia,
ya
que
potencia
el
**asociacionis
deportivo**
(
grupos
).

Reestructura
los
horarios
académicos
en
base
a
estructurar
el
programa
educativo,
adecuado
para
el
aspecto
deportivo.En
1828
cuando
llega
al
Colegio
Rugby
encuentra
un
descontrol,
degradación
moral

y
lejos
de
imponer
una
disciplina
rígida,
les
da
autogobierno
y
potencia
su
autodominio
personal.
Crea
clubs
y
grupos
deportivos.

Aumenta
la
práctica
del
Ejercicio
físico
dejando
a
los
alumnos
elegir
los
deportes
a
los
que
jugar.

Potencia
la
competición
donde
se
exige
esfuerzo,
disciplina,
y es
un
modo
educativo.

Introduce las tradiciones populares inglesas y sus juegos reglamentados y pasan de ser un divertimento a un sistema institucional y educativo.

Motiva a los alumnos para competir con nobleza y honor, sabiendo perder y ganar.
Fair Play en la actualidad. Tiene potencia el tener valor para los deportes de lucha y la importancia se

centraba
en
el
individuo
dentro
del
grupo,
que
potenciaba
su
defensa
grupal
a la
individual.
(
Patriótico
).Este
modelo
deportivo
se
traslada
a la
sociedad.

Aparecen
dos
aspectos
del
deporte:
1850

**DEPORTE
PROFESIO**

**DEPORTE
AMATEUR**
(
Rugby
,
Atletismo..)
carácter
educativo
y el
deporte
profesional
se
caracterizaba
por
las
apuestas,
que
dinamizaban

el
deporte.

**Movimiento
Del
Olimpismo
Moderno.**

**Elementos
Precursores**

Dichos
elementos
lo
componen
aquellos
intentos
de
instalar
los
JJOO,
es
decir,
aspectos
organizaciones
las
excavaciones
arqueológicas
llevadas
a
cabo
en
Grecia
durante
el
S.XIX
en
OLIMPIA,
que
fueron
una
gran
motivación
para
la
instauración
en
1896.

**Precedentes
Organizativos
De**

**Los
JJOO.**

1604
–
Olimpic
Games
en
Cotswold
(
Inglaterra)

1834
–
Suecia;
Se
crea
la
Sociedad
Olímpica
que
en
1836
hace
unos
Juegos
Olímpicos
con
el
nombre
de
JJOO.

1838
–
Comité
organizador
Olímpico.

1858
–
Ordén
real
de
reinstauració
de
los
JJOO
en
Grecia.

1859

—

Se
celebran
los
JJOO
en
ámbito
griego.Se
implanta
pues
una
periodización
cada
4
años.

1875

—

Se
celebran
los
2
JJOO,
pero
ninguno
de
éstos
toma
auge
popular,
y
son
simplemente
precedentes.

Todo
esto
hace
que
en
1894,
se
celebre
en
París
el
primer
Congreso
Olímpico
y
con
la

participación
de
14
países.
Se
decide
crear
el
Comité
Olímpico
Internacional
que
en
1896
instaura
los
JJOO
que
son
los
primeros
en
Atenas,
y la
periodicidad
existente
de 4
años
de
separación
entre
ellos.

Se
elige
en
el
COI,
el
primer
presidente,
Bikelas
(
1894
–
1896
) , el
segundo
fue
P.
de
Coubertin

(
1896
—
1925
)
,
que
anteriormente
habia
sido
secretario.

Respecto
a
las
excavaciones
fueron
los
franceses
los
que
las
llevaron
a
cabo
en
un
primer
momento,
pues
localizaron
Olimpia. Luego
son
los
ingleses
los
que
las
inician,
pero
los
grandes
frutos
nacen
con
los
alemanes,
la
figura
más
importante
fue
Curtius,

entre
1875
—
1881,
donde
se
identifican
la
mayoría
de
los
edificios.

Una
segunda
fase
de
éstas
fue
entre
1922
—
1936.

**Teorías
de
P.
de
Coubertin.**

Nació
en
1863
y
muere
en
1937.

