

## **Gimnasias: lineamiento histórico hasta la actualidad**

Mariana Gil

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

[Maru-96@hotmail.com](mailto:Maru-96@hotmail.com)

### **Resumen**

En este trabajo se presenta el lineamiento histórico de tres gimnasias características de los siguientes periodos: siglo XIX, primera mitad del siglo XX y actualidad. Para ello, se brindarán las características y definiciones necesarias de cada gimnasia característica de cada época considerada, para así conocer el desarrollo de la misma a lo largo de los años y su enseñanza en relación a sus prácticas.

**Palabras clave:** gimnasia sueca, gimnasia formativa, gimnasias.

### **Introducción**

En el presente trabajo se desarrollarán tres diferentes expresiones de la gimnasia de las cuales una pertenecerá al siglo XIX, otra a la primera mitad del siglo XX y para finalizar se focalizará en una gimnasia más contemporánea.

Entonces bien, se preguntarán ¿cuál es la finalidad de detallar las gimnasias en diferentes épocas? Con cada gimnasia característica de su momento histórico al que pertenece se puede visualizar su crecimiento a lo largo de los años. Se infiere que la gimnasia no fue siempre la misma, tuvo diferentes importancias a lo largo del tiempo y principalmente, diferentes concepciones. Y es ahí donde se abre paso otro camino no muy diferente, de acuerdo a lo que plantea el autor Bracht, V. (1995). Dentro del campo de la Educación Física surgen diferentes problemáticas: desfasaje de las prácticas con su tiempo histórico y una diferenciación de las mismas en cuanto a su enseñanza.<sup>1</sup>

En el desarrollo del trabajo se reflejarán las controversias que tuvieron las gimnasias de acuerdo a lo que se pensaba en cada época (hipótesis del desfasaje). Del mismo modo, si las mismas fueron perdiendo su carácter pedagógico debido a las múltiples y variados

---

<sup>1</sup> La hipótesis de desfasaje y la hipótesis de diferenciación quedan expuestos y desarrollados por Bracht, V. (1995) en "Epistemología de la Educación Física" citado en la bibliografía al final de este trabajo.

modos de enseñanza de las gimnasias a lo largo de la historia (hipótesis de la diferenciación).

Para empezar se brindará una definición de la gimnasia la cual queda expresada como una configuración de movimiento diferente a la del juego y deporte. Se caracteriza por ser sistemática e intencional, entendiendo como sistemática a la ejecución de la práctica con determinado orden y regularidad, e intencional por ofrecer la posibilidad de seleccionar actividades y ejercicios con fines determinados (Crespo, 2007, p.1). Asimismo, se descarta la posibilidad de definir a la gimnasia como una actividad física ahistórica y universal ya que la misma está atravesada por la cultura.

Como se destacó anteriormente, la gimnasia tiene la característica de ser histórica y/o cultural, es decir que la misma va a tener aportes y expresiones diferentes, correspondientes a cada momento histórico. También tiene como objetivo responder a diferentes demandas y concepciones del cuerpo de acuerdo a los diversos significados sociales de la época en la que se encuentra.

Por lo tanto, se puede afirmar que conserva todos los aportes que tuvo desde su creación. No existe una gimnasia totalmente aislada de su carácter cultural, para eso debe pensársela mirando hacia atrás y las clases deben darse mirando hacia adelante. Ellas no apuntan a lo novedoso: apuntan a lo permanente. (Giraldes, 2001, p. 8).

Entonces, ¿cuáles fueron algunas de las gimnasias características para cada parte de la historia? El análisis comenzará con una gimnasia característica del siglo XIX, luego se tomará una expresión de la gimnasia de la primer mitad del siglo XX y otra más contemporánea.

### **Gimnasia Sueca (Pehr Henrik Ling)**

Su creador es Pehr Henrik Ling (1776-1839) fue médico, militar y profesor de Esgrima, nacido en Suecia. Su preocupación se centró en los defectos posturales que presentaban los jóvenes. Su propuesta de gimnasia se caracteriza por una concepción anatómica, biológica y correctiva.

El método de Ling consta de ejercicios analíticos, en donde la mayoría de los mismos se realizan desde diferentes posiciones: de pie, sentado, acostado prono y/o supino (Díaz, C. 2007, p.1).

Estos ejercicios generalmente son acompañados con elementos tales como cuerdas, barras de suspensión y escalas de ondulación. Ling iba en busca de un objetivo principal: la postura correcta y la corrección de la misma a través de ejercicios, al mismo tiempo, su interés radicaba en que los jóvenes sean más sanos y resistentes. Se podría afirmar que los movimientos pertenecientes a este tipo de gimnasia se encuentran limitados al lugar. Además contempla ejercitaciones en forma de marcha, saltos, volteretas, como así también movimientos que otorguen agilidad y destreza. Lo que se busca es la alegría y adquirir la capacidad de resolución de problemas.

Ling dividió la Gimnasia en cuatro ramas: la pedagógica: responde al concepto actual de Gimnasia Educativa; la militar: referida a ejercicios con armas, principalmente de esgrima; la médica: comprende el movimiento empleado como terapéutico y la estética: encaminada a la práctica del ballet, recomendando la danza y los bailes populares suecos (Zagalaz, 2001).

Este médico, además de ser destacado por la creación de diferentes ejercicios correctivos para los jóvenes, se le asigna como autor de palabras de tipo gimnástico tales como balanceos, circunducciones, ballesteos, torsiones, cambio de peso, rotaciones, etc. (Carballo, C. y Hernández, N. 2002, p.24). Siguiendo esta misma línea de atribuciones al creador de la Gimnasia Sueca, se puede agregar la creación de aparatos de tipo correctivos fijos: el espaldar, banco sueco y de tipo móviles: cajones pequeños para ampliar movimientos.

Para finalizar, es importante resaltar que Ling junto a su hijo Hjalmar Ling (1820-1886), fundó el Real Instituto Central de Gimnasia de Estocolmo (ICG), propagando así, sus ideas para toda la comunidad.

### **Gimnasia Natural Austriaca (Gaulhoffer y Streicher)**

Sus creadores son Karl Gaulhofer (1885-1941) y Margarete Streicher (1891-1983) de nacionalidad Alemana. Fundaron la Gimnasia Natural Austríaca como una forma de reacción ante los ejercicios excesivamente militarizados y las actividades dirigidas que impedían el correcto desarrollo del niño. Estaban en contra de las formas rígidas y estereotipadas, con numerosos ejercicios de orden de las escuelas gimnásticas que predominaban en la época (Giraldes, M. 1986, p.127).

Una clase de este tipo de gimnasia incluía: ejercicios compensatorios o correctivos; ejercicios de formación técnica; ejercicios de performance (similar a los deportivos) y

ejercicios artísticos (similares a los de la gimnasia deportiva). Todos estos se realizaban en un medio preferentemente natural tales como bosques, praderas, laderas de monteras, márgenes de ríos, entre otros (Carballo, C. y Hernández, N. 2002, p.28). La búsqueda de esta gimnasia residía en el retorno a la naturaleza, a su ambiente y a su comunidad, para lograr una integración grupal y una formación del carácter a través de la actividad física.

La Gimnasia Natural Austríaca tiene como finalidad lograr el desarrollo del hombre en toda su integridad, ofreciendo para ello formas naturales de movimiento, en íntima relación con el juego y la naturaleza. Su método constaba de ejercicios de calentamiento como juegos y carreras. Luego como parte principal de la clase, se realizaban ejercicios que comprometían al tronco; ejercicios relacionados a las capacidades de equilibrio: utilizando bancos suecos, barras de equilibrio; de habilidad: ejercicios en el suelo y con aparatos; de fuerza y por último de saltos de altura, carreras y marchas para el desarrollo de la resistencia y la velocidad al aire libre (SportAqus, 2011, p. 10).

### **Gimnasia Formativa (Mariano Giraldes)**

Su creador es Mariano Giraldes de nacionalidad Argentina, Profesor de Educación Física egresado del INEF de San Fernando. Posee diferentes especializaciones y capacitaciones en Alemania, Francia, España, Suecia y Estados Unidos. Creó la Gimnasia Formativa teniendo como interés principal las características de niños y adolescentes, diagnosticando sus déficits, desarrollando sus capacidades tanto condicionales como perceptivas, incluyendo el juego y la música como elemento motivador. Además de la importancia para Giraldes de que ese mismo método pueda ser capaz de adaptarse a las condiciones escolares. (Carballo, C. y Hernández, N. 2002, p.32).

Esta gimnasia pretende que el hombre aprenda a utilizar su destreza para generar conocimientos, hábitos y actitudes que le permitan satisfacer sus necesidades. Como sigue afirmando Giraldes, M. (1986, p.9), la posibilidad de hacer uso de la destreza es lo que realmente es la educación.

La Gimnasia Formativa pretende crear situaciones en la que existen procesos de reflexión y todo ejercicio que se proponga debe ser un ejercicio de razonamiento. Lejos de toda concepción militarista, mecanicista y/o biológica- anatómica del cuerpo, esta gimnasia busca educar al individuo a través de diferentes ejercicios, que tengan como

objetivo obtener el mayor aprovechamiento y economía, para el eficiente manejo del cuerpo en la vida cotidiana.

Así, el objetivo de este tipo de gimnasia está orientado a tener una buena relación con el propio cuerpo y con el de los demás, atendiendo todas las problemáticas, inquietudes y características que pueda tener cada alumno.

