ANX-PR/CL/001-01
GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100019 - Habilidades Gimnásticas

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2023/24 - Primer semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos....1
2. Profesorado....1
3. Conocimientos previos recomendados....2
4. Competencias y resultados de aprendizaje....3
5. Descripción de la asignatura y temario....5
6. Cronograma....7
7. Actividades y criterios de evaluación....11
8. Recursos didácticos....20
9. Otra información....22

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100019 - Habilidades Gimnásticas
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Obligatoria
Curso	Segundo curso
Semestre	Tercer semestre Cuarto semestre
Período de impartición	Septiembre-Enero
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 Fisica Y Del Deporte - Inef
Curso académico	2023-24

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Monica Hontoria Galan	107	monica.hontoria@upm.es	M - 12:00 - 15:00 J - 12:00 - 15:00 Solicitar cita previa por email
Amelia Ferro Sanchez (Coordinador/a)	107	amelia.ferro@upm.es	M - 10:00 - 12:00 M - 14:00 - 15:00 J - 10:00 - 12:00 J - 14:00 - 15:00 Solicitar cita previa por email

Ignacio Grande Rodriguez	204	ignacio.grande@upm.es	L - 09:00 - 11:00 M - 09:00 - 11:00 X - 09:00 - 11:00 J - 09:00 - 11:00 Solicitar cita previa por email
Alvaro Carrascal Rubio	G. Artística	alvaro.carrascal@upm.es	M - 14:00 - 16:00 X - 08:00 - 10:00 J - 14:00 - 16:00 Solicitar cita previa por email.

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

3. Conocimientos previos recomendados

3.1. 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.

3.2. Otros conocimientos previos recomendados para cursar la asignatura

- Serían convenientes algunos conocimientos sobre términos específicos asociados a la descripción y análisis del movimiento humano. También ciertos conocimientos sobre anatomía funcional.

4. Competencias y resultados de aprendizaje

4.1. Competencias

CE02 - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de Educación Física en el contexto educativo. Nivel 3.

CE03 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los escolares en la práctica de actividades físicas inadecuadas o realizadas de forma incorrecta. Nivel 3.

CE05 - Seleccionar y saber utilizar, en la puesta en práctica de programas de Educación Física, el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad y para cada contexto. Nivel 3.

CE06 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte entre la población escolar. Nivel 3.

CE09 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los deportistas por la práctica de actividades físicas inadecuadas, en el contexto del entrenamiento deportivo. Nivel 2.

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

CE11 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CG01 - Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG04 - Mostrar disposición y habilidad para el trabajo y el liderazgo en equipo.

CG05 - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG16 - Desarrollar la conciencia de respeto e igualdad entre géneros, igualdad democrática y atención a la diversidad, como principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

4.2. Resultados del aprendizaje

RA71 - Comprensión de las diferentes formas que puede adquirir la iniciación deportiva

RA467 - Conocimiento y aplicación de los aspectos básicos del código de puntuación de Gimnasia Rítmica y Artística

RA473 - Utilizar los conocimientos y las técnicas de la gimnasia rítmica (técnica corporal y técnicas de aparatos gimnásticos) para desarrollar la creatividad y fomentar el trabajo en grupo

RA469 - Diseñar progresiones para el aprendizaje de la Gimnasia rítmica en el ámbito de la iniciación deportiva

RA470 - Diseñar progresiones para el aprendizaje de la Gimnasia artística en el ámbito de la iniciación deportiva

RA471 - Diseñar progresiones para el aprendizaje de la Gimnasia artística en el ámbito de la Educación Física

RA468 - Diseñar progresiones para el aprendizaje de la Gimnasia rítmica en el ámbito de la Educación Física

RA403 - Conocer y comprender los fundamentos básicos de las Habilidades gimnásticas: Gimnasia rítmica y Gimnasia artística

RA250 - Comprensión de las diferentes formas que puede adquirir la iniciación deportiva

RA249 - Saber identificar y corregir errores en las prácticas motrices para la prevención de riesgos a la hora de aplicarlas en diferentes colectivos

RA68 - Adquisición y desarrollo de habilidades motrices como consecuencia de la práctica de variadas modalidades deportivas

5. Descripción de la asignatura y temario

5.1. Descripción de la asignatura

La asignatura tiene como principal objetivo la formación específica del estudiante en las habilidades acrobáticas y gimnásticas relacionadas con los deportes de la Gimnasia Rítmica y Artística en el ámbito de la Educación Física y de la iniciación deportiva. Se trata de conocer estos deportes incluidos dentro de la Gimnasia y adquirir habilidades y recursos meteorológicos para diseñar situaciones de enseñanza-aprendizaje adecuadas para la iniciación deportiva y para su utilización dentro del ámbito de la docencia en Educación Física.

