

GUÍA DOCENTE
FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES: GIMNASIA

I.- DATOS INICIALES DE IDENTIFICACIÓN

Nombre de la asignatura:	Gimnasia
Carácter:	Obligatorio
Titulación:	Licenciado en CC. A.F. y Deporte
Curso:	Primero
Departamento:	Educación Física y Deportiva
Profesor/es responsable/es:	Consuelo Martínez Martínez

II.- INTRODUCCIÓN A LA ASIGNATURA

Su objetivo es el de situar la asignatura dentro del conjunto de estudios que constituyen la titulación ofreciendo a los/as alumnos/as un conocimiento del medio gimnástico deportivo que le permita utilizarlo en un entorno profesional.

III.- VOLUMEN DE TRABAJO

	Horas/curso
ASISTENCIA A CLASES TEORICAS	15
ASISTENCIA A CLASES PRÁCTICAS	45
TAREAS Y TRABAJOS AUTÓNOMOS DE LOS ALUMNOS/AS	40
TAREAS Y TRABAJOS TUTORIZADOS	20
PREPARACIÓN DE EXÁMENES	16
REALIZACIÓN DE EXÁMENES	14
TOTAL VOLUMEN DE TRABAJO	150
TOTAL CRÉDITOS ECTS	6

IV.- OBJETIVOS GENERALES Y COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Los objetivos generales son:

- 1.- Iniciar a los/as alumno/as en el estudio teórico-práctico de los fundamentos reglamentarios, físicos, técnicos, tácticos, psico-sociales y organizativos deportivos, así como la didáctica de la Gimnasia Deportiva y sus recursos.
- 2.- Colaborar en el proceso formativo y educativo de los/as alumno/as haciéndoles comprender la gran riqueza psicomotriz de las habilidades específicas de la Gimnasia Deportiva.
- 3.- Dar a conocer el acceso a la información en el ámbito de la Gimnasia y sus modalidades deportivas a través de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) actuales.

4.- Ampliar la capacidad creativa y de imaginación a través de la observación, análisis y práctica de coreografías aplicadas a las diferentes modalidades de la Gimnasia Deportiva.

A través de la adquisición de las siguientes competencias:

Competencia número 1: Conocimiento y comprensión del juego y de los deportes.

Competencia número 2: Conocimiento y comprensión de las diferentes modalidades deportivas en el ámbito de la Gimnasia (Deporte)

Competencia número 3: Conocimiento y comprensión del origen, evolución y desarrollo de la Gimnasia (Deporte)

Competencia número 4: Conocimiento y comprensión de los aspectos reglamentarios de la Gimnasia (deporte)

Competencia número 5: Conocimiento y comprensión de los fundamentos físicos, habilidades motrices, técnicas, tácticas, coreográficas y didácticas de la gimnasia (deporte)

Competencia número 6: Conocimiento y comprensión de los ámbitos de aplicación de la gimnasia (deporte). Así como de la capacidad para analizar la información y tener criterio propio en este medio gimnástico específico

Competencia número 7: Desarrollo de la Capacidad para trabajar individualmente y en colaboración con demás desarrollando la capacidad de escuchar y comunicarse con los/as compañeros/as

Competencia número 8: Aplicar los derechos fundamentales y de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, los principios de igualdad de oportunidades y accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de valores democráticos.

V.- CONTENIDOS

- La Gimnasia como actividad deportiva. Aproximación conceptual e histórica.
- Estudio de los fundamentos reglamentarios de la Gimnasia Deportiva y la clasificación de sus habilidades específicas según sus diferentes especialidades y modalidades de competición.
- Estudio del aspecto físico y técnico de los elementos gimnásticos y acrobáticos. Aproximación a las habilidades y acciones motrices básicas específicas con aparatos gimnásticos.
- Procesos de enseñanza y tratamiento didáctico de los contenidos de la Gimnasia Deportiva. Programación y planificación de la Gimnasia Deportiva.
- Estudio y orientaciones tácticas (estratégicas) y didácticas sobre los aspectos coreográficos de la Gimnasia Deportiva en los diferentes contextos: escolar, recreativo y en la iniciación deportiva.

VI.- TEMARIO Y PLANIFICACIÓN TEMPORAL

	TEMA	semanas
	Bloque Temático I: GENERALIDADES DE LA GIMNASIA DEPORTIVA	
1	Introducción a la Gimnasia Deportiva: Historia y Concepto. 1.1.- Historia: Antecedentes históricos. Origen y evolución de la G.D. Situación actual. A nivel Internacional, Nacional y de la Comunidad Valenciana.1.2.- Concepto de G.D. y las diferentes modalidades gimnásticas o Actividades Gimnásticas Deportivas. Características fundamentales.	

2	<p>Fundamentos deportivos de la Gimnasia Artística Deportiva. Ámbitos y niveles de aplicación en la sociedad actual. Organismos que los regulan. Instalaciones y medios materiales para su práctica.</p> <p>2.1.- Fundamentos Deportivos de la G.D. F. Motriz. Concepto. Tipos: Físico y Estético. F. Reglamentario. Concepto. F. Técnico. Concepto. F. Táctico. Concepto. F. Psicológico. Concepto. Psicología Evolutiva: Fases formación del gimnasta. Psicología Aplicada a las sesiones de E. Física, al entrenamiento y a la competición. 2.2.- Ámbitos y niveles de aplicación. Las Actividades Gimnásticas en el medio educativo de la Actividad Física y su dimensión múltiple. Ámbitos y Niveles de aplicación. 2.3.- Organismos Reguladores: las federaciones, los municipios, los colegios y los clubes privados. 2.4.- Instalaciones y medios materiales para su práctica: Instalación, Sala, Aparatos y Material Auxiliar (de seguridad y facilitador).</p>	2
3	<p>Estructura, clasificación y representación del Ejercicio Gimnástico en base a las habilidades motrices específicas de la Gimnasia Deportiva.</p> <p>3.1.- Estructura del gesto gimnástico: Características. Tipos de gestos:(Aspecto externo del gesto). Fases del ejercicio gimnástico 3.2.- Clasificación de los movimientos gimnásticos. 3.3.- Representación y nomenclatura de los ejercicios gimnásticos.</p>	
4	<p>El Calentamiento en la Gimnasia Deportiva.</p> <p>4.1.- Generalidades sobre el calentamiento. 4.2.- Importancia y características del calentamiento en la Gimnasia. 4.3.- Tipos de calentamiento para los diferentes ámbitos y niveles de aplicación. 4.4.- El calentamiento en los distintos periodos del entrenamiento. 4.5.- El calentamiento en las diferentes modalidades gimnásticas. 4.6.- El calentamiento como vía del Acondicionamiento Físico y Preparación Técnica en la Gimnasia Deportiva.</p>	
5	<p>La Danza en la Gimnasia Deportiva.</p> <p>5.1.- Importancia de las Danzas en la G. D.. 5.2.- La Danza Clásica en la G.D.: Aspectos Técