

Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
-------------	---

Rama de Conocimiento:	Ciencias de la Salud
-----------------------	----------------------

Facultad/Escuela:	Ciencias de la Salud
-------------------	----------------------

Asignatura:	Fundamentos e Iniciación Deportiva de los Deportes Individuales y su Didáctica: Habilidades Gimnásticas
-------------	--

Tipo:	Obligatoria
-------	-------------

Créditos ECTS:	6
----------------	---

Curso:	1
--------	---

Código:	5213
---------	------

Periodo docente:	Primer semestre
------------------	-----------------

Materia:	Fundamentos e Iniciación Deportiva
----------	------------------------------------

Módulo:	El Deporte y las Prácticas Físico-Deportivas
---------	--

Tipo de enseñanza:	Presencial
--------------------	------------

Idioma:	Castellano
---------	------------

Total de horas de dedicación del alumno:	150
--	-----

Equipo Docente	Correo Electrónico
Luis Jorroto Pardo	l.jorroto.prof@ufv.es

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

En esta asignatura se desarrollan tanto las competencias gimnásticas básicas que un graduado en CAFyD debe conocer y dominar para su actividad docente, como nuevas actividades relacionadas con las habilidades gimnásticas de gran utilidad en el ámbito de la salud, la recreación y el entrenamiento deportivo, obteniendo así una visión global de las posibilidades del cuerpo humano en el espacio.

Además, esta actividad se utiliza también como herramienta para el desarrollo de competencias en humanidades, valores deportivos y sociales tanto para los propios alumnos mientras la cursan, como de aplicación a su futuro profesional.

Esta asignatura se incluye dentro de la materia de "Fundamentos e Iniciación Deportiva", aportándole al alumno,

por medio de las 150 horas de dedicación, valores como: la búsqueda de la verdad (proveyendo al alumnos de armas de de conocimiento y juicio) o el diálogo educativo entre semejantes (esperando sean capaces de extrapolar el trato recibido como alumnos al que un día ellos impartirán como profesores).

OBJETIVO

Conocer y aplicar los fundamentos gimnásticos básicos de un modo eficiente, seguro, crítico y creativo. Desarrollar las diferentes competencias necesarias para el ejercicio de la profesión en todos sus ámbitos, además de utilizar la práctica deportiva de actividad gimnástica básica como medio de integración social en el ámbito educativo, educación en valores deportivos (esfuerzo, superación, sacrificio, entrega, trabajo en equipo...), que sean extrapolables tanto a su ejercicio profesional futuro, como a una formación integral del alumno para su propio crecimiento y desarrollo como persona.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Se comenzará a desarrollar las sesiones, sentando las bases de una correcta ejecución, enseñanza y aprendizaje de las siguientes habilidades gimnásticas individuales básicas: volteretas (adelante y atrás), ruedas laterales, rondadas, equilibrios invertidos y saltos básicos. Es por ello interesante una práctica previa anterior de dichos ejercicios, práctica que se debieran haber trabajado a lo largo de toda la etapa educativa anterior en cualquier centro educativo (Primaria, Secundaria y Bachillerato) aunque no es totalmente necesaria.

CONTENIDOS

Bloque 1. Enseñanza y práctica individual de las Habilidades Gimnásticas de volteos básicos y sus ayudas en el suelo.

Bloque 2. Enseñanza y práctica individual de las Habilidades Gimnásticas básicas específicas de aparatos gimnásticos

Bloque 3. Práctica y enseñanza grupal: Acrosport

Bloque 4. Conceptos teóricos: Generalidades de las distintas disciplinas gimnásticas (Artística, Rítmica, Trampolín) y los materiales que se utilizan

Análisis sistemático básico del movimiento humano

Introducción e interpretación del Código de puntuación de Gimnasia Artística

Deportiva.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Se alternará una metodología expositiva inicial por parte del profesor, apoyada en los recursos tecnológicos y materiales disponibles en cada caso para los aspectos referentes a la seguridad y los conceptos básicos de la técnica, ayudas y objetivos de cada actividad, y después pasar a otra más exploratoria, más experimental y vivencial que permita al alumno dos objetivos principales:

1- Descubrir por si mismo, desde un pensamiento reflexivo, las posibilidades que estás le abren y las dificultades y retos que estas actividades le plantean, tanto desde el aspecto de futuro docente y formador, como las vivencias miedos y retos que, como alumno uno siente al afrontarlas, para así comprender mejor a sus futuros alumnos.