Estudió
Filosofía
y
Letras
en
la
Universidad
de
París
y
amplio
sus
estudios
en

Inglaterra,
desde
entonces
fue
un
gran
admirador
de
la
cultura
y
del
deporte
griego.
En
Inglaterra
se
apoyó
en
Thomas
Arnold.

Fue
un
enamorado
de
la
historia,
y
sobre
todo
del
mundo
griego,
era
un
buen
practicante
deportivo,
y
ayudó
a
reglamentar
algunos
deportes,
practicó:
Natación
,
Boxeo,
Esgrima,
Gimnasia,
Equitación..

Fue un buen organizador y contribuyó a la formación de los JJOO, presidió el COI y durante ese tiempo realizó grandes aportaciones

Destacamos 2 libros:

Pedagogía deportiva.
(**1920**)

Los Discursos.
(**1938**),
que recoge sus discursos.

En el primer libro habla de los efectos positivos que

la
práctica
de
la
Educación
física
tiene
sobre
los
niños,
plantea
algunas
observaciones
sobre

ejercicios
de
equilibrio,
euritmía
(o
rítmica
).
Era
partidario
del
rendimiento
deportivo
y
los
ejercicios
relacionados
con
ello,
pues
creaban
autodisciplina
era
partidario
de
la
polivalencia
deportiva,
y
no
de
la
especialización

Donde
más
destacó
fue

en
sus
aportaciones
a la
organización
de
los
JJOO,
él
es
uno
de
los
principales
redactores
de
la
**Carta
Olímpica**
(
serie
de
normas,
elementos
organizativo
de
participación
reconocen
los
Comités
olímpicos
internacional
y su
independencia
con
respecto
al
gobierno
de
cada
país
de
los
Comités
Olímpicos
Nacionales
).

**Aportaciones
Organizativas
Propias:**

El
carácter
cuatrianual
de
la
periodicidad
de
los
JJOO:
Cambio
de
sede
cada
4
años,
los
griegos
no
estuvieron
de
acuerdo
con
esto,
ya
que
hicieron
alguna
olimpiada
no
reconocida.

Es
el
inventor
de
la
existencia
del
Comité
Olímpico
Internacional
su
nombre,
su
idea
organizativa

La
idea
de
UNIVERSAL
de

los
JJOO,
pueden
participar
todo
el
mundo,
no
sólo
los
griegos.

Es
el
principal
redactor
de
la
**Carta
Olímpica**
y
de
los
reglamentos
organizativo

Pone
la
mayor
parte
del
**ritual
olímpico**
como:

- ♦ La
bandera
de
los
5
anillos
(
1896
).
- ♦ El
juramento
de
los
atletas
(
1920
).

- ♦ La **llamada** **olímpica** en el Esta **olímpico** no el **traslado** desde Ater **que** fue en 1936 por **idea** de los **ingleses** (1928).
- ♦ La **entre** de **med** la 1ª fue en 1904.
- ♦ La 1ª **gran** **Cerro** de **aper** (1932).
- ♦ El **desf** (1912).
- ♦ Los **griegos** **inter** **que** la

sede
del
COI
estuv
en
Ater
estan
en
un
prin
en
París
y
lueg
pasó
a
Laus
(
Suiz
).
1924

- ◆ **Evol**
Del
Mov
Olim
- ◆ **Cara**
De
Las
Dist
Etap
- ◆ **El**
mov
olím
com
en
1896
y
llega
hasta
el
2000
Sidn
hay
4
etap
difer
- ◆ **1ª**
ETA
Aba
desc
la
Olin

de
1896
hasta
la
de
1908
ama
inclu
♦ 2ª
ETA
Des
la
de
1912
hasta
la
de
1932
amb
inclu
♦ 3ª
ETA
Des
la
de
1936
hasta
la
de
1964
♦ 4ª
ETA
Des
la
de
1968
hasta
la
de
1980
♦ Y
otra
del
1980
hasta
1990
donc
apar
la
com
de
los

JJO
♦ 1ª
ETA
♦ Se
cara
por:
♦