### **Gimnasias y Educación Física: ¿Por qué Gimnasias y no Gimnasia?**

Ahora bien, habiendo ya analizado el recorrido de algunas gimnasias correspondientes a cada época de la historia, se pasará a la temática de la relación entre éstas y la Educación Física. Pero antes de empezar ¿Por qué Gimnasias y no Gimnasia? Según Crespo, C. (2005, p. 253) cuando nos referimos a Gimnasia, tendencialmente la palabra queda expuesta a un mero concepto que se torna universal, abstracto y descontextualizado como ahistórico también. Y como ya se afirmó anteriormente tiene más que ver con una construcción histórica social y/o cultural, no es universal ni mucho menos algo vacío sin contenido.

De este modo, la Educación Física se fue apropiando de diferentes prácticas de gimnasia consideradas de importancia en el contexto social de turno y, a su vez, la relación entre las mismas fue cambiando de tonalidad respecto a los cambios también sufridos en su propio campo Crespo, C. (2005, p. 253). Con esto, se puede decir que a lo largo del tiempo, el campo de la Educación Física fue marcando a las gimnasias de sus propias concepciones en cuanto a su construcción histórica y sus consecuentes objetivos sociales.

Ahora bien ¿qué sucede con las gimnasias anteriormente expresadas, en relación a su época? ¿Se encontraban en desfasaje con respecto a su tiempo histórico?

Tal como afirma Bracht, V. (1995, p. 47), el sub universo simbólico propio de la modernidad de la Educación Física tenía un elemento importante: la ciencia de carácter mecanicista, que legitimaba la visión mecánica del cuerpo. Siguiendo este pensamiento propio de la época y relacionándolo a la definición que se brindó sobre la Gimnasia Sueca, se puede decir que ésta no se encontraba en desfasaje con respecto a su momento histórico, ya que esta práctica se caracterizaba por tener una orientación anatómica, biológica y correctiva, bajo una concepción de cuerpo mecánico en donde el objetivo radicaba en la búsqueda de la perfección de la técnica.

En referencia a la Gimnasia Natural Austríaca anteriormente detallada, puede decirse que no se encuentra mucha diferencia con respecto a lo que se pensaba en el siglo XIX, ya que la misma nació en contra de un carácter militarista utilizando ejercicios de marchas y en masa; también se encontraba en oposición al carácter rígido de las demás gimnasias pertenecientes a la época. Entonces, esta gimnasia sí se encontraba en desfasaje a las creencias de su momento histórico ya que la misma se oponía totalmente a esas concepciones, buscando una revelación en las prácticas ya establecidas en esa época. Tal como lo afirmó Giraldes, M. (1986, p.127) fue toda una revolución pedagógica para esos momentos.

Con respecto a la actualidad, en lo que se denomina la época de Alta Modernidad, estaría ocurriendo un desfasaje. Existe una problematización con respecto a la Educación Física y la gimnasia que se enseña en la escuela. Es decir, la misma se encuentra en desfasaje en relación a su momento histórico actual. La gimnasia perteneciente a la Alta Modernidad no logra ajustarse a los requerimientos y/o demandas del momento.

Se puede afirmar que las prácticas de gimnasia que brinda la Educación Física en la escuela hoy en día no son muy diferentes a la que brindaban tiempo atrás. La gimnasia más bien contemporánea responde a demandas de un momento histórico pasado y el problema está en que esas demandas ya no son las mismas que las de la hoy en día, las concepciones de cuerpo cambiaron, los intereses de los alumnos cambiaron y por último (y no menos importante) la gimnasia cambió, surgieron diferentes ramas y/u orientaciones a partir de la misma. Un ejemplo de una orientación moderna (que se encuentra definido en este trabajo), es la Gimnasia Formativa en donde se fusiona la gimnasia con el juego y la música, acompañado de la búsqueda del desarrollo de las capacidades condicionales y perceptivas

Resulta significativa que la Educación Física adopte la construcción de nuevos conceptos y/o la re significación de los antiguos a partir de nuevos principios o demandas que se están consolidando a fines del siglo XX y principios del XXI (Bracht, V. (1995).

No solamente existe una problemática de desfasaje dentro del campo de la Educación Física sino que también Bracht V. (1995, p. 52) afirma y agrega otra problemática relacionada a la diferenciación que existe dentro del mismo campo. El autor afirma que es posible hablar de una “des-pedagogización” de las prácticas corporales, en donde la

Educación Física salió del ámbito escolar y comenzó a instalarse en otros ámbitos. El riesgo se encuentra en la falta de educación de las prácticas. De a poco va perdiendo su sentido pedagógico en cuanto a la cantidad y variedad de las mismas (prácticas) que nace desde la Educación Física algunas y otras por asociaciones/instituciones privadas no vinculadas al campo mencionado.