2- Desarrollar una metodología colaborativa con los compañeros, representando tanto el papel de docente, como el de alumno, para practicar, ejecutar, descubrir y consensuar el proceso más adecuado para alcanzar los objetivos planteados en cada actividad.

Las actividades formativas aquí reflejadas, así como la distribución de los tiempos de trabajo, pueden verse modificadas y adaptadas en función de los distintos escenarios establecidos siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
60 horas	90 horas

COMPETENCIAS

Competencias básicas

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

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

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

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

Competencias generales

Conocer y comprender el objeto de estudio y los fundamentos de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y funcionalidad del cuerpo, así como sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.

Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad, en sus diferentes contextos: escolar, deportivo, recreativo o deporte para todos.

Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte, en las diferentes poblaciones de influencia profesional.

Competencias específicas

Planificar, desarrollar y evaluar la realización de actividades físico-deportivas y recreativas

Fomentar el juego limpio, aplicando la legislación vigente, y la solidaridad, utilizando el ámbito deportivo como medio de transformación social

Conocer la técnica y táctica básica de los deportes individuales y colectivos, así como sus principios metodológicos para su enseñanza y entrenamiento en la iniciación deportiva

Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo, atendiendo a los principios del entrenamiento, desde una perspectiva integral e integradora

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Ejecutar con correcta técnica los elementos básicos gimnásticos.

Observar y corregir adecuadamente los errores durante la práctica deportiva, influyendo en la mejora del proceso y del resultado final de los alumnos.

Elegir los materiales necesarios y adecuados para disminuir o incrementar la dificultad de los ejercicios gimnásticos, manteniendo siempre los niveles de seguridad máximos.

Aplicar las diferentes estrategias, metodologías y principios teóricos de las habilidades gimnásticas a la actividad deportiva en general.

Diseñar y realizar las ayudas pertinentes a las diferentes actividades gimnásticas para desarrollar una práctica segura.

Mostrar una actitud solidaria y socialmente integradora en el desarrollo del aprendizaje de las actividades acrobáticas.

Investigar y desarrollar planes de entrenamiento personalizados así como utilizar las nuevas tecnologías como medio de enseñanza que permitan una mejora en dicho proceso.

Desarrollar progresiones de enseñanza de habilidades gimnásticas atendiendo a las características generales y particulares de cada población y alumno/s

Analizar las dificultades planteadas en la enseñanza y práctica de los ejercicios y adaptar los procesos de aprendizaje a esas dificultades

Conocer nuevas disciplinas gimnásticas y acrobáticas surgidas en los últimos tiempos y su adaptación y posible aplicación a la formación de los alumnos

Utilizar los procesos de aprendizaje de las habilidades gimnásticas como medio de integración social, adquisición de valores deportivos, y crecimiento personal.

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

SISTEMA DE EVALUACIÓN ORDINARIO:

Según la normativa interna de la UFV, la asistencia a clase es obligatoria.

Ponderación de las distintas partes de la evaluación:

40% Prueba Práctica: ejecución y ayudas.

La calificación de las ayudas comprenderá un APTO/NO APTO en la valoración general de todas las ayudas realizadas en los distintos ejercicios de examen.

El APTO se obtiene con hasta 1 ayudas suspendidas, 2 o más supondrá el NO APTO.

La calificación de ejecución comprenderá la suma de la valoración de 0 a 10 puntos en los distintos exámenes prácticos propuestos con su correspondiente ponderación asignada según el ejercicio propuesto.

Todos los ejercicios se valorarán por su realización, corrección, limpieza de ejecución y necesidad de ayuda. El porcentaje asignado a cada ejercicio propuesto en examen se comunicará en la presentación de los mismos.

20% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y preguntas tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error) Podrá preguntarse cualquier cosa correspondiente a las clases expositivas teórico-prácticas facilitadas por el profesor, así como cualquier cosa referida a la práctica de la asignatura, reflejada en los dossiers de los alumnos o explicada en clase o en los distintos seminarios y trabajos individuales o grupales, además del contenido teórico desarrollado.

