



DATOS IDENTIFICATIVOS

Fundamentos dos deportes ximnásticos

Materia	Fundamentos dos deportes ximnásticos			
Código	P02G050V01404			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	9	OB	2	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Gutierrez Sánchez, Águeda Fernández Villarino, María de los Ángeles			
Profesorado	Fernández Villarino, María de los Ángeles Gutierrez Sánchez, Águeda			
Correo-e	agyra@uvigo.es marianfv@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	Os deportes ximnásticos son aqueles incluídos na Federación Internacional de Ximnasia. Nesta materia abordaranse os fundamentos técnicos e didácticos destes deportes de forma pomenorizada en dous grandes bloques: 1. Habilidades Rítmico-Expresivas. Ximnasia Aeróbica, Ximnasia Rítmica e Ximnasia para Todos. 2. Habilidades Ximnástico-Acrobáticas. Ximnasia Artística, Ximnasia Acrobática e Trampolín			

Competencias de titulación

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo
A15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
A18	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados
A24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa

A29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B19	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional

Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Identificar os elementos e parámetros que configuran a estrutura das modalidades ximnásticas: aspectos regulamentarios, espazos de acción, habilidades técnicas, habilidades manipulativas, habilidades coreográficas, etc.	B1 B7 B8 B10	
Saber cales son as características e demandas fundamentais para a aprendizaxe das habilidades específicas dos deportes ximnásticos.	B2 B3 B4 B10 B12 B14	
Comprender os diferentes ámbitos de aplicación dos deportes ximnásticos e coñecer os obxectivos e metodoloxías adecuadas a cada contexto.	A5 A7 A17 A24	B10 B15 B18
Dispor dos fundamentos e contidos didácticos que permitan desenvolver proceso de ensino-aprendizaxe relacionados coas habilidades ximnásticas.	A1 A3 A4 A5	B3 B5 B7 B10 B15
Utilizar os principios técnicos e os recursos metodolóxicos que permitan ao alumnado intervir, desde a perspectiva educativa ou deportiva, en relación ás habilidades ximnásticas.	A1 A6	B21 B23
Adquirir os coñecementos de desenvolvemento da condición física específica, adaptada ás actividades ximnástico-acrobáticas, así como asociar estas con o desenvolvemento das capacidades psicomotoras.	A3 A6	B7 B8 B19
Dominar as técnicas ximnásticas para a súa correcta aplicación en canto aos aspectos de seguridade na execución (axuda e colocación do material)	A4 A6 A10 A12 A15 A18 A26 A29	B5 B7

Aplicar adecuadamente diferentes recursos didácticos (establecimiento de obxectivos, feedback, reforzos, etc.) para mellorar movementos técnicos destes deportes.	A1	B10
Aceptar as actividades ximnástico-acrobáticas para que os futuros docentes transmítanas e desenvolvan no uso da súa liberdade profesional.		B1 B13 B24
Deseñar e aplicar instrumentos de observación sistemática para identificar ou corrixir modelos de execución propios destes deportes.	A1 A5	B10
Experimentar e desenvolver habilidades de carácter coreográfico, tanto de tipo individual como colectivas, favorecendo a capacidade do alumnado para a elaboración de producións creativas mediante o encadenamiento das habilidades desenvolvidas na materia.		B9 B10

