

**ANX-PR/CL/001-01**  
**GUÍA DE APRENDIZAJE**

**ASIGNATURA**

Aplicacion deportiva II gimnasia artistica masculina y femenina

**CURSO ACADÉMICO - SEMESTRE**

2016-17 - Segundo semestre

## Datos Descriptivos

<b>Nombre de la Asignatura</b>	Aplicacion deportiva II gimnasia artistica masculina y femenina
<b>Titulación</b>	11CD - Grado en Ciencias del Deporte
<b>Centro responsable de la titulación</b>	Facultad de Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte - Inef
<b>Semestre/s de impartición</b>	Octavo semestre
<b>Módulos</b>	Modulo 10 itinerario de orientacion profesional
<b>Carácter</b>	Optativa
<b>Código UPM</b>	115000140
<b>Nombre en inglés</b>	Sport applications II male and female gymnastics

## Datos Generales

<b>Créditos</b>	6	<b>Curso</b>	4
<b>Curso Académico</b>	2016-17	<b>Período de impartición</b>	Febrero-Junio
<b>Idioma de impartición</b>	Castellano	<b>Otros idiomas de impartición</b>	

## Requisitos Previos Obligatorios

### Asignaturas Previas Requeridas

Aplicacion deportiva I gimnasia artistica masculina y femenina

### Otros Requisitos

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

## Conocimientos Previos

### Asignaturas Previas Recomendadas

Aplicacion deportiva I gimnasia artistica masculina y femenina

Tecnificacion en deporte: gimnasia artistica masculina y femenina

Kinesiologia y sistematica de la actividad fisica y el deporte

Fisiologia humana

Habilidades gimnasticas

Biomecanica de la actividad fisica y el deporte

Metodologia 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

---

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.

RA11 - Desenvolvimiento eficiente en un contexto profesional real según el itinerario elegido.

## Profesorado

---

### Profesorado

Nombre	Despacho	e-mail	Tutorías
Grande Rodriguez, Ignacio <b>(Coordinador/a)</b>	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 Alto Rendimiento Deportivo (ARD) deportiva en estas especialidades gimnásticas.

## Temario

---

1. APARATO DE SUELO: NORMATIVA FIG GAF Y GAM.
2. ELEMENTOS ACROBÁTICOS ARD EN SUELO (Niveles de competición FIG)
3. ELEMENTOS NO ACROBÁTICOS ARD EN SUELO (Niveles de competición FIG)
4. ELEMENTOS GIMNÁSTICOS ARD EN SUELO (Niveles de competición FIG)
5. PLANIFICACION Y PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO EN GIMNASIA ARTÍSTICA (ARD)
6. APARATO DE POTRO CON ARCOS: NORMATIVA FIG
7. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN POTRO CON ARCOS (Nivel de competición FIG).
8. APARATO DE ANILLAS: NORMATIVA FIG..
9. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN ANILLAS (Niveles de competición FIG)
10. PREPARACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE ALTO RENDIMIENTO DE LA GIMNASIA ARTÍSTICA I
11. APARATO DE BARRA DE EQUILIBRIOS: NORMATIVA FIG
12. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN BARRA DE EQUILIBRIOS (Nivel de competición FIG)
13. SALTO: saltos desde rondada-flic-flac (Yurchenko)
14. PREPARACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE ALTO RENDIMIENTO DE LA GIMNASIA ARTÍSTICA II
15. APARATO DE BARRA DE PARALELAS MASCULINAS: NORMATIVA FIG
16. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN PARALELAS MASCULINAS (Nivel de competición FIG)
17. APARATO DE BARRA DE BARRA FIJA: NORMATIVA FIG
18. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN BARRA FIJA (Nivel de competición FIG)
19. APARATO DE BARRA DE PARALELAS ASIMÉTRICAS: NORMATIVA FIG.
20. ELEMENTOS TÉCNICOS ARD EN PARALELAS ASIMÉTRICAS (Nivel de competición FIG)
21. CÓDIGO DE PUNTUACION (I)
22. LA COMPETICION EN GIMNASIA ARTÍSTICA: ORGANIZACIÓN Y ESTRUCTURA.

## 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><b>Presentación de la asignatura y Tema 1: Normativa FIG suelo</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 2			<p><b>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo</b> Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 1. Bloque suelo I</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 3			<p><b>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo</b> Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 4			<p><b>Tema 3. Técnica elementos no acrobáticos ARD en suelo</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 4: Técnica elementos gimnásticos ARD en suelo</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 5			<p><b>Tema 5: Planificación y periodización del entrenamiento en el ARD en Gimnasia Artística</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 6: Normativa FIG potro con arcos</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 7: Técnica ARD potro con arcos</b> Duración: 01:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque potro con arcos.</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 6			<p><b>Tema 7: Técnica ARD potro con arcos</b> Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	

Semana 7			<p><b>Tema 8: Normativa FIG anillas</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 9. Técnica ARD en anillas</b> Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Bloque anillas</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 8			<p><b>Tema 9: Técnica ARD en anillas</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 10: Preparación física etapa de Alto Rendimiento Deportivo en Gimnasia Artística I</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Diseño Preparación Física</b> Duración: 15:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 9			<p><b>Tema 11. Normativa FIG barra de equilibrios</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 12: Técnica ARD en barra de equilibrios</b> Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 10			<p><b>Tema 12: Técnica ARD en barra de equilibrios</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 13: Técnica de salto</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 5. Barra de equilibrios</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 11			<p><b>Tema 13: Técnica de salto (Yurchenko)</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 14: Preparación física etapa de Alto Rendimiento Deportivo en Gimnasia Artística II</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Paralelas masculinas</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 12			<p><b>Tema 15: Normativa FIG paralelas masculinas</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 16: Técnica ARD paralelas masculinas</b> Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	

Semana 13			<p><b>Tema 16: Técnica ARD paralelas masculinas</b> Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 17: Normativa FIG Barra Fija</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 18: Técnica ARD barra fija</b> Duración: 01:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 14			<p><b>Tema 18: Técnica ARD barra fija</b> Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p><b>Tema 19: Normativa FIG paralelas asimétricas</b> Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque barra fija - paralelas asimétricas</b> Duración: 10:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 15			<p><b>Tema 20: Técnica ARD paralelas asimétricas</b> Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p><b>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Planificación y periodización</b> Duración: 20:00 TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Actividad no presencial</p>
Semana 16			<p><b>Tema 21: Código de Puntuación (COP)</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Tema 22: La competición en Gimnasia Artística</b> Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	
Semana 17				<p><b>Examen final teórico-práctico</b> 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	CG3
5	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque potro con arcos.	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE8, CG8
7	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Bloque anillas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE8, CG8
8	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Diseño Preparación Física	15:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	20%	5 / 10	CE8, CG3, CG8
10	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 5. Barra de equilibrios	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE8, CG8
11	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Paralelas masculinas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CG3, CG8
14	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque barra fija - paralelas asimétricas	10:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	10%	5 / 10	CE8, CG3
15	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Planificación y periodización	20:00	Evaluación continua	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No	20%	5 / 10	CE8, CG3, CG8
17	Examen final teórico-práctico	04:00	Evaluación sólo prueba final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No	100%	5 / 10	CE8, CG3, CG8

## 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	
<a href="http://infogimnasia.over-blog.es">http://infogimnasia.over-blog.es</a>	Recursos web	
<a href="http://www.rfegimnasia.es">http://www.rfegimnasia.es</a>	Recursos web	
<a href="http://www.fig-gymnastics.com/site/">http://www.fig-gymnastics.com/site/</a>	Recursos web	