10% Participación y evaluación (de 0 a 10) de actividades diarias y ejercicios específicos grupales. ACROSPORT, PARKOUR, MINITRAMP y diseños de progresiones de aprendizaje de otras actividades en circunstancias específicas propuestas por el profesor.

20% Trabajos individuales.

Se realizará por parte del alumno un fichero de todas las actividades, progresiones, metodologías expuestas en clase, acorde a las normas de entrega de trabajos UFV.

El formato y contenido del mismo es libre, pudiendo el alumno elegir voluntariamente las propuestas presentadas para tal fin.

Las normas de entrega se comunicarán en clase. Para que sea válido deberá ser entregado por Aula virtual para su archivo en la nube y en formato físico para su corrección por parte del profesor dentro de los plazos que se

establezcan, sin excepción alguna. La entrega fuera del plazo establecido o sin atender a la normativa antes mencionada supondrá la no evaluación del mismo y por lo tanto no superar este apartado.

10% Participación en las actividades presenciales de aula. Se descontará 0.2pt por cada falta no justificada en este apartado hasta perder la opción del sistema de evaluación ordinario. La actitud en clase práctica debe ser participativa y activa para consigo mismo y los compañeros para una valoración positiva.

SISTEMA DE EVALUACIÓN ALTERNATIVO (alumnos de 2º o más matrículas, alumnos de intercambio y aquellos con Dispensa académica):

Ponderación de las distintas partes de la evaluación:

25% Prueba Práctica: ejecución y ayudas.

La calificación de las ayudas comprenderá un APTO/NO APTO en la valoración general de todas las ayudas realizadas en los distintos ejercicios de examen.

El APTO se obtiene con hasta 1 ayudas suspendidas, 2 o más supondrá el NO APTO.

La calificación de ejecución comprenderá la suma de la valoración de 0 a 10 puntos en los distintos exámenes prácticos propuestos con su correspondiente ponderación asignada según el ejercicio propuesto.

Todos los ejercicios se valorarán por su realización, corrección, limpieza de ejecución y necesidad de ayuda. El porcentaje asignado a cada ejercicio propuesto en examen se comunicará en la presentación de los mismos.

40% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y preguntas tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error) Podrá preguntarse cualquier cosa correspondiente a las clases expositivas teórico-prácticas facilitadas por el profesor, así como cualquier cosa referida a la práctica de la asignatura, reflejada en los dossiers de los alumnos o explicada en clase o en los distintos seminarios y trabajos individuales o grupales

15% Actividades diarias y ejercicios. Diseños de progresiones de aprendizaje o de otras actividades en circunstancias específicas propuestas por el profesor.

20% Trabajos individuales

Se realizará por parte del alumno un trabajo propuesto por el profesor para su valoración final sobre "Nuevas disciplinas gimnásticas y acrobáticas" acorde a las normas de entrega de trabajos UFV. Para que sea válido deberá ser entregado por Aula virtual para su archivo en la nube y en formato físico para su corrección por parte del profesor dentro de los plazos que se establezcan, sin excepción alguna.

Para alumnos de 1º matrícula: Se acogerán al sistema de evaluación ordinario. Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspendidas, guardándose la nota de las partes aprobadas.

Para alumnos de 2º o más matrículas: Se podrán acoger al sistema de evaluación ordinario o al sistema de evaluación alternativo, previo acuerdo con el profesor al inicio de la asignatura, y siempre que se haya cursado la asignatura de forma presencial previamente.

Para alumnos de Estancias de Intercambio que no tienen la asignatura convalidada: Se acogerán al sistema alternativo de evaluación, siendo su obligación el conocimiento del mismo.

Para alumnos con Dispensa Académica: Según normativa de la UFV, la dispensa académica supone la autorización del director de la titulación para que un alumno en 1ª matrícula se someta al sistema alternativo de evaluación. Será concedida con carácter extraordinario en aquellos casos debidamente justificados, previa solicitud del alumno a la Dirección de la titulación.

Todas las fechas de las convocatorias ordinarias y extraordinarias se pueden consultar en el calendario académico publicado en la web de la UFV

Todos los trabajos escritos se registrarán por las normas UFV de entrega de trabajos, publicadas a tal efecto en el A.V. de la asignatura.

SISTEMA DE EVALUACIÓN COVID 19 (En caso de confinamiento y obligación de evaluación en remoto)

En el caso de que las recomendaciones sanitarias obliguen a volver a un escenario en remoto, por cierre o confinamiento, provocando una imposibilidad de desarrollo normal de las clases tal cual están planteadas, se establece un sistema de evaluación con la siguiente ponderación:

15% Prueba Práctica: ejecución y ayudas.

La calificación de las ayudas comprenderá un APTO/NO APTO en la valoración general de todas las ayudas realizadas en los distintos ejercicios de examen.

La calificación de ejecución comprenderá la suma de la valoración de 0 a 10 puntos en los distintos exámenes prácticos propuestos con su correspondiente ponderación asignada según el ejercicio propuesto.

Todos los ejercicios se valorarán por su realización y necesidad de ayuda. El porcentaje asignado a cada ejercicio propuesto en examen se comunicará en la presentación de los mismos.

40% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y preguntas tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error) Podrá

preguntarse cualquier cosa correspondiente a las clases expositivas teórico-prácticas facilitadas por el profesor, así como cualquier cosa referida a la práctica de la asignatura, reflejada en los dossiers de los alumnos o explicada en clase o en los distintos seminarios y trabajos individuales o grupales, además del contenido teórico desarrollado.

15% Participación y evaluación (de 0 a 10) de actividades diarias y ejercicios específicos grupales o individuales propuestos en el A.V.. ACROSPORT, PARKOUR, MINITRAMP y diseños de progresiones de aprendizaje de otras actividades en circunstancias específicas propuestas por el profesor.

20% Trabajos individuales.

Se realizará por parte del alumno un fichero de todas las actividades, progresiones, metodologías expuestas en clase, hasta el momento del cambio de formato de las clases y, según el tiempo restante de curso, un trabajo sobre "Nuevas disciplinas gimnásticas y acrobáticas" acorde a las normas de entrega de trabajos UFV

El formato y contenido del mismo es libre, pudiendo el alumno elegir voluntariamente las propuestas presentadas para tal fin.

Las normas de entrega se comunicarán en clase. Para que sea válido deberá ser entregado por Aula virtual para su archivo en la nube, dentro de los plazos que se establezcan, sin excepción alguna. La entrega fuera del plazo establecido o sin atender a la normativa antes mencionada supondrá la no evaluación del mismo y por lo tanto no superar este apartado.

10% Participación en las actividades presenciales de aula + actividades en remoto en A.V.. Se descontará 0.2pt por cada falta no justificada en este apartado hasta perder la opción del sistema de evaluación ordinario. La actitud en clase práctica debe ser participativa y activa para consigo mismo y los compañeros para una valoración positiva.

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

ESTAPÉ, E. (2002). "La acrobacia en Gimnasia Artística". Editorial INDE, Barcelona.

FIG (2017) "Código Internacional de Puntuación. Gimnasia Artística". Lausanne.

GARCÍA SANCHEZ, J.I. (1999) Acrogimnasia: recursos educativos. Ed: Ecir, Madrid.

SÁEZ PASTOR, F. (2020). "Habilidades Gimnástico Acrobáticas. Método de enseñanza" Mundo EDUCA libros. (www.mundoeduca.org)

SÁEZ PASTOR, FRANCISCO (2015) "Gimnasia Artística: Los fundamentos de la técnica". BIBLIOTECA NUEVA,2003

THOMAS, L.; FIARD, J.; SOULARD, C. y CHAUTEMPS, G. (1997) "Gimnasia Deportiva". Editorial Agonos, Zaragoza.

VERNETTA SANTANA, M.; LÓPEZ BEDOYA, J.; PANADERO BAUTISTA, F. (1996) El acrosport en la escuela. Ed. Inde, Zaragoza.

www.youtube.com (stick-it tv)

www.fig-gymnastics.com

www.rfegimnasia.es

Complementaria

BARTA, A.; DURÁN, C. (1998). 1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva. 2ª ed. Paidotribo.

CANALDA, A. (1998) "Gimnasia rítmica deportiva, teoría y práctica". Editorial Paidotribo, Barcelona.

FERNÁNDEZ, A. (1989) "Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos". Federación Española de Gimnasia. Madrid.

READHEAD, L. (1993) "Manual de entrenamiento de Gimnasia Masculina" Paidotribo, Barcelona.

STILL, C. (1993) "Manual de gimnasia artística femenina". Paidotribo, Barcelona.