



DATOS IDENTIFICATIVOS

Fundamentos de los deportes gimnásticos

| | | | | |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura | Fundamentos de los deportes gimnásticos | | | |
| Código | P02G050V01404 | | | |
| Titulación | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte | | | |
| Descriptores | Creditos ECTS | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
| | 9 | OB | 2 | 2c |
| Lengua Impartición | | | | |
| Departamento | Didácticas especiales | | | |
| Coordinador/a | Gutierrez Sanchez, Agueda | | | |
| Profesorado | Fernández Villarino, María de los Ángeles Gutierrez Sanchez, Agueda | | | |
| Correo-e | agyra@uvigo.es | | | |
| Web | | | | |
| Descripción general | | | | |

Competencias de titulación

| | |
|--------|--|
| Código | |
| A1 | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| A3 | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte |
| A4 | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas |
| A5 | Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar |
| A6 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte |
| A7 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles |
| A10 | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo |
| A12 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo |
| A15 | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud |
| A17 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud |
| A18 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados |
| A24 | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| A26 | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa |
| A29 | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa |
| B1 | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |
| B2 | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte |
| B3 | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte |

| | |
|-----|---|
| B4 | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte |
| B5 | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano |
| B7 | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana |
| B8 | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana |
| B9 | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del ejercicio físico, juego motor, danza, expresión corporal y actividades en la naturaleza |
| B10 | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte |
| B12 | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |
| B13 | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional |
| B14 | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones |
| B15 | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| B18 | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte |
| B19 | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud |
| B21 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas |
| B23 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad |
| B24 | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional |

Competencias de materia

| Resultados previstos en la materia | Resultados de Formación y Aprendizaje | |
|---|--|-------------------------------------|
| Identificar los elementos y parámetros que configuran la estructura de las modalidades gimnásticas: aspectos reglamentarios, espacios de acción, habilidades técnicas, habilidades manipulativas, habilidades coreográficas, etc. | | B1 B7 B8 B10 |
| Saber cuáles son las características y demandas fundamentales para el aprendizaje de las habilidades específicas de los deportes gimnásticos. | | B2 B3 B4 B10 B12 B14 |
| Comprender los diferentes ámbitos de aplicación de los deportes gimnásticos y conocer los objetivos y metodologías adecuadas a cada contexto. | A5 A7 A17 A24 | B10 B15 B18 |
| Disponer de los fundamentos y contenidos didácticos que permitan desarrollar proceso de enseñanza-aprendizaje relacionados con las habilidades gimnásticas. | A1 A3 A4 A5 | B3 B5 B7 B10 B15 |
| Utilizar los principios técnicos y los recursos metodológicos que permitan al alumnado intervenir, desde la perspectiva educativa o deportiva, en relación a las habilidades gimnásticas. | A1 A6 | B21 B23 |
| Adquirir los conocimientos de desarrollo de la condición física específica, adaptada a las actividades gimnástico-acrobáticas, así como asociar éstas con el desarrollo de las capacidades psicomotoras. | A3 A6 | B7 B8 B19 |
| Dominar las técnicas gimnásticas para su correcta aplicación en cuanto a los aspectos de seguridad en la ejecución (ayuda y colocación del material) | A4 A6 A10 A12 A15 A18 A26 A29 | B5 B7 |
| Aplicar adecuadamente diferentes recursos didácticos (establecimiento de objetivos, feedback, refuerzos, etc.) para mejorar movimientos técnicos de estos deportes. | A1 | B10 |
| Aceptar las actividades gimnástico-acrobáticas para que los futuros docentes las transmitan y desarrollen en el uso de su libertad profesional. | | B1 B13 B24 |
| Diseñar y aplicar instrumentos de observación sistemática para identificar o corregir modelos de ejecución propios de estos deportes | A1 A5 | B10 |

Experimentar y desarrollar habilidades de carácter coreográfico, tanto de tipo individual como colectivas, favoreciendo la capacidad del alumnado para la elaboración de producciones creativas mediante el encadenamiento de las habilidades desarrolladas en la materia.

