

Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
Rama de Conocimiento:	Ciencias Sociales y Jurídicas		
Facultad/Escuela:	Educación y Humanidades		
Asignatura:	Fundamentos e Iniciación Deportiva de los Deportes Individuales y su Didáctica I		
Tipo:	Obligatoria	Créditos ECTS:	6
Curso:	1	Código:	7513
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 Jorreto Pardo	l.jorreto.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. De esta manera, se obtendrá una visión global de las posibilidades del cuerpo humano en el espacio.

Esta asignatura se incluye dentro de la materia de "Fundamentos e Iniciación Deportiva" y del módulo "El

Deporte y las Actividades Físico Deportivas", 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, desarrollando las diferentes competencias necesarias para el ejercicio de la profesión en todos sus ámbitos.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Se comenzará a desarrollar las sesiones, sentando las bases de una correcta y segura ejecución de las siguientes habilidades individuales básicas: volteretas (adelante y atrás) y equilibrio invertido (pino). Es por ello que es interesante una práctica previa anterior de dichos ejercicios, los cuales se debieran haber trabajado en la E.S.O. y el bachillerato.

CONTENIDOS

Bloque 1. Elementos individuales.
Bloque 2. Elementos grupales: Acrosport.
Bloque 3. Conceptos teóricos: Análisis sistemático del movimiento humano
Código de puntuación de Gimnasia Artística Deportiva. Interpretación

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Se alternará una metodología expositiva inicial para los aspectos referentes a la seguridad y los conceptos básicos de la técnica, para después pasar a otra más exploratoria, más experimental y vivencial que permita al alumno descubrir por si mismo desde un pensamiento reflexivo las posibilidades que estás le abren, así como las dificultades básicas que plantea su aprendizaje.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
66 horas	84 horas
Seminarios, talleres, conferencias, mesas redondas, tutorías(2) 8h Clases prácticas expositivas 48h Trabajos individuales o grupales 4h Evaluaciones prácticas 6h	Estudio teórico - práctico 76h Trabajo virtual en red 8h

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 de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

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.

Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.

Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.

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.

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.

Competencias específicas

Conocer los medios o instrumentos que facilitan la consecución de los objetivos planteados por el entrenador/a.

Conocer y aplicar convenientemente los criterios para el entrenamiento de niños, adolescentes y jóvenes.

Conocer los principios teóricos del entrenamiento y su aplicación práctica.

Evaluar los comportamientos docentes y la práctica profesional del entrenador/a.

Conocer y desarrollar las cualidades personales y competencias necesarias del entrenador o entrenadora personal.

Manejar y mostrar actitud de apertura e interés hacia nuevos métodos, instrumentos y herramientas de ayuda al control y mejora del entrenamiento y la competición.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Ejecutar con correcta técnica los elementos básicos gimnásticos.

Realizar las ayudas pertinentes a las diferentes actividades gimnásticas para desarrollar una práctica segura.

Observar y corregir adecuadamente los errores durante la práctica deportiva influyendo en la mejora de los alumnos.

Elegir los materiales necesarios para disminuir o incrementar la dificultad de los ejercicios gimnásticos.

Aplicar las diferentes estrategias y principios teóricos de los deportes gimnásticos a la actividad deportiva en general.

Mostrar una actitud solidaria en el desarrollo de las actividades acrobáticas.

Emplear la filosofía de los reglamentos y códigos de puntuación de los deportes gimnásticos.

Investigar y desarrollar planes de entrenamiento por medio de instrumentos audiovisuales que permitan una mejora en dicho proceso.

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

Analizar las dificultades planteadas en la 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

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

EVALUACIÓN CONTINUA:

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

La calificación de ejecución comprenderá la valoración de 0 a 10 puntos de los siguientes ejercicios:

SUELO: Realización de un ejercicio gimnástico compuesto por los siguiente elementos: Voltereta adelante, rueda lateral, equilibrio invertido(pino), sostenido 2sg, a rodar, voltereta atrás y equilibrio invertido de 3 apoyos(cabeza)sostenido 2sg. Así mismo se valorará ritmo, enlaces y amplitud del ejercicio.

POTRO CON ARCOS: Serie de vuelos laterales con tijeras y salida de medio molino (opcional)

ANILLAS: Realización de una vela (sostenida 2sg) y salida por detrás al suelo.

PLATAFORMA DE SALTO: Pídola

PARALELAS: Equilibrio invertido de hombros (2 sg) y serie de vuelos con salida lateral por detrás

Todos los ejercicios se valorarán por su realización, corrección, limpieza de ejecución y necesidad de ayuda. El 80% de la nota será el ejercicio de suelo y al resto de los 4 exámenes de ejecución corresponderá un 5% de la nota, no pudiendo suspender más que un ejercicio para poder hacer media (siempre que ese suspenso no corresponda al examen de suelo).

20% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error)Podrá preguntarse cualquier cosa correspondiente a los apuntes teóricos facilitados por el profesor, así como cualquier cosa referida a la práctica de la asignatura, reflejada en los dossieres de los alumnos o explicada en clase.

20% Asistencia y participación en actividades diarias y ejercicios.

Se descontará 0.3pt por cada falta no justificada en este apartado hasta perder la opción de evaluación continua. La actitud en clase práctica debe ser participativa y activa para consigo mismo y los compañeros para una valoración positiva.