Contidos

Tema		
Tema 1. Os deportes ximnásticos no contexto das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	1.1. Conceptos preliminares dos deportes ximnásticos: Clasificación.	
BLOQUE RÍTMICO-EXPRESIVO.	*P.2.1. Elementos claves da música	
A. XIMNASIA AERÓBICA	*P.2.2. A iniciación a través do xogo da Ximnasia Aeróbica.	
Tema 2. A música e os Pasos Básicos de Ximnasia Aeróbica.	*P.2.3. Os pasos básicos como soporte dos deseños *coreográficos	
	*P.2.4. As opcións coreográficas en Ximnasia Aeróbica	
Tema 3. Introducción ao estudo da Ximnasia Aeróbica e o seu campo de aplicación	3.1. A Ximnasia Aeróbica de Competición	
	3.2. A Ximnasia Aeróbica no ámbito escolar	
	3.3. A Ximnasia Aeróbica Recreativa/Saúde	
Tema 4. A Ximnasia Aeróbica Deportiva	4.1. Orixes e Evolución	
Tema 5. Características básicas das habilidades ximnásticas aeróbicas	5.1. Taxonomía das accións motrices da Ximnasia Aeróbica	
	5.1.1. Habilidades de Forza Dinámica	
	5.1.2. Habilidades de Forza Estática	
	5.1.3. Habilidades de Saltos	
	5.1.4. Habilidades de Flexibilidade e Equilibrio.	
B. XIMNASIA RÍTMICA	T.1.1. Concepto e Preliminares.	
Tema 1. As habilidades rítmico-expresivas no contexto das Ciencias da Actividade Física e do Deporte		
Tema 2. Elementos definitorios da Ximnasia Rítmica	*T.2.1. Continuidade das accións	
	*T.2.2. Globalidade das accións	
	*T.2.3. Diálogo cos aparellos	
	*T.2.4. Ritmo	
	*T.2.5. Espazo	
	*T.2.6. Expresividade	
	*T.2.7. Creatividade	
	*T.2.8. Variedade	
Tema 3. Iniciación ás habilidades técnicas e a súa didáctica I	*T.3.1. Habilidades técnicas corporais	
	*T.3.2. Habilidades técnicas *manipulativas	
	*T.3.2.1. Principios xerais de manipulación de aparellos	
Tema 4. A danza como base das habilidades técnicas corporais	*P.4.1. Posición corporal básica.	
	*P.4.1.1. Descrición.	
	*P.4.1.2. Aspectos técnicos fundamentais.	
	*P.4.1.3. Erros típicos	
	*P.4.1.4. Progresión metodolóxica	
	*P.4.2. Elementos da danza: pliés, jettés. relevei	
	*P.4.2.1. Descrición.	
	*P.4.2.2. Aspectos técnicos fundamentais.	
	*P.4.2.3. Erros típicos	
	*P.4.2.4. Progresión metodolóxicas.	
Tema 5. As habilidades corporais de equilibrio	*P.5.1. Descrición.	
	*P.5.2. Aspectos técnicos fundamentais.	
	*P.5.3. Erros típicos	
	*P.5.4. Progresión metodolóxica	
Tema 6. As habilidades corporais de xiro	*P.6.1. Descrición.	
	*P.6.2. Aspectos técnicos fundamentais.	
	*P.6.3. Erros típicos	
	*P.6.4. Progresión metodolóxica	
Tema 7. As habilidades corporais de salto	*P.7.1. Descrición	
	*P.7.2. Aspectos técnicos fundamentais	
	*P.7.3. Erros típicos	
	*P.7.4. Progresión metodolóxica	

Tema 8. As habilidades manipulativas dos aparellos de ximnasia rítmica	*P.8.1. Habilidades manipulativas comúns *P.8.1.1.Descripción *P.8.1.2. Aspectos técnicos fundamentais *P.8.1.3. Erros típicos *P.8.1.4. Criterios de variación *P.8.1.5.Progresión metodolóxica *P.8.2. Habilidades manipulativas específicas: aro, pelota, corda, mazas, cinta. *P.8.2.1.Descripción *P.8.2.2. Aspectos técnicos fundamentais *P.8.2.3. Erros típicos *P.8.2.4. Criterios de variación *P.8.2.5.Progresión metodolóxica
Tema 9. O compoñente artístico da ximnasia rítmica	*T.9.1. Música *T.9.2. Coreografía
Tema 10. O proceso compositivo nos deportes ximnásticos.	*P.10.1. Fases do proceso compositivo *P.10.2. Exposición do exercicio ximnástico creado *P.10.3. Avaliación do exercicio ximnástico
BLOQUE XIMNÁSTICO-ACROBÁTICO	
Tema 1. Desenvolvemento biomecánico e metodolóxico dos elementos ximnásticos preacrobáticos.	*T.1.1. Principio biomecánico dos *rodamientos ximnásticos. *T.1.2. Bases teóricas dos equilibrios ximnásticos *T.1.3. Aspectos de organización espacial e dinámica dos saltos de cabalo e de trampolín. *T.1.4. Didáctica específica da ximnasia.
Tema 2. Coñecemento dos principios dinámicos dos saltos acrobáticos.	*T.2.1.Organización espacial dos saltos acrobáticos. *T.2.2. Características dinámicas aplicadas aos grupos estruturais dos saltos acrobáticos. *T.2.3. Coñecemento e resposta dinámica do material ximnástico.
Tema 3. Aspectos organizativos no ámbito ximnástico.	*T.3.1. Orixes e evolución da disciplina ximnástica. *T.3.2. Valoración e xuízo dos concursos ximnásticos. *T.3.3. Desenvolvemento actual no ámbito ximnástico
Practico 1. Elementos ximnásticos de nivel escolar (preacrobáticos)	*P.1.1. Rodamientos. Dominio técnico e metodolóxico. *P.1.2. Equilibrios ximnásticos. Dominio técnico e metodolóxico. *P.1.3. Saltos de cabalo e de trampolín. Dominio técnico e metodolóxico.
Practico 2. Elementos ximnásticos acrobáticos	*P.2.1. Volteos libres en chan. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.2. Saltos de chan adiante e laterais con impulso dunha perna. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.3. Ballestas de chan. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.4. Saltos atrás en chan con apoio de mans intermedio. Dominio técnico e metodolóxico.
Teórico-Practica 3. A Ximnasia Acrobática no ámbito educativo	*T-P.3.1. As presas de mans. Os diferentes roles do alumnado *T-P.3.2. Medidas metodólicas para o seu ensino *T-P.3.3. Posicións básicas individuais. Formacións básicas e grupais: Figuras corporais e Pirámides humanas.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	30	60	90
Prácticas de laboratorio	30	30	60
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	16	16	32
Titoría en grupo	4	8	12
Prácticas autónomas a través de TIC	0	2	2
Presentacións/exposicións	2	2	4
Probas de resposta curta	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	21	21
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	2	0	2