Ahora bien, con respecto a las gimnasias que se mencionaron en este mismo trabajo, estas quedan excluidas de la hipótesis de diferenciación que plantea Bracht V. (1995) ya que la Gimnasia Sueca, la Gimnasia Natural Austriaca y la Gimnasia Formativa tienen un fuerte sentido pedagógico. Ya sea orientado a la búsqueda de la corrección de la postura, a una obtención del desarrollo del hombre en toda su integridad ofreciendo para ello formas naturales de movimiento, como así también una orientación al desarrollo de las capacidades tanto condicionales como perceptivas del alumno.

### **Conclusión**

De acuerdo a lo analizado en el trabajo se podría afirmar que existió cierta conexión de las gimnasias a lo largo de la época. Pero esto no quiere decir que todas las gimnasias que pasaron y pasan en la historia están relacionadas.

Se puede destacar que la Gimnasia Sueca respondía efectivamente al pensamiento de ese período pero que sin embargo, la Gimnasia Natural Austriaca se oponía fuertemente a la concepción de su tiempo. De hecho, nació en contra del carácter impuesto en ese momento y redobló la apuesta proponiendo prácticas (con sus respectivas concepciones) que iban en contraposición. También, las gimnasias conllevan un fuerte sentido pedagógico y surgieron para educar, para buscar una solución a los diferentes problemas que se presentaban en la época.

Con respecto a la Gimnasia Formativa, es una buena propuesta para ponerla en práctica pero que, lamentablemente, no se le da importancia. Hoy en día, la gimnasia en la escuela queda relegada solamente a la entrada en calor en donde cabe señalar que la Educación Física brinda una propuesta que se encuentra desfasada al momento histórico en el que nos encontramos. Es decir, sigue otorgando el mismo tipo de gimnasia de hace tiempo atrás y no da lugar a las nuevas propuestas que están surgiendo.

Entonces... ¿no sería necesario que la Educación Física escolar replantee sus prácticas? Una opción podría ser la de incluir una práctica de gimnasia que tenga que ver con la

actualidad, que logre educar y a su vez que no quede relegada simplemente a una parte inicial de la clase, algunos ejemplos podrían ser: clases de fuerza, de resistencia, de flexibilidad, se podrían utilizar elementos como no. La propuesta radicaría en brindar alternativas diferentes que puedan ser aplicables a la vida cotidiana siendo significativa para el alumno pero sin dejar de lado algo fundamental y es que la gimnasia no debe perder nunca su sentido pedagógico porque una gimnasia que no educa, no es gimnasia.

### **Bibliografía:**

- Bracht, V. (1995) "Epistemología de la Educación Física", Conferencia dictada en el *Segundo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencia*. Departamento de Educación Física, FaHCE - UNLP, La Plata
- Carballo, C. y Hernández, N. (2002) "*Cronología del Deporte y la Gimnasia*." Editorial Mimeo
- Crespo, C. (2007) "*Desandar la gimnasia. De la práctica social a la práctica educativa*." Editorial Mimeo
- Crespo, C. (2015) Entrada: "Gimnasia, Gimnasias", en: Carballo, C. (Coordinador) *Diccionario Crítico de la Educación Física Académica: rastreo y análisis de los debates y tensiones del campo académico de la educación física en Argentina*. Prometeo Libros, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Díaz, Constanza y cols. (2007) *Corrientes gimnásticas: GIMNASIA SUECA Y NEOSUECA*. Recuperado de: <http://historiaefi.blogspot.com/2007/05/corrientes-gimnasticas-gimnasia-sueca-y.html>
- Giraldes, M. (1986) *Gimnasia formativa: para la niñez y la adolescencia*. Editorial Stadium, Buenos Aires.
- Giraldes, M. (2001) *Gimnasia El futuro anterior. De rechazos, retornos y renovaciones*. Editorial Stadium, Buenos Aires.
- SportAqus. (2011). Los sistemas naturales en Educación Física. Evolución y aspectos técnicos. Aplicaciones actuales. Recuperado de: <https://sportaquasarticulos.files.wordpress.com/2011/04/tema-10.pdf>
- Zagaláz Sánchez, M. Luisa (2001) *Corrientes y Tendencias de la Educación Física*. Editorial INDE. Recuperado de: <https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=oeMyulhEIgsC&oi=fnd&pg>

[=PA5&dq=%EF%80%AD%09Zagal%C3%A1z+S%C3%A1nchez,+M.+Luisa+\(2001\)+Corrientes+y+Tendencias+de+la+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica.&ots=KiydWyuzs5&sig=G1BJLeUh6xi5IrwU9DJcdESLb9A&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](#)