20% Trabajos individuales y grupales.

Se realizará por parte del alumno un fichero de todas las actividades y progresiones realizadas en clase, acorde a las normas de entrega de trabajos UFV, así como una serie de actividades grupales (acrosport o Parkourt) para su valoración final.

EVALUACIÓN NO CONTINUA (Pérdida de evaluación continua por faltas de asistencia):

40% Prueba Práctica: ejecución y ayudas.(se solicitará al alumno la firma de un documento que le responsabilice personalmente de estar al corriente de las actividades a realizar y su correcta preparación técnica para su realización, por el evidente riesgo físico que tiene presentarse al examen sin preparación)

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

La calificación de ejecución comprenderá la valoración de 0 a 10 puntos de los siguientes ejercicios:

SUELO: Realización de un ejercicio gimnástico compuesto por los siguiente elementos: Voltereta adelante, rueda lateral, equilibrio invertido(pino), sostenido 2sg, a rodar, voltereta atrás y equilibrio invertido de 3 apoyos(cabeza)sostenido 2sg. Así mismo se valorará ritmo, enlaces y amplitud del ejercicio.

POTRO CON ARCOS: Serie de vuelos laterales con tijeras y salida de medio molino (opcional)

ANILLAS: Realización de una vela (sostenida 2sg) y salida por detrás al suelo.

PLATAFORMA DE SALTO: Pídola

PARALELAS: Equilibrio invertido de hombros (2 sg) y serie de vuelos con salida lateral por detrás

Todos los ejercicios se valorarán por su realización, corrección, limpieza de ejecución y necesidad de ayuda. El 80% de la nota será el ejercicio de suelo y al resto de los 4 exámenes de ejecución corresponderá un 5% de la nota, no pudiendo suspender más que un ejercicio para poder hacer media (siempre que ese suspenso no corresponda al examen de suelo).

40% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error)Podrá preguntarse cualquier cosa correspondiente a los apuntes teóricos facilitados por el profesor, así como cualquier conocimiento de orden teórico reflejado en los dosieres de los alumnos.

20% Trabajos individuales

Se realizará por parte del alumno un fichero de todas las actividades y progresiones realizadas en clase, acorde a las normas de entrega de trabajos UFV, para su valoración final.

EVALUACIÓN DE ALUMNOS DE SEGUNDA MATRÍCULA Y SUCESIVAS:

40% Prueba Práctica: Ejecución y ayudas(se solicitará al alumno la firma de un documento que le responsabilice personalmente de estar al corriente de las actividades a realizar y su correcta preparación técnica para su realización, por el evidente riesgo físico que tiene presentarse al examen sin preparación)

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

La calificación de ejecución comprenderá la valoración de 0 a 10 puntos de los siguientes ejercicios:

SUELO: Realización de un ejercicio gimnástico compuesto por los siguiente elementos: Voltereta adelante, rueda lateral, equilibrio invertido(pino), sostenido 2sg, a rodar, voltereta atrás y equilibrio invertido de 3 apoyos(cabeza)sostenido 2sg. Así mismo se valorará ritmo, enlaces y amplitud del ejercicio.

POTRO CON ARCOS: Serie de vuelos laterales con tijeras y salida de medio molino (opcional)

ANILLAS: Realización de una vela (sostenida 2sg) y salida por detrás al suelo.

PLATAFORMA DE SALTO: Pídola

PARALELAS: Equilibrio invertido de hombros (2 sg) y serie de vuelos con salida lateral por detrás

Todos los ejercicios se valorarán por su realización, corrección, limpieza de ejecución y necesidad de ayuda. El 80% de la nota será el ejercicio de suelo y al resto de los 4 exámenes de ejecución corresponderá un 5% de la nota, no pudiendo suspender más que un ejercicio para poder hacer media (siempre que ese suspenso no corresponda al examen de suelo).

60% Prueba Teórica (escrita)

Serán preguntas a desarrollar, preguntas cortas y tipo test (0.5pt acierto y -0.25pt error)Podrá preguntarse cualquier cosa correspondiente a los apuntes teóricos facilitados por el profesor.

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

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

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

- www.youtube.com (stick-it tv)
- CARRASCO, R. (1980) "Gymnastique pedagogique aux agrés". Vigot, París.
- GARCÍA SANCHEZ, J.I. (1999) Acrogimnasia: recursos educativos. Ed: Ecir, Madrid.
- LEGUET, J. (1989) "Actions motrices en gymnastique sportive" Vigot, Paris.
- VERNETTA SANTANA, M.; LÓPEZ BEDOYA, J.; PANADERO BAUTISTA, F. (1996) El acrosport en la escuela. Ed. Inde, Zaragoza.
- www.rfegimnasia.es/

- ESTAPE, E.; LOPEZ, M. y GRANDE, I. (1999) "Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo" Editorial INDE, Barcelona.
- THOMAS, L.; FIARD, J.; SOULARD, C. y CHAUTEMPS, G. (1997) "Gimnasia Deportiva". Editorial Agonos, Zaragoza.
- www.fig-gymnastics.com
- www.sportprotube.com

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

- CARRASCO, R. (1977) "Gymnastique aux agrés. L'activité du debutant. Programmes pédagogiques". Ed.Vigot, París.
- READHEAD, L. (1993) "Manual de entrenamiento de Gimnasia Masculina" Paidotribo, Barcelona.