

ANX-PR/CL/001-01
GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

Aplicación deportiva I gimnasia artistica masculina y femenina

CURSO ACADÉMICO - SEMESTRE

2016-17 - Primer semestre

Datos Descriptivos

Nombre de la Asignatura	Aplicacion deportiva I gimnasia artistica masculina y femenina
Titulación	11CD - Grado en Ciencias del Deporte
Centro responsable de la titulación	Facultad de Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte - Inef
Semestre/s de impartición	Séptimo semestre
Módulos	Modulo 10 itinerario de orientacion profesional
Carácter	Optativa
Código UPM	115000129
Nombre en inglés	Sport applications I male and female gymnastics

Datos Generales

Créditos	6	Curso	4
Curso Académico	2016-17	Período de impartición	Septiembre-Enero
Idioma de impartición	Castellano	Otros idiomas de impartición	

Requisitos Previos Obligatorios

Asignaturas Previas Requeridas

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidas asignaturas previas superadas para esta asignatura.

Otros Requisitos

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidos otros requisitos para esta asignatura.

Conocimientos Previos

Asignaturas Previas Recomendadas

Tecnificación en deporte: gimnasia artistica masculina y femenina

Kinesiología y sistematica de la actividad fisica y el deporte

Fisiología humana

Habilidades gimnasticas

Biomecanica de la actividad fisica y el deporte

Metodología del entrenamiento deportivo y acondicionamiento fisico

Otros Conocimientos Previos Recomendados

Será recomendable unos conocimientos teóricos previos sobre anatomía funcional (contenido afín a las asignaturas de Cinesiología y biomecánica) muy necesarios para el diseño y descripción de las habilidades y elementos técnicos de la gimnasia art

Competencias

CE10 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CE13 - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y salud. Nivel 3.

CE7 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

CE8 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CG3 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG8 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

Resultados de Aprendizaje

RA9 - Aplicación de habilidades, técnicas y metodologías adquiridas en los módulos básicos para el correcto desempeño de la profesión según el itinerario elegido.

RA4 - Poner en práctica habilidades de expresión y comunicación oral y escrita en el contexto profesional.

Profesorado

Profesorado

Nombre	Despacho	e-mail	Tutorías
Grande Rodriguez, Ignacio (Coordinador/a)	204	ignacio.grande@upm.es	L - 10:00 - 13:00 X - 10:00 - 13:00 Las tutorías podrán realizarse en el despacho 204 o en la sala de gimnasia artística (CSD: tutorías prácticas)

Nota.- Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

Descripción de la Asignatura

Dentro de la formación del estudiante en contenidos relacionados con la práctica y entrenamiento deportivo, la asignatura pretende dotarle de los conocimientos y herramientas necesarias para dirigir y planificar la etapa de tecnificación deportiva en estas especialidades gimnásticas.

Temario

1. APARATO DE SUELO: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAF Y GAM.
2. ELEMENTOS ACROBÁTICOS EN SUELO (Niveles de competición nacional base)
3. ELEMENTOS NO ACROBÁTICOS EN SUELO (Niveles de competición nacional base)
4. ELEMENTOS GIMNÁSTICOS EN SUELO (Niveles de competición nacional base)
5. EL MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO EN GIMNASIA ARTÍSTICA.
6. APARATO DE POTRO CON ARCOS: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAM.
7. ELEMENTOS TÉCNICOS EN POTRO CON ARCOS (Nivel de competición nacional base).
8. APARATO DE ANILLAS: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAM.
9. ELEMENTOS TÉCNICOS EN ANILLAS (Niveles de competición nacional base)
10. PREPARACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE TECNIFICACIÓN DE LA GIMNASIA ARTÍSTICA
11. APARATO DE BARRA DE EQUILIBRIOS: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAF.
12. ELEMENTOS TÉCNICOS EN BARRA DE EQUILIBRIOS (Nivel de competición nacional base)
13. SALTO: saltos con entrada con giro en el primer vuelo (Tsukahara y Kasamatsu)
14. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO EN LA ETAPA DE TECNIFICACIÓN EN GIMNASIA ARTÍSTICA
15. APARATO DE BARRA DE PARALELAS: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAM
16. ELEMENTOS TÉCNICOS EN PARALELAS (Nivel de competición nacional base)
17. APARATO DE BARRA DE BARRA FIJA: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAM.
18. ELEMENTOS TÉCNICOS EN BARRA FIJA (Nivel de competición nacional base)
19. APARATO DE BARRA DE PARALELAS ASIMÉTRICAS: NORMATIVA TÉCNICA NACIONAL BASE GAF.
20. ELEMENTOS TÉCNICOS EN PARALELAS ASIMÉTRICAS (Nivel de competición nacional base)
21. CÓDIGO DE Puntuación (I)