B9
B10

Contenidos

| Tema | |
|---|--|
| Teórico. 1. Conceptos preliminares | T.1.1. Los deportes gimnásticos en el contexto de la actividad física y del deporte |
| BLOQUE RÍTMICO-EXPRESIVO | |
| Teórico. 2. Iniciación a las habilidades técnicas y su didáctica | T.2.1. Habilidades técnicas corporales T.2.2. Habilidades técnicas manipulativas |
| Teórico. 3. Iniciación a las habilidades artísticas y su didáctica | T.3.1. El proceso compositivo en el ámbito de las habilidades gimnásticas |
| Teórico. 4. Los deportes gimnásticos como recurso educativo | T.4.1. Los deportes gimnásticos en el curriculum educativo: objetivos, metodología, evaluación, tareas, materiales, etc. T.4.2. Adaptaciones metodológicas en diferentes contextos educativos |
| Práctico. 1. Parámetros espacio-temporales en las habilidades gimnásticas rítmico-expresivas | P.1.1. El acompañamiento musical P.1.2. El espacio de acción. |
| Práctico. 2. La danza como base de las habilidades técnicas corporales | P.2.1. Posición corporal básica. P.2.1.1. Descripción. P.2.1.2. Aspectos técnicos fundamentales. P.2.1.3. Errores típicos P.2.1.4. Progresión metodológica P.2.2. Elementos de la danza: pliés, jettés. relevé P.2.2.1. Descripción. P.2.2.2. Aspectos técnicos fundamentales. P.2.2.3. Errores típicos P.2.2.4. Progresión metodológicas. |
| Práctico 3. Las habilidades corporales de equilibrio | P.3.1. Descripción. P.3.2. Aspectos técnicos fundamentales. P.3.3. Errores típicos P.3.4. Progresión metodológica |
| Práctico. 4. Las habilidades corporales de giro | P.4.1. Descripción. P.4.2. Aspectos técnicos fundamentales. P.4.3. Errores típicos P.4.4. Progresión metodológica |
| Práctico. 5. Las habilidades corporales de salto | P.5.1. Descripción P.5.2. Aspectos técnicos fundamentales P.5.3. Errores típicos P.5.4. Progresión metodológica |
| Práctico. 6. Las habilidades manipulativas de los aparatos de gimnasia rítmica | P.6.1. Habilidades manipulativas comunes P.6.1.1. Descripción P.6.1.2. Aspectos técnicos fundamentales P.6.1.3. Errores típicos P.6.1.4. Criterios de variación P.6.1.5. Progresión metodológica P.6.2. Habilidades manipulativas específicas: aro, pelota, cuerda, mazas, cinta. P.6.2.1. Descripción P.6.2.2. Aspectos técnicos fundamentales P.6.2.3. Errores típicos P.6.2.4. Criterios de variación P.6.2.5. Progresión metodológica |
| Práctico. 7. El proceso compositivo en los deportes gimnásticos. | P.7.1. Fases del proceso compositivo P.7.2. Exposición del ejercicio gimnástico creado P.7.3. Evaluación del ejercicio gimnástico |
| BLOQUE GIMNÁSTICO-ACROBÁTICO | |
| Teórico 1. Desarrollo biomecánico y metodológico de los elementos gimnásticos preacrobáticos. | T.1.1. Principio biomecánico de los rodamientos gimnásticos. T.1.2. Bases teóricas de los equilibrios gimnásticos T.1.3. Aspectos de organización espacial y dinámica de los saltos de caballo y de trampolín. T.1.4. Didáctica específica de la gimnasia. |
| Teórico 2. Conocimiento de los principios dinámicos de los saltos acrobáticos. | T.2.1. Organización espacial de los saltos acrobáticos. T.2.2. Características dinámicas aplicadas a los grupos estructurales de los saltos acrobáticos. T.2.3. Conocimiento y respuesta dinámica del material gimnástico. |

| | |
|---|---|
| Teórico 3. Aspectos organizativos en el ámbito gimnástico. | T.3.1. Orígenes y evolución de la disciplina gimnástica. T.3.2. Valoración y juicio de los concursos gimnásticos. T.3.3. Desarrollo actual en el ámbito gimnástico |
| Practico 1. Elementos gimnásticos de nivel escolar (preacrobáticos) | P.1.1. Rodamientos. Dominio técnico y metodológico. P.1.2. Equilibrios gimnásticos. Dominio técnico y metodológico. P.1.3. Saltos de caballo y de trampolín. Dominio técnico y metodológico. |
| Practico 2. Elementos gimnásticos acrobáticos | P.2.1. Volteos libre en suelo. Dominio técnico y metodo-lógico. P.2.2. Saltos de suelo adelante y laterales con impulso de una pierna. Dominio técnico y metodológico. P.2.3. Ballestas de suelo. Dominio técnico y metodológico. P.2.4. Saltos atrás en suelo con apoyo de manos intermedio. Dominio técnico y metodo-lógico. |
| Teórico-Practica 3. La Gimnasia Acrobática en el ámbito educativo | T-P.3.1. Las presas de manos. Los diferentes roles del alumnado T-P. 3.2. Medidas metódicas para su enseñanza T-P.3.3. Posiciones básicas individuales. Formaciones básicas y grupales: Figuras corporales y Pirámides humanas. |

Planificación

| | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|---|----------------|----------------------|---------------|
| Sesión magistral | 30 | 60 | 90 |
| Prácticas de laboratorio | 30 | 30 | 60 |
| Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma | 16 | 16 | 32 |
| Tutoría en grupo | 4 | 8 | 12 |
| Prácticas autónomas a través de TIC | 0 | 2 | 2 |
| Presentaciones/exposiciones | 2 | 2 | 4 |
| Pruebas de respuesta corta | 2 | 0 | 2 |
| Informes/memorias de prácticas | 0 | 21 | 21 |
| Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas. | 2 | 0 | 2 |

*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

Metodologías

| | Descripción |
|--|---|
| Sesión magistral | Exposición del profesorado sobre las ideas y contenidos básicos de la materia |
| Prácticas de laboratorio | Vivenciación de los contenidos prácticos de la asignatura guiados por el profesorado |
| Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma | (*)Se planteará el desarrollo de una coreografía que tendrá por referencia una de las modalidades gimnásticas tratadas en el desarrollo de la materia |
| Tutoría en grupo | (*)Resolución de problemas relacionados con el desarrollo de la materia y la realización de trabajos en horas destinadas para ello |
| Prácticas autónomas a través de TIC | (*)Se plantearán pequeñas tareas y resolución de problemas que se resolverán virtualmente mediante la plataforma de teleformación Tem@ |
| Presentaciones/exposiciones | (*)Ejecución y exposición de la coreografía elaborada en colaboración con los compañeros |

Atención personalizada

| Metodologías | Descripción |
|-------------------------------------|--|
| Tutoría en grupo | Este tiempo está reservado para atender y resolver las dudas del alumnado. La atención será individual y en grupos reducidos, en función del carácter de la atención. Cuando sea individual tendrán lugar en el despacho de el/la docente, por videoconferencia o por mail. Estas actividades tienen como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. Se desarrollará, además de las tutorías específicas para la materia, a través del correo electrónico y del uso de la plataforma de teleformación Tem@ |
| Prácticas autónomas a través de TIC | Este tiempo está reservado para atender y resolver las dudas del alumnado. La atención será individual y en grupos reducidos, en función del carácter de la atención. Cuando sea individual tendrán lugar en el despacho de el/la docente, por videoconferencia o por mail. Estas actividades tienen como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. Se desarrollará, además de las tutorías específicas para la materia, a través del correo electrónico y del uso de la plataforma de teleformación Tem@ |

Evaluación

| | Descripción | Calificación |
|------------------|--|--------------|
| Sesión magistral | Se valorará cuantitativamente la asistencia a las clases | 50 |

| | | |
|---|---|----|
| Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma (*) | Elaboración de una coreografía final, presentación y exposición de las sesiones trabajadas en la práctica | 20 |
| Informes/memorias de prácticas | BLOQUE HGA. Presentación de un trabajo escrito sobre los temas tratados en las sesiones prácticas. | 15 |
| Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas. | (*)Realización de una coreografía y desarrollo y puesta en práctica de una progresión de un elemento gimnástico | 15 |

Otros comentarios sobre la Evaluación

BLOQUE: HABILIDADES GIMNÁSTICO-ACROBÁTICAS

- Para que cada una de las pruebas de prácticas de laboratorio y de memoria de prácticas pueda considerarse superada deberá alcanzar el 40% de su nota máxima. La suma de ambas pruebas deberá alcanzar el 50%.

-La superación de la asignatura se consigue si la suma de los tres factores alcanza o supera el 5.

- Para la segunda convocatoria se respetarán los factores superados de la primera.

BLOQUE: HABILIDADES RÍTMICO-EXPRESIVAS

Fuentes de información

- Canalda, A., **Gimnasia rítmica Deportiva. teoría y práctica**, 1998,
- Fernández, A., **Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos**, 1989,
- Fernández, A., **Gimnasia Rítmica**, 1991,
- Lisitskaya, T., **Gimnasia Rítmica. Deporte y entrenamiento**, 1995,
- Martínez, A., **La gimnasia rítmica. Un planteamiento educativo motriz**, 1992,
- Martínez, A., **La gimnasia rítmica. Metodología**, 1992,
- Cassagne, M., **Gymnastique Rythmique Sportive**, 1990,
- Ereño, C., **Iniciación a la gimnasia rítmica deportiva: principios metodológicos y formas de desarrollo de la creatividad motriz**, 1993,
- Gaio, R., **Ginástica Rítmica Desportiva "Popular": Una propuesta educacional**, 1996,
- Martínez, A., **Dimensión Artística de la Gimnasia Rítmica**, 1997,
- Martínez, A., **Fundamentación coreográfica de la gimnasia rítmica deportiva: calidad técnica y expresiva del movimiento y su estrecha relación con la música**, 1998,
- Martínez, A., **Aproximación al deporte a través de los principios artísticos: creatividad, expresión y estética**, 1999,
- Martínez, A. y Díaz, M.P., **Las actividades gimnásticas como recurso para el desarrollo de la creatividad motriz**, 2002,
- Mendizábal, S. y Mendizábal, I., **Iniciación a la Gimnasia Rítmica I**, 1985,
- Sierra, E., **Actividades Gimnásticas: Gimnasia Rítmica Deportiva**, 1993,
- Albadalejo, L., **Aeróbic para Todos**, 1996,
- Liarte, T. y Nonell, R., **Diver-Fit. Aáerobic y fitness para niños y adolescentes**, 1998,
- Quintana, A., **Ritmo Y Educación Física**, 1997,
- Sánchez, D., **Bases para la enseñanza del Aeróbic**, 1999,
- Vernetta, M.; López, J. y Panadero, F., **Unidades Didácticas para secundaria XI. Aprendizaje de las habilidades gimnásticas. Una propuesta a través de minicircuitos.**, 2000,
- Vernetta, M.; López, J. y Panadero, F., **El Acrosport en la escuela.**, 2001,
- Viciano, V. y Arteaga, M., **Las actividades coreográficas en la escuela. Barcelona. Ed. Inde.**, 1997,
- Vernetta, M.; Gutiérrez, A. y López, J., **El Aeróbic Deportivo en la Educación Física. Iniciación a través del juego.**, 2003,
- Gutiérrez, A. y Vernetta, M., **Gimnasia Aeróbica Deportiva: propuesta de U.D. a través del juego**, 2007,

Referencias Bibliográficas de las HABILIDADES GIMNÁSTICO-ACROBÁTICAS

Básicas

- SÁEZ PASTOR, F. (2003) *Gimnasia Artística. Los Fundamentos de la Técnica*. Ed. Biblioteca Nueva. Madrid
- MANONI, A. (1993). *Biomecánica e dividione strutturale della ginnasia artistica*. Ed. Sociatá Stampa Sportica.Roma,
- SMLEUSKIY y GASVERDOUSKIY (1993) *Tratado General de Gimnasia Artística Deportiva*; Ed. Paidotribo. Barcelona
- AGOSTI, L. (1974) *Gimnasia Educativa*. Editorial Edisa S.A. Madrid

- BÄUMLER y SCHNEIDER (1989) *Biomecánica deportiva*. Editorial: Martínez Roca. Barcelona.
- BRIDOUX, A. (1991) *Gymnastique Sportive. Son enseignement en milieu scolaire*. París. Ed. Amphora
- CARTONI, A. C. y PUTZU, D. (1990) *Ginnastica Artistica Femminile*. Edi. Ermes. Milan
- ESTAPÉ, E. (2002) *La Acrobacia en la Gimnasia Artística*. Ed. Inde. Barcelona
- FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE GIMNASIA: (2005) *Código de puntuación femenino*, última edición
- GINÉS, J. (1987) *Iniciación al minitramp*. Ed. Alambra. Madrid, (¿agotado?)
- JUNYENT, V. y MONTILLA, M. (2000) *1023 ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas*. Ed. Paidotribo. Barcelona
- LANGLADE, A y REY de L., N. (1986) *Teoría general de la gimnasia*. Ed.: Stadium. Buenos Aires
- LLOYD R. (1993) *Manual de entrenamiento de gimnasia deportiva*. Ed. Paidotribo, Barcelona,
- MOSSTON, M. y ASHWORTH, S. (1993) *La Enseñanza de la Educación Física*. Ed.: Hispano Europea. Barcelona,
- PILA TELEÑA, A (1983). *Educación Físico Deportiva, enseñanza-aprendizaje*. Ed. Pila Teleña. Madrid,
- SÖLVEBORN, Even-A. *Stretching*. Ed (1989). Martínez Roca. Barcelona,
- UKRAN, M.L. (1978) *Gimnasia Deportiva*. Ed. Acribia

Recomendaciones