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	As sesións maxistrais utilizaranse para a explicación dos contidos teóricos e aclaración dos contidos prácticos da materia. Constitúe unha actividade presencial na aula mediante a utilización de medios persoais e audiovisuais. Realízanse con todo o grupo.
Prácticas de laboratorio	*Vivenciación dos contidos prácticos da materia *quiados polo profesorado

Resolución de problemas Exporase o desenvolvemento dunha coreografía que terá por referencia unha das modalidades e/ou exercicios de forma ximnásticas tratadas no desenvolvemento da materia autónoma

Titoría en grupo	O traballo individual ou en pequenos grupos, onde as profesoras poidan facer un seguimento individualizado, constituíndo unha actividade autónoma, que ensina ao alumnado a traballar de forma independente. O alumno debe coordinarse co resto de compañeiros do seu grupo co fin de que as aprendizaxes sexan significativos e de forma *colaborativa.
Prácticas autónomas a través de TIC	Exporanse pequenas tarefas e resolución de problemas que se resolverán virtualmente mediante a plataforma de *teleformación Tem@.
Presentacións/exposición	Execución e exposición da coreografía elaborada en colaboración cos compañeiros.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Titoría en grupo	Este tempo está reservado para atender e resolver as dúbidas do alumnado. A atención será individual e en grupos reducidos, en función do carácter da atención. Cando sexa individual terán lugar no despacho das docentes, por videoconferencia ou por mail. Estas actividades teñen como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Desenvolverase, ademais das tutorías específicas para a materia, a través do correo electrónico e do uso da plataforma de teleformación Tem@.
Prácticas autónomas a través de TIC	Este tempo está reservado para atender e resolver as dúbidas do alumnado. A atención será individual e en grupos reducidos, en función do carácter da atención. Cando sexa individual terán lugar no despacho das docentes, por videoconferencia ou por mail. Estas actividades teñen como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Desenvolverase, ademais das tutorías específicas para a materia, a través do correo electrónico e do uso da plataforma de teleformación Tem@.

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Sesión maxistral	O alumnado realizará unha proba teórica con pregunta curta, tipo test ou preguntas a desenvolver para valorar os contidos teóricos e prácticos (competencias de coñecemento). Na valoración final, terase en conta cuantitativamente a asistencia ás clases.	50
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Elaboración dunha coreografía final, presentación e exposición das sesións traballadas na práctica.	20
Informes/memorias de prácticas	BLOQUE HXA. Elaboración da memoria de prácticas e notación das exposicións prácticas (Traballo escrito dos elementos ximnásticos acrobáticos)	15
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	- Realización dunha coreografía de forma grupal. - Desenvolvemento e posta en práctica dunha progresión metodolóxica dun elemento ximnástico. - Execución técnica dos elementos ximnásticos traballados nas sesións prácticas.	15

Outros comentarios sobre a Avaliación

A avaliación tentará recoller e valorar todos aqueles aspectos relacionados co alumnado respecto ao campo conceptual, procedimental, actitudinal e relacional. Está deseñada en función das seguintes características: formativa, continua, integral e final. Por tanto, afecta a todo o proceso de ensino-aprendizaxe.

No caso de que os alumnos non poidan seguir o proceso evaluativo anteriormente descrito, terán a oportunidade de superar a materia, mediante a realización dunha proba escrita e unha proba práctica, que se realizará segundo o calendario de exames establecido polo centro.

A CUALIFICACIÓN FINAL da materia resultará da integración das distintas notas das actividades realizadas tanto nos contidos de Habilidades Rítmico-Expresivas como nos contidos de Habilidades Ximnástico-Acrobáticas. Deberán ter superadas todas as partes para obter unha cualificación positiva. Os alumnos/as que non realicen todas as actividades de avaliación obterán a cualificación final de suspenso, aínda que algunhas actividades estean aprobadas. Se o alumno/a realiza só algunhas das actividades do curso terán a cualificación de suspenso, xa que se realiza unha avaliación continua de todas as actividades propostas.

Cando o alumno necesite de máis dunha convocatoria para superar a materia, gardaranse notas parciais durante a segunda convocatoria; é dicir, na convocatoria extraordinaria de xullo manteranse aquelas notas parciais que o alumnado teña superadas, e só se presentarán a aquelas que non superaron.

Para as demais convocatorias, o alumno deberá concorrer da mesma maneira a unha proba escrita de pregunta curta, tipo test ou de desenvolvemento e dunha proba practica dos contidos traballados para superar a materia. Igualmente deberá presentar o traballo de fichas de elementos ximnásticos elaborado segundo o desenvolvemento dos contidos traballados durante o curso.

A revisión de exames será no despacho das profesoras unha vez concluída a corrección.

OBSERVACIÓNS:

A PARTICIPACIÓN ACTIVA DO ALUMNADO NAS SESIÓNS PRESENCIAIS É UN FACTOR QUE DETERMINA O PROCESO DE AVALIACIÓN:

- A asistencia ás sesións prácticas será OBRIGATORIA (80% das horas totais da materia, non sesións) Aplicarase de forma individualiza a cada un dos 2 Bloques da materia (Bloque Rítmico-Expresiva e Bloque Ximnástico-Acrobática).

- Os alumnos que participen activamente, como mínimo, ao 70% das sesións deben obter o 50% da máxima puntuación posible na proba teórica e nas probas prácticas para consideralas superadas.

- Os alumnos que NON participen activamente (meros observadores), como mínimo, ao 70% das sesións deben obter o 65% da máxima puntuación posible na proba teórica e nas probas prácticas para consideralas superadas.

Os ALUMNOS DISCAPACITADOS Ou INCAPACITADOS TEMPORALMENTE PARA A PRÁCTICA MOTRIZ, PODERÁN SOLICITAR A ADAPTACIÓN DAS TAREFAS MOTRICES A REALIZAR NAS SESIÓNS E NAS PROBAS DE AVALIACIÓN, NEL GRADO QUE AS COMPETENCIAS DA MATERIA O PERMITAN.

BLOQUE: HABILIDADES XIMNÁSTICO-ACROBÁTICAS

- A falta de asistencia a máis de dúas clases prácticas deste bloque (independentemente da súa xustificación), supón ademais a realización dun exame práctico tanto de execución como de ensino metodolóxico dos elementos acrobáticos aos que non se asistiu.

- A elaboración do traballo de fichas dos elementos ximnásticos supón un 30% da nota deste bloque.

BLOQUE: HABILIDADES RÍTMICO-EXPRESIVAS

-Debido ao carácter de avaliación continua, a NON asistencia ás sesións prácticas non dará dereito a realizar a coreografía en grupo, só de forma individual.

Bibliografía. Fontes 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": Uma proposta 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: ceatividad, 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 Didacticas 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 divisione strutturale della ginnasia artistica*. Ed. Società Stampa Sportiva. Roma,

-SMLEUSKIY y GASVERDOUSKIY (1993) *Tratado General de Gimnasia Artística Deportiva*; Ed. Paidotribo. Barcelona

Recomendaciones

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Expresión corporal e danza/P02G050V01402