Cronograma

Horas totales: 159 horas

Horas presenciales: 64 horas (41%)

Peso total de actividades de evaluación continua:
100%

Peso total de actividades de evaluación sólo prueba final:
100%

Semana	Actividad Presencial en Aula	Actividad Presencial en Laboratorio	Otra Actividad Presencial	Actividades Evaluación
Semana 1			<p>Presentación de la asignatura y Tema 1: Normativa base suelo</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 2: Acrobáticos suelo</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 2			<p>Tema 2: Acrobáticos suelo</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 1. Bloque suelo I</p> <p>Duración: 10:00</p> <p>TI: Técnica del tipo Trabajo Individual</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad no presencial</p>
Semana 3			<p>Tema 2: Acrobáticos suelo</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 4			<p>Tema 3: Técnica elementos no acrobáticos en suelo</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 4: Técnica elementos gimnásticos en suelo</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque suelo II.</p> <p>Duración: 10:00</p> <p>TI: Técnica del tipo Trabajo Individual</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad no presencial</p>
Semana 5			<p>Tema 5: Diseño del microciclo de entrenamiento</p> <p>Duración: 02:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 6: Normativa base potro con arcos</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 7: Técnica potro con arcos</p> <p>Duración: 01:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Diseño microciclo</p> <p>Duración: 15:00</p> <p>TI: Técnica del tipo Trabajo Individual</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad no presencial</p>
Semana 6			<p>Tema 7: Técnica potro con arcos</p> <p>Duración: 04:00</p> <p>OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Bloque Potro con arcos - Anillas</p> <p>Duración: 10:00</p> <p>TI: Técnica del tipo Trabajo Individual</p> <p>Evaluación continua</p> <p>Actividad no presencial</p>

Semana 7			<p>Tema 8: Normativa base anillas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 9. Técnica en anillas Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 8			<p>Tema 9: Técnica en anillas Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 10: Preparación física etapa de tecnificación Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 5. Preparación Física Duración: 20:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 9			<p>Tema 11. Normativa base barra de equilibrios Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 12: Técnica en barra de equilibrios Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 10			<p>Tema 12: Técnica en barra de equilibrios Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 13: Técnica de salto Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Bloque barra de equilibrios Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 11			<p>Tema 13: Técnica de salto Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 14: Planificación del entrenamiento en la etapa de tecnificación Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	
Semana 12			<p>Tema 15: Normativa base paralelas masculinas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 16: Técnica paralelas masculinas Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque salto - paralelas masculinas Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>

Semana 13			<p>Tema 16: Técnica paralelas masculinas Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 17: Normativa base Barra Fija Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 18: Técnica barra fija Duración: 01:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 14			<p>Tema 18: Técnica barra fija Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 19: Normativa base paralelas asimétricas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Bloque barra fija - paralelas asimétricas Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 15			<p>Tema 20: Técnica paralelas asimétricas Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 16			<p>Tema 21: Código de Puntuación (COP) Duración: 04:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	
Semana 17				<p>Examen final teórico-práctico Duración: 04:00 EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Actividad no presencial</p>

Nota.- El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura que puede sufrir modificaciones durante el curso.

