



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

PROCESO DE
COORDINACIÓN DE LAS
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y del Deporte -
Inef

ANX-PR/CL/001-01

GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100140 - Aplicación Deportiva II: Gimnasia Artística Masculina y Deportiva

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2019/20 - Segundo semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Requisitos previos obligatorios.....	2
4. Conocimientos previos recomendados.....	2
5. Competencias y resultados de aprendizaje.....	3
6. Descripción de la asignatura y temario.....	3
7. Cronograma.....	5
8. Actividades y criterios de evaluación.....	8
9. Recursos didácticos.....	9

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100140 - Aplicación Deportiva II: Gimnasia Artística Masculina y Deportiva
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Optativa
Curso	Cuarto curso
Semestre	Octavo semestre
Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano
Titulación	11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Centro responsable de la titulación	11 - Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
Curso académico	2019-20

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Ignacio Grande Rodriguez (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)

Benjamin Bango Melcon	208	benjamin.bango@upm.es	L - 08:00 - 11:00 X - 08:00 - 11:00
-----------------------	-----	-----------------------	--

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

3. Requisitos previos obligatorios

3.1. Asignaturas previas requeridas para cursar la asignatura

- Aplicación Deportiva I: Gimnasia Artística Masculina y Deportiva

3.2. Otros requisitos previos para cursar la asignatura

El plan de estudios Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte no tiene definidos requisitos para esta asignatura.

4. Conocimientos previos recomendados

4.1. Asignaturas previas que se recomienda haber cursado

El plan de estudios Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte no tiene definidas asignaturas previas recomendadas para esta asignatura.

4.2. Otros conocimientos previos recomendados para cursar la asignatura

- 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

5. Competencias y resultados de aprendizaje

5.1. Competencias

CE08 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CG03 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG08 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

5.2. Resultados del aprendizaje

RA229 - Diseñar, planificar y desarrollar programas de entrenamiento de alto rendimiento en el contexto de la gimnasia artística

6. Descripción de la asignatura y temario

6.1. 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.

6.2. Temario de la asignatura

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 TECNICOS 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.

7. Cronograma

7.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad presencial en aula	Actividad presencial en laboratorio	Otra actividad presencial	Actividades de evaluación
1			<p>Presentación de la asignatura y Tema 1: Normativa FIG suelo Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
2			<p>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 1. Bloque suelo I TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>
3			<p>Tema 2: Acrobáticos ARD suelo Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
4			<p>Tema 3: Técnica elementos no acrobáticos ARD en suelo Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 4: Técnica elementos gimnásticos ARD en suelo Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
5			<p>Tema 5: Planificación y periodización del entrenamiento en el ARD en Gimnasia Artística Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 6: Normativa FIG potro con arcos Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 7: Técnica ARD potro con arcos Duración: 01:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque potro con arcos. TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>
6			<p>Tema 7: Técnica ARD potro con arcos Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
7			<p>Tema 8: Normativa FIG anillas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 9: Técnica ARD en anillas Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Bloque anillas TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>

8			<p>Tema 9: Técnica ARD en anillas Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 10: Preparación física etapa de Alto Rendimiento Deportivo en Gimnasia Artística I Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Diseño Preparación Física TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 15:00</p>
9			<p>Tema 11. Normativa FIG barra de equilibrios Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 12: Técnica ARD en barra de equilibrios Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
10			<p>Tema 12: Técnica ARD 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 5. Barra de equilibrios TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>
11			<p>Tema 13: Técnica de salto (Yurchenko) Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 14: Preparación física etapa de Alto Rendimiento Deportivo en Gimnasia Artística II Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Paralelas masculinas TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>
12			<p>Tema 15: Normativa FIG paralelas masculinas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 16: Técnica ARD paralelas masculinas Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
13			<p>Tema 16: Técnica ARD paralelas masculinas Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p> <p>Tema 17: Normativa FIG Barra Fija Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Tema 18: Técnica ARD barra fija Duración: 01:00 OT: Otras actividades formativas</p>	

14			Tema 18: Técnica ARD barra fija Duración: 03:00 OT: Otras actividades formativas Tema 19: Normativa FIG paralelas asimétricas Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque barra fija - paralelas asimétricas TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00
15			Tema 20: Técnica ARD paralelas asimétricas Duración: 04:00 OT: Otras actividades formativas	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Planificación y periodización TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 20:00
16			Tema 21: Código de Puntuación (COP) Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral Tema 22: La competición en Gimnasia Artística Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
17				Examen final teórico-práctico EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Duración: 04:00

Las horas de actividades formativas no presenciales son aquellas que el estudiante debe dedicar al estudio o al trabajo personal.

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

* El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura y puede sufrir modificaciones durante el curso.

8. Actividades y criterios de evaluación

8.1. Actividades de evaluación de la asignatura

8.1.1. Evaluación continua

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
2	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 1. Bloque suelo I	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG03 CE08
5	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 2. Bloque potro con arcos.	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG08 CE08
7	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 3. Bloque anillas	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG03 CG08
8	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 4. Diseño Preparación Física	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	15:00	20%	5 / 10	CE08
10	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 5. Barra de equilibrios	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG03 CG08
11	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 6: Paralelas masculinas	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG08 CE08
14	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 7: Bloque barra fija - paralelas asimétricas	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	10%	5 / 10	CG03 CG08
15	Cuaderno de la Asignatura - Pregunta 8: Planificación y periodización	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	20:00	20%	5 / 10	CG03 CG08 CE08

8.1.2. Evaluación sólo prueba final

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Examen final teórico-práctico	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No Presencial	04:00	100%	5 / 10	CG03 CG08 CE08

8.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

8.2. 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.

9. Recursos didácticos

9.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	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, Paris.	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 CHAUTEMPS, 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	