

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Gimnasia Artística I
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Escuela/ Facultad	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Curso	Segundo
ECTS	4 ECTS
Carácter	Optativo
Idioma/s	Castellano
Modalidad	Presencial
Semestre	S1-S2
Curso académico	2020/2021
Docente coordinador	Juan Carlos Ariza

2. PRESENTACIÓN

Esta asignatura pretende aportar al alumno una visión global de la Gimnasia Artística y su aplicación al ámbito de la Educación Física Escolar y de la Iniciación Deportiva en diferentes contextos.

Contenido esencial en estos estudios no sólo por ser uno de los deportes olímpicos básicos sino por su importancia en el desarrollo y evolución histórica de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Se abordarán las bases teóricas de la Gimnasia, su historia, la terminología, los fundamentos técnicos y la metodología de enseñanza de habilidades gimnásticas tanto acrobáticas como en aparatos, los equipamientos gimnásticos y su utilización práctica. La planificación, dirección y evaluación de procesos de enseñanza-aprendizaje en Gimnasia. La asignatura se plantea de forma experiencial para que el alumno a través de la práctica, comprenda los conceptos teórico-prácticos que incluye el programa.

Así mismo que conozca el reglamento internacional de puntuación y las normativas técnicas autonómicas y nacionales.

3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias básicas:

- CB1: Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.
- CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Competencias transversales:

- CT6: Comunicación oral/ comunicación escrita: capacidad para transmitir y recibir datos, ideas, opiniones y actitudes para lograr comprensión y acción, siendo oral la que se realiza mediante palabras y gestos y, escrita, mediante la escritura y/o los apoyos gráficos.
- CT10: Iniciativa y espíritu emprendedor: Capacidad para acometer con resolución acciones difíciles o azarosas. Capacidad para anticipar problemas, proponer mejoras y perseverar en su consecución. Preferencia por asumir y llevar a cabo actividades.
- CT11: Planificación y gestión del tiempo: Capacidad para establecer unos objetivos y elegir los medios para alcanzar dichos objetivos usando el tiempo y los recursos de una forma efectiva.
- CT13: Resolución de problemas: Capacidad de encontrar solución a una cuestión confusa o a una situación complicada sin solución predefinida, que dificulte la consecución de un fin.
- CT17: Trabajo en equipo: Capacidad para integrarse y colaborar de forma activa con otras personas, áreas y/u organizaciones para la consecución de objetivos comunes.

Competencias específicas:

- CE1: Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas y asumiendo los principios educativos, técnicos, y curriculares necesarios.
- CE2: Capacidad para transmitir actitudes y valores en la práctica profesional en todos los ámbitos de la actividad física y del deporte, participando en la mejora de la sociedad.
- CE3: Capacidad para planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles y diferentes edades.
- CE4: Capacidad para analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales a los diferentes campos de la actividad física, el deporte y la recreación.
- CE9: Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad, identificando las características técnicas de los diferentes espacios deportivos.

Resultados de aprendizaje:

- RA1: Que el estudiante sea capaz de diseñar un proceso de enseñanza-aprendizaje relativo a la Gimnasia, atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas y asumiendo los principios educativos, técnicos y curriculares necesarios.
- RA2: Que el estudiante sea capaz de diseñar y elaborar sesiones de enseñanza en progresión de dificultad con los objetivos, contenidos y metodología de trabajo para la enseñanza-aprendizaje de la Gimnasia.
- RA3: Que el estudiante conozca los fundamentos didácticos en la enseñanza y el aprendizaje deportivo gimnástico.
- RA4: Que el estudiante sea capaz de realizar la planificación, programación, aplicación, control y evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje en Gimnasia, en las distintas etapas.
- RA5: Que el estudiante sea capaz de comprender conceptos relacionados con los fundamentos técnicos básicos, el reglamento, los aspectos fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales de los diferentes campos de aplicación de la Gimnasia Artística.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB3, CB4 CT1, CT4, CT8, CT11 CE1, CE3, CE4	RA1. Que el estudiante sea capaz de diseñar un proceso de enseñanza-aprendizaje relativo a la Gimnasia, atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas y asumiendo los principios educativos, técnicos y curriculares necesarios.
CB2, CB3, CB4 CT1, CT4, CT8, CT11 CE1, CE3, CE4	RA2. Que el estudiante sea capaz de diseñar y elaborar sesiones de enseñanza en progresión de dificultad con los objetivos, contenidos y metodología de trabajo para la enseñanza-aprendizaje de la Gimnasia.
CB2, CB4 CT1, CT8, CT11, CT17 CE1, CE3, CE4, CE9	RA3. Que el estudiante conozca los fundamentos didácticos en la enseñanza y el aprendizaje deportivo gimnástico.
CB2, CB3, CB4 CT4, CT11, CT17 CE1, CE3, CE4, CE9	RA4. Que el estudiante sea capaz de realizar la planificación, programación, aplicación, control y evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje en Gimnasia, en las distintas etapas.
CB2, CB3, CB4, CB5 CT1, CT8 CE1, CE3, CE4	RA5. Que el estudiante sea capaz de comprender conceptos relacionados con los fundamentos técnicos básicos, el reglamento, los aspectos fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales de los diferentes campos de aplicación de la Gimnasia Artística.

4. CONTENIDOS

I. BASES TEÓRICAS Y FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS EN GIMNASIA

1. La Gimnasia en el proyecto curricular de Educación Física.
2. Historia de la Gimnasia.
3. Terminología gimnástica.
4. Fundamentos técnicos básicos de la Gimnasia.
5. Metodología de enseñanza en Gimnasia.
6. Instalaciones deportivas y material para Gimnasia.
7. Organización de las sesiones de Gimnasia y su seguridad.

II. PRINCIPALES MEDIOS DE LA GIMNASIA

8. Ejercicios de Suelo
9. Ejercicios de Acrobacia
10. Saltos
11. Ejercicios coreográficos
12. Ejercicios en aparatos
 - 12.1. Barra Fija
 - 12.2. Paralelas Asimétricas
 - 12.3. Paralelas
 - 12.4. Anillas
 - 12.5. Barra de Equilibrio
 - 12.6. Caballo con arcos

III. TIPOS DE GIMNASIA

13. Tipos de Gimnasia de desarrollo y para la salud.
14. Tipos de Gimnasia de aplicación.
15. Tipos deportivos de Gimnasia.
 - 15.1. Trampolín, doble minitramp y tumbling
 - 15.2. Acrosport
 - 15.4. Aerobic

IV. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE GIMNASIA.

15. Tipos de sesiones de Gimnasia
16. La sesión de Gimnasia
17. Las competiciones (Normativas Técnicas)
18. Las exhibiciones gimnásticas
19. Las sesiones de Gimnasia en la Escuela

V. INTRODUCCIÓN A LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN GIMNASIA ARTÍSTICA

20. Fundamentos de la preparación de gimnastas de iniciación deportiva.

VI. INTRODUCCIÓN AL CÓDIGO DE Puntuación

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral.
- Aprendizaje cooperativo.
- Aprendizaje basado en problemas.

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Lecciones magistrales	15 h
Diseño y dirección de sesiones prácticas	55 h
Búsqueda de recursos y selección de fuentes de información	15 h.
Exposiciones orales	15 h.
TOTAL	100 h

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas de conocimiento	20 %
Observación del desempeño	50 %
Exposiciones orales	20 %
Carpeta de aprendizaje	10 %

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás....

- Alcanzar una calificación final igual o mayor de 5,0
- Obtener una evaluación igual o mayor de 5,0 en la prueba teórica escrita

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura convocatoria extraordinaria deberás

- Alcanzar una calificación final igual o mayor de 5,0
- Obtener una evaluación igual o mayor de 5,0 en la prueba teórica y práctica

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1. Pruebas de conocimiento	Semana 18
Actividad 2. Diseño y dirección de sesiones de Gimnasia.	Semana 4-17
Actividad 3. Exposiciones orales. Trabajo autónomo: análisis de bibliografía y documentos audiovisuales. Trabajos de programación y planificación.	Semana 4-17
Actividad 4. Carpeta de aprendizaje. Diario de prácticas.	Semana 18

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

A continuación, se indica la bibliografía recomendada:

Básica:

- ARKAEV, L. y SUCHILIN, N. (2004). *How to create champions*.
The theory and methodology of training top-class gymnasts. Oxford: Meyer & Meyer Sport
- SÁEZ, F. (2015). *Habilidades Gimnástico-Acrobáticas*. Madrid: Esteban Sanz.
- BRIKINA, A.T. (1985). *Gimnasia*. Zaragoza: Acribia.
- FFG. (2003). *Kit Memento 2003*. Paris: Fédération Française de Gymnastique
- FIG. (2017). *Comité Técnico: Código de Puntuación de Gimnasia Artística Masculina*. Moutier: FIG.
- FIG. (2017). *Comité Técnico: Código de Puntuación de Gimnasia Artística Femenina*. Moutier: FIG.
- SMOLEVSKY, V.; GAVERDOVSKY, Y. (1996). *Tratado General de Gimnasia Artística Deportiva*.
Barcelona: Paidotribo.
- BESSI, F. (2016). *El mundo de la Gimnasia Artística*. Buenos Aires: Dunken.
- SÁEZ, F. (2003). *Gimnasia Artística. Los fundamentos de la técnica*. Madrid: Biblioteca Nueva
- CARRASCO, R. (1984). *Pédagogie des Agrès*. Paris: Vigot.
- CARRASCO, R. (1984). *Gymnastique aux agrès. Préparation Physique*. Paris: Vigot.
- CARRASCO, R. (1979). *Essai de Systématique d'enseignement de la Gymnastique aux Agrès*.
Paris: Vigot.
- CARRASCO, R. (1989). *Gymnastique aux Agrès. L'activité de débutant, programmes pédagogiques*.
Paris: Vigot.
- CARRASCO, R. (1999). *Gymnastique des 3 à 7 ans*. Paris: Vigot
- DONSKOI, D.; ZATSORSKI, V. (1988). *Biomecánica de los ejercicios físicos*.
Manual para Institutos de Cultura Física. Moscú: Raduga.
- LEGUET, J. (1985). *Actions motrices en Gymnastique Sportive*. Paris: Vigot. E.F.
- SMITH, T. (1993). *Biomecánica y Gimnasia*. Barcelona: Paidotribo.
- THOMAS, L; FIARD, J; SOULARD, C; CHAUTEMPS, G. (1997). *Gimnasia Deportiva*. Lérida: Agonos.
- YEVSEYEV, S.P. (1991). *Training Devices in the Soviet System of Gymnasts training*. Moutier: FIG.
- BRIDOUX, A. (1991). *La Gymnastique Sportive: son enseignement au milieu scolaire*. Paris: Amphora. E.F.
- FIG. (1991). *Objectif An 2000. FIG 110th anniversary (1881-1991)*. Moutier: FIG
- FIG. (1981). *100 years of the International Gymnastics Federation 1881-1981*. Moutier: FIG.

Complementaria:

- FFG. (2003). *Acrosport Initiation Technique*. Paris: FFG
- GINÉS, J. (1986). *Cama Elástica*. Granada: Alhambra.
- GINÉS, J. (1987). *Iniciación al Mini-Tramp*. Granada: Alhambra. E.F.
- HUOT, C; SOCIÉ, M. (2000). *Acrosport*.
- VERNETTA, M; LÓPEZ, J.; PANADERO, F. (). *El Acrosport en la escuela*. Zaragoza: INDE
- VERNETTA, M; LÓPEZ, J. (2000). *Habilidades gimnásticas: minicircuitos*. Barcelona: INDE
- ESTAPÉ, E.; LÓPEZ, M.; GRANDE, I. (1999). *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo. El placer de aprender*. Barcelona: INDE
- ESTAPÉ, E. (2003). *La acrobacia en Gimnasia Artística*. Barcelona: INDE
- SOULARD, C. Y CHAMBRIARD P. *ABC Trampoline*. FFG
- FIG. (1998). *General Gymnastics Manual*. Moutier: FIG.
- FIG. (1999). *Training Manual for FIG-certificate Instructors in General Gymnastics*. Moutier: FIG.
- FIG. (2002). *Gym day implementation guide*. Moutier: FIG.
- JIMÉNEZ, J. (2000). *Aparatos gimnásticos y de rehabilitación del s.XIX*. Gymnos: Madrid. GV 409.J56
- JUNYENT, M.V.; MONTILLA, M.J. (1997). *1023 Ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas*.
Barcelona: Paidotribo. E.F. GV 481-J86 Biblioteca U.E.M
- LANGLADE, A. (1986). *Teoría General de la Gimnasia*. Buenos Aires: Stadium.
- MERCURIAL, J (1973). *Arte gimnástico*. INEF: Madrid. GV 461. M 47
- READHEAD, LL. (1996). *Manual de entrenamiento de Gimnasia Masculina*. Barcelona: Paidotribo.

- SPÖHEL, U. (1987). *1000 Exercices et Jeux de Gymnastique aux Agrès*. Paris: Vigot.
- STILL, C. (1993). *Manual de Gimnasia Artística Femenina*. Barcelona: Paidotribo.
- VARIOS (1999). *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo*. Gymnos: Madrid.
- VERNETTA, M.; BEDOYA, J.L.; PANADERO, F. (2000). *Unidades didácticas para secundaria XI*. Barcelona: INDE.

- www.fig-gymnastics.com
- www.youtube.com/figchannel
- www.ueg.org
- www.rfegimnasia.es
- www.gymmedia.com
- www.jpn-gym.or.jp
- www.sportgymrus.ru
- www.ffgym.fr
- www.gympor.com
- www.usa-gymnastics.org
- www.federginnastica.it
- www.dtb-online.de
- www.fmgimnasia.com

Revistas:

- Fédération Internationale de Gymnastique. **World of Gymnastics**. Moutier: FIG.
- Fédération Française de Gymnastique. **Revista GYM Technic**.

Videos:

- **BERLIN 1995** Gymnaestrada. **VR-157**
- **VARIOS**. Habilidades gimnásticas I, II, III .Gymnos: Madrid.
- **GÖTEBORG 1999** World-Gymnaestrada. **VR-42628**
- **FFG**. 40 ans de Gym-rétrospective.
- **FFG**. La souplesse ... Oui ... Mais.
- **FFG**. De l'initiation à la découverte.
- **FFG**. Kit eveil Gymnique.
- **EVEIL GYMNIQUE**. Fédération Française de Gymnastique

DVD:

- **FFG**. Apprentissage au Trampoline.
- **FFG**. La Preparation Gymnique en GAF.
- **FFG**. Gym Senior: Activités cardiovasculaires, d'entretien, d'expression et parcours.
- **FFG**. Les pas de base et coreographies en Aerobic.
- **FFG**. Préparation Acrobatique en Gymnastique.
- **2006** Gala of the FIG 125th Anniversary-Geneva.
- **2003** Lisbon Gymnaestrada-Gala.
- **2003** Lisbon World Gymnaestrada.
- **Kit Éveil Gymnique (fichas+DVD) /FFG/**
- **Apprentissage au Trampoline (FFG)**
- **La preparation gymnique en GAF. (FFG)**
- **GYM Senior: Activités cardio-vasculaires, d'entretien, d'expression et parcours. (FFG)**

10. UNIDAD DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo:

Las adaptaciones o ajustes curriculares para estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo, a fin de garantizar la equidad de oportunidades, serán pautadas por la Unidad de Atención a la Diversidad (UAD).

Será requisito imprescindible la emisión de un informe de adaptaciones/ajustes curriculares por parte de dicha Unidad, por lo que los estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo deberán contactar a través de: unidad.diversidad@universidadeuropea.es al comienzo de cada semestre.

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tú opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.