Nota 2.- Para poder calcular correctamente la dedicación de un alumno, la duración de las actividades que se repiten en el tiempo (por ejemplo, subgrupos de prácticas") únicamente se indican la primera vez que se definen.

Actividades de Evaluación

Semana	Descripción	Duración	Tipo evaluación	Técnica evaluativa	Presencial	Peso	Nota mínima	Competencias evaluadas
2	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 1. Bloque suelo I	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE8, CE13
4	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque suelo II.	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE7, CE10
5	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Diseño microciclo	15:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	20%	5 / 10	CE10, CG3, CE7
6	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Bloque Potro con arcos - Anillas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE13, CG8
8	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 5. Preparación Física	20:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	20%	5 / 10	CG3, CE8
10	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Bloque barra de equilibrios	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CG8, CE13, CG3
12	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque salto - paralelas masculinas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CG3, CE7, CE8
14	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Bloque barra fija - paralelas asimétricas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE7, CE8, CE13
17	Examen final teórico-práctico	04:00	Evaluación sólo prueba final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No	100%	5 / 10	CE13, CG3, CE10, CE7, CG8, CE8

Criterios de Evaluación

- Se establece la realización del cuaderno de la asignatura como actividad a realizar durante el desarrollo del curso como forma de EVALUACIÓN CONTINUA.
- El cuaderno consta de 8 preguntas sobre los diferentes bloques de contenidos de la asignatura.
- Se debe dar respuesta a todas las preguntas estando barrenadas en función de un porcentaje específico de valoración de cada pregunta.
- Para superar la asignatura se deberá alcanzar una nota mínima media de 5.00 puntos.
- Para la evaluación final se establece un examen final teórico-práctico de todos los contenidos desarrollados en la asignatura.

Recursos Didácticos

Descripción	Tipo	Observaciones
CARRASCO, R. (1977) "Gymnastique aux agrés. L'activité du debutant. Programmes pédagogiques". Ed. Vigot, París.	Bibliografía	
ESTAPÉ, E. (2002). "La acrobacia en Gimnasia Artística". Editorial INDE, Barcelona.	Bibliografía	
LEGUET, J. (1989) "Actions motrices en gymnastique sportive" Vigot, París.	Bibliografía	
READHEAD, L. (1993) "Manual de entrenamitno de Gimnasia Masculina" Paidotribo, Barcelona.	Bibliografía	
SMOLEVSKIY, V. y GAVERDOVSKIY, I. (1996) "Tratado general de gimnasia artística deportiva". Editorial Paidotribo, Barcelona.	Bibliografía	
STILL, C. (1993) "Manual de Gimnasia Artística Femenina". Editorial paidotribo, Barcelona.	Bibliografía	
FIG (2016) Código de Puntuación. Gimnasia Artística Femenina. Federación Internacional de Gimnasia.	Bibliografía	
CARRASCO, R. (1980) "Gymnastique pedagogique aux agrés". Vigot, París.	Bibliografía	
ESTAPE, E.; LOPEZ, M. y GRANDE, I. (1999) "Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo" Editorial INDE, Barcelona.	Bibliografía	
FIG (2016) "Código Internacional de Puntuación. Gimnasia Artística Masculina". Lausanne.	Bibliografía	
GINES, J. (1985) "Gimnasia deportiva básica: suelo y potro". Editorial Alhambra, Madrid	Bibliografía	
THOMAS, L.; FIARD, J.; SOULARD, C. y CHAITEMPS, G. (1997) "Gimnasia Deportiva". Editorial Agonos, Zaragoza.	Bibliografía	
SANDS, W.A. (2003) "Scientific aspects of women's gymnastics". Ed Karger, USA.	Bibliografía	
http://infogimnasia.over-blog.es	Recursos web	
http://www.rfegimnasia.es	Recursos web	
http://www.fig-gymnastics.com/site/	Recursos web	