5.2. Temario de la asignatura

1. Introducción a las disciplinas gimnásticas I: Gimnasia Rítmica. Modalidades, aparatos y generalidades sobre reglamentación.

2. La Música en la Gimnasia Rítmica. Conceptos básicos y práctica.

3. El calentamiento y la preparación física específica. Control postural.

4. Técnica Corporal I. Iniciación a las técnicas sin dificultad en el Código FIG. Análisis y progresiones técnicas pedagógicas. Simbología y representación grafica de los diferentes grupos corporales.

5. Técnica Corporal II. Iniciación a las técnicas con Dificultad en el código FIG. Análisis y progresiones técnicas pedagógicas.

6. La composición coreográfica. Coreografía de conjunto de Manos Libres. Código FIG.

7. Técnica de aparatos gimnásticos: Iniciación a las técnicas de Cuerda, Aro y Pelota. Análisis y progresiones técnicas. Coreografías de Conjunto de Aparatos gimnásticos. Modalidades. Código FIG.

8. Introducción a las disciplinas gimnásticas II: Gimnasia Artística. Modalidades, aparatos y generalidades sobre reglamentación.

9. Terminología III: Gimnasia Artística. Terminología básica y Principios técnicos de los elementos gimnásticos.

10. Las habilidades gimnásticas aplicadas al ámbito educativo.

11. Habilidades gimnásticas y acrobáticas I (suelo)

12. Habilidades gimnásticas y acrobáticas II (salto)

13. El material técnico y la seguridad; salas, aparatos, dispositivos auxiliares, equipamiento de los/las gimnastas y procedimientos de ayuda y protección

6. Cronograma

6.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad en aula	Actividad en laboratorio	Tele-enseñanza	Actividades de evaluación
1	**Tema 1** Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	**Tema 2** Duración: 01:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral **Tema 9** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos		
2		**Tema 3 y 4** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos **Tema 11** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
3		**Tema 4** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos **Tema 11** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
4	**Tema 10** Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	**Tema 4** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos		**Trabajo evaluación progresiva Gimnasia Artística-1. Terminología de Gimnasia Artística** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 01:00 **Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
5		**Tema 5** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos **Tema 11** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00

6		**Tema 5** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas **Tema 11** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
7	**Tema 5** Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	**Tema 11** Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00 **Trabajo/s de evaluación progresiva Gimnasia Artística- 2: Diseño de sesiones en el ámbito educativo** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua No presencial Duración: 05:00
8	**Tema 8** Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	**Temas 6** Duración: 02:00 AR: Aprendizaje basado en retos		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
9		**Tema 7** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas **Tema 11** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Trabajo práctico de Gimnasia Rítmica módulo 1: Kahoot y/o Portafolios** TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua No presencial Duración: 02:00
10		**Tema 7** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas **Tema 12** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
11		**Tema 7** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas **Tema 12** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
12		**Tema 7** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas **Tema 12** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Trabajo práctico de Gimnasia Rítmica módulo 2: Kahoot y/o Portafolios** TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua No presencial Duración: 02:00 **Examen práctico de evaluación progresiva - 1. Gimnasia Rítmica (conjuntos): Coreografía Técnica de Aro**

				EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 01:00
13		**Tema 7** Duración: 02:00 AIV: Aula invertida **Tema 13** Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas		**Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 02:00
14		**Tema 7** Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas		**Examen Práctico de evaluación progresiva - 2. Gimnasia Rítmica (conjuntos): Coreografía Técnica de Pelota** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 01:00 **Trabajo de Gimnasia Rítmica módulo 3: Kahoot y/o Portafolios** TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua No presencial Duración: 01:00
15				
16				
				Trabajo/s evaluación progresiva Gimnasia Artística-3: Vídeo Habilidades Acrobáticas básicas. EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua No presencial Duración: 20:00 **Examen teórico de evaluación progresiva. Gimnasia Rítmica** EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua Presencial Duración: 02:00 **Examen práctico de evaluación progresiva de Gimnasia Rítmica (conjunto): Coreografía Técnica de Manos Libres** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 01:30 **Trabajo final práctico de Gimnasia Rítmica: Descripción de la Coreografía de Manos Libres** TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua No presencial Duración: 02:00 **Examen teorico global de Gimnasia Rítmica**

17				EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 02:00 **Examen práctico global de Gimnasia Rítmica (individual/conjunto): Coreografía Técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 01:30 **Trabajo de evaluación global Gimnasia Rítmica: Fichas de módulos 1, 2 y 3 y descripción de la Coreografía de las técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota** TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 05:00 **Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-1: Terminología de Gimnasia artística** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 05:00 **Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-2: Diseño de sesiones en el ámbito educativo** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 10:00 **Trabajo/s evaluación global Gimnasia Artística-3: Vídeo Habilidades Acrobáticas básicas.** EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 20:00

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.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación (progresiva)

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
2	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
3	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
4	Trabajo evaluación progresiva Gimnasia Artística-1. Terminología de Gimnasia Artística	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	01:00	5%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE02 CE05
4	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
5	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
6	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05

7	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
7	Trabajo/s de evaluación progresiva Gimnasia Artística- 2: Diseño de sesiones en el ámbito educativo	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No Presencial	05:00	15%	5 / 10	CG01 CE02 CE03 CE05 CE06
8	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
9	Trabajo práctico de Gimnasia Rítmica módulo 1: Kahoot y/o Portafolios	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	02:00	1%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE11 CE05
10	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
11	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
12	Trabajo práctico de Gimnasia Rítmica módulo 2: Kahoot y/o Portafolios	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	02:00	1%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE11 CE05
12	Examen práctico de evaluación progresiva - 1. Gimnasia Rítmica (conjuntos): Coreografía Técnica de Aro	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:00	5%	5 / 10	CG01 CG04 CE10 CE05
13	Participación activa en las prácticas programadas en las sesiones	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	.25%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE10 CE05

14	Examen Práctico de evaluación progresiva - 2. Gimnasia Rítmica (conjuntos): Coreografía Técnica de Pelota	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:00	5%	5 / 10	CG01 CG04 CE10 CE05
14	Trabajo de Gimnasia Rítmica módulo 3: Kahoot y/o Portafolios	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	01:00	.5%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE11 CE05
17	Trabajo/s evaluación progresiva Gimnasia Artística-3: Vídeo Habilidades Acrobáticas básicas.	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No Presencial	20:00	30%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE09 CE10 CE11
17	Examen teórico de evaluación progresiva. Gimnasia Rítmica	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	17.5%	5 / 10	CG01 CE11 CE02 CE05
17	Examen práctico de evaluación progresiva de Gimnasia Rítmica (conjunto): Coreografía Técnica de Manos Libres	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	15%	5 / 10	CG01 CG04 CE10 CE05
17	Trabajo final práctico de Gimnasia Rítmica: Descripción de la Coreografía de Manos Libres	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	02:00	2.5%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE10 CE05

7.1.2. Prueba evaluación global

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Examen teorico global de Gimnasia Rítmica	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	20%	5 / 10	CG01 CE11 CE02 CE05
17	Examen práctico global de Gimnasia Rítmica (individual/conjunto): Coreografía Técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	25%	5 / 10	CG01 CG04 CE10 CE05
17	Trabajo de evaluación global Gimnasia Rítmica: Fichas de módulos 1, 2 y 3 y descripción de la Coreografía de las técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	05:00	5%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE10 CE05

17	Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-1: Terminología de Gimnasia artística	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No Presencial	05:00	5%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE11 CE02 CE05
17	Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-2: Diseño de sesiones en el ámbito educativo	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No Presencial	10:00	15%	5 / 10	CG01 CE02 CE03 CE05 CE06
17	Trabajo/s evaluación global Gimnasia Artística-3: Vídeo Habilidades Acrobáticas básicas.	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	No Presencial	20:00	30%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE09 CE10 CE11

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
Examen teorico global de Gimnasia Rítmica	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	20%	5 / 10	CG01 CE11 CE02 CE05
Examen Práctico global de Gimnasia Rítmica (conjunto). Técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	25%	5 / 10	CG01 CG04 CE10 CE05
Trabajo de evaluación global Gimnasia Rítmica: Fichas de módulos 1, 2 y 3 y descripción de la Coreografía de las técnicas de Manos Libres, Aro y Pelota	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	05:00	5%	5 / 10	CG01 CG04 CG05 CE10 CE05
Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-1:Terminología de Gimnasia artística.	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	05:00	5%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CE11 CE02 CE05

Trabajo de evaluación global de Gimnasia Artística-2: Diseño de sesiones en el ámbito educativo	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	20:00	15%	5 / 10	CG01 CE02 CE03 CE05 CE06
Trabajo/s evaluación progresiva Gimnasia Artística-3: Vídeo Habilidades Acrobáticas básicas.	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	20:00	30%	5 / 10	CG16 CG01 CG04 CG05 CE09 CE10 CE11

7.2. Criterios de evaluación

CRITERIOS DE EVALUACION: HABILIDADES GIMNÁSTICAS 2º

A. En la EVALUACIÓN PROGRESIVA se valoran:

· BLOQUE I: GIMNASIA RÍTMICA (5 puntos).

1 Trabajo práctico en grupo. Módulos 1, 2 y 3. Karhoot y/o Portafolios (2,5%)

2. Participación activa en todas las prácticas organizadas en las sesiones de GR siguiendo un sistema de gamificación (2,5%).

3. Examen práctico parcial 1. Coreografía de la técnica de aro de GR (conjuntos) (5%).

4. Examen práctico parcial 2. Coreografía de la técnica de pelota de GR (conjuntos) (5%).

5. Examen práctico final. Coreografía de la técnica de manos libres de GR (conjuntos) (15%).

6. Examen teórico (individual) (17,5%).

7.Trabajo final en grupo - Descripción de la Coreografía de la técnica de manos libres de GR (2,5%).

· BLOQUE II: GIMNASIA ARTÍSTICA (5 puntos).

1. Trabajo individual 1. Terminología de GA (5%).

2. Trabajo práctico 2. Diseño de sesiones de GA en el ámbito educativo (15%).

3. Trabajo práctico 3. Vídeo de Habilidades acrobáticas de GA (30%).

ESPECIFICACIONES DE EVALUACIÓN:

1. Los exámenes prácticos parciales y final de Gimnasia rítmica se podrán realizar de tres formas:

A) Únicamente de forma individual.

B) Únicamente en conjunto.

C) Mixta: alguno individual y otros en conjunto.

En los tres casos el valor del examen práctico tendrá un peso del 25% dentro del bloque de Gimnasia Rítmica.

2. Para realizar el calculo de la nota media de la asignatura, se deberán superar los dos bloques de la asignatura (Gimnasia Rítmica y Gimnasia Artística) con una nota mínima de 5.00 puntos (sobre 10.00) (o una nota mínima de bloque de 2.50 p, sobre la nota de 5.00 p que vale cada bloque).

Si en cualquiera de los dos bloques el/la estudiante no supera este mínimo de 5.00 puntos sobre 10.00 puntos o 2.50 p sobre 5.00 p de cada bloque, NO SE REALIZA EL CALCULO DE

LA NOTA MEDIA por lo que la nota final que aparecerá en su calificación de la asignatura será de suspenso.

3. **La MEDIA de los dos bloques será la nota final de la asignatura.**

B. En la <u>EVALUACION GLOBAL</u> el/la estudiante deberá realizar las siguientes pruebas y trabajos:

· BLOQUE I: GIMNASIA RÍTMICA (5 puntos)

1. Trabajo global - Fichas de los módulos 1, 2 y 3 de las técnicas de manos libres, de cuerda, aro y pelota y descripción de la Coreografía de la técnica de manos libres (individual) (5%)

2. Examen teórico (individual) (20%)

3. Examen práctico de las técnicas de manos libres, aro y pelota de GR (individual/grupo) (25%)

Se suministrará información de los contenidos de las diferentes pruebas de evaluación en Moodle - asignatura Habilidades Gimnásticas-Gimnasia Rítmica.

· BLOQUE II: GIMNASIA ARTÍSTICA (5 puntos).

4. Trabajo práctico 1. Terminología de GA (5%).

5. Trabajo práctico 2. Diseño de sesiones de GA en el ámbito educativo (15%)

6. Trabajo práctico 3. Vídeo de Habilidades acrobáticas de GA (30%)

- Para superar la asignatura por Evaluación Global se deberán superar con un 5.00 p (sobre una nota máxima de 10.00 p) cada uno de los 6 apartados indicados anteriormente. A cada prueba se le aplica su porcentaje correspondiente siendo la suma de todos los valores obtenidos la nota final, que estará comprendida entre 0 y 10 puntos.

*** **IMPORTANTE:** En el caso de las convocatorias ordinarias o extraordinarias en la que al estudiante le haya quedado pendiente alguna parte de la asignatura, el profesorado responsable del grupo mantendrá las calificaciones de los trabajos o exámenes parciales que el/la estudiante haya logrado superar durante su evaluación progresiva.

8. Recursos didácticos

8.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
BARTA, A.; DURÁN, C. (1998).1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva. 2ª ed. Paidotribo.	Bibliografía	
CANALDA, A. (1998) "Gimnasia rítmica deportiva, teoría y práctica". Editorial PaidoTribo, Barcelona.	Bibliografía	
CARRASCO, R. (1977) "Gymnastique aux agrés. L'activité du debutant. Programmes pédagigiques". Ed. Vigot, parís.	Bibliografía	
FERNÁNDEZ, A. (1989) "Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos". Federación Española de Gimnasia. Madrid.	Bibliografía	
FERNÁNDEZ, A. (1991) "Gimnasia Rítmica. Vol. 6". Comité Olímpico Español. Madrid.	Bibliografía	
JASTRJEMBSKAIA, N. y TITOV, Y. (1998) "Rhythmic Gymnastics". Human Kinetics, Champaign, Illionois.	Bibliografía	
LEGUET, J. (1989) "Actions motrices en gymnastique sportive" Vigot, Paris.	Bibliografía	
MENDIZABAL, S y MENDIZÁBAL, I. (1987) ?Iniciación a la gimnasia rítmica. Aros, mazas y cinta?. Editorial Gymnos.	Bibliografía	

READHEAD, L. (1993) "Manual de entrenamitno de Gimnasia Masculina" Paidotribo, Barcelona.	Bibliografía	
STILL, C. (1993) "Manual de gimnasia artística femenina". Paidotribo, Barcelona.	Bibliografía	
BODO SMITH, A. (1985). Gimnasia Rítmica. Vigot. París.	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 (2022) "Código Internacional de Puntuación. Gimnasia Artística Femenina". Laussanne.	Bibliografía	
FIG (2022) "Código Internacional de Puntuación. Gimnasia Rítmica". Laussanne.	Bibliografía	
FIG (2022) "Código Internacional de Puntuación. Gimnasia Artística Masculina". Laussanne.	Bibliografía	
LE CAMUS, C. (1982) "La Gymnastique Rythmique Sportive et sa valeur éducative". VRIN.	Bibliografía	
LISISTSKAYA, T. (1995) "Gimnasia rítmica". Editorial PaidoTribo, Barcelona.	Bibliografía	
THOMAS, L.; FIARD, J.; SOULARD, C. y CHAUTEMPS, G. (1997) "Gimnasia Deportiva". Editorial Agonos, Zaragoza.	Bibliografía	

http://www.rfegimnasia.es	Recursos web	
http://www.fig-gymnastics.com/site/index.php	Recursos web	
Plataforma - Moodle - Habilidades Gimnásticas - Gimnasia Rítmica	Recursos web	Plataforma para enviar documentación al alumnado: fichas, artículos, documentos de trabajo, vídeos, instrucciones, normativas, código de FIG.
Plataforma - Moodle - Habilidades Gimnásticas - Gimnasia Artística	Recursos web	Plataforma para enviar documentación al alumnado: fichas, artículos, documentos de trabajo, vídeos, instrucciones, normativas, código de FIG.
Vídeos de competiciones de gimnasia rítmica	Recursos web	
Vídeos de coreografías de las técnicas de Manos libres y aparatos gimnásticos de gimnasia rítmica del alumnado	Recursos web	Con consentimiento informado individual. Para la preparación de exámenes prácticos

9. Otra información

9.1. Otra información sobre la asignatura

NORMAS IMPORTANTES PARA EL ALUMNADO

El Departamento de Deportes ha acordado establecer las siguientes normas de exigencia académica y comportamiento en clase:

1, Se deberá acudir a clase con ropa deportiva adecuada:

a) En el caso de la Gimnasia rítmica se deberá vestir con mallas largas o cortas, camiseta/maillot, calcetines (preferentemente antideslizantes) y pelo recogido. No se podrá realizar la práctica descalzo/a.

b) En el caso de la Gimnasia artística: pantalón corto o largo, camiseta, calcetines (preferentemente antideslizantes) y pelo recogido.

c) En todos los casos se evitará llevar complementos o atuendos que puedan provocar daño a uno/a mismo/a o a otros/as compañeros/as durante la ejecución de las prácticas, como anillos, pendientes, pulseras, relojes, prendedores de pelo u otros complementos de cortes afilados o punzantes.

d) El alumnado deberá asistir a clase manteniendo una adecuada higiene personal.

2. No se puede utilizar el teléfono móvil en clase salvo que el profesorado lo solicite para realizar alguna práctica concreta o para la evaluación final del profesorado. Además, deberá permanecer apagado o en modo silencio o avión y guardado en una mochila, bolsa o lugar apartado de la práctica deportiva.

3. Se deberá mantener debido respeto hacia el profesorado y el alumnado, tanto durante las explicaciones del profesorado, como durante las intervenciones en las que tenga que participar el alumnado. Esto incluye no utilizar palabras malsonantes que se consideren ofensivas y/o agresivas.

4. El alumnado que presente lesiones de cualquier tipo deberá asistir a clase siempre y cuando la prescripción médica lo permita y se pueda desplazar. En este caso, permanecerá sentado/a tomando nota y participando activamente en la sesión. En el caso de que la prescripción médica no lo permite deberá comunicárselo al profesorado que imparte la asignatura y al/la coordinador/a de la asignatura debiendo presentar los justificantes médicos que corresponda y durante el período que dure la incapacidad, sin que ello implique tener que exponer datos personales, ni de la enfermedad o lesión que sufra. Todos los partes o justificantes médicos serán tratados con la obligada confidencialidad por parte del profesorado.

5. Las faltas de puntualidad supondrán un porcentaje de participación activa menor, tanto en las clases teórico-prácticas como en las prácticas, en la evaluación progresiva.

6. Las sesiones prácticas se realizarán en grupos de 5-6 alumnos/as por lo que la no participación de algún miembro podría repercutir en el desarrollo del trabajo del resto del grupo. Por ello, si algún/a alumno/a desea aprobar la asignatura por evaluación global deberá comunicárselo al profesorado a principio de curso y al/la coordinador/a de la asignatura por escrito vía email.

7. Las solicitudes de cambio de grupo entre grupos del mismo semestre, se harán durante la primera semana de curso debiendo contactar, tanto con el profesorado asignado, como con el que se pretende hacer el cambio. El/la coordinador/a de la asignatura será la persona que autorice el cambio. En el caso de que el cambio solicitado sea entre grupos de diferente semestre, deberá solicitarse a Jefatura de estudios por escrito y de acuerdo a las normas que ésta dicte. Si hubiese algún cambio en esta norma, el alumnado se atendrá a lo publicado por el

Vicedecanato de Ordenación Académica.

8. El alumnado deberá responsabilizarse de dar buen uso al material deportivo utilizado para las prácticas. Deberá colaborar en trasladar el material desde el almacén a la instalación deportiva y participar en la extensión y recogida de los tapices (en el caso de Gimnasia rítmica). Para este fin se podrán establecer turnos rotatorios.

9. El alumnado deberá realizar las sesiones prácticas atendiendo estrictamente a las normas de seguridad que indique el profesorado evitando poner en riesgo su propia salud y la de sus compañeros/as y profesorado. Esto es especialmente importante en gimnasia artística, en la que se trabaja sobre grandes aparatos gimnásticos que requieren la supervisión del profesorado; y en gimnasia rítmica, con el uso de aparatos gimnásticos que pueden resultar peligrosos si se golpean, lanzan o quedan sueltos por el suelo. El profesorado se reservará el derecho de solicitar al alumnado que incumpla esta norma, que cese su actividad práctica durante la sesión, aunque esto no conlleve necesariamente el abandono de la misma.

10. La participación activa en las prácticas programadas de Gimnasia Rítmica se evaluará durante todas las sesiones del curso con una valoración de 0 -10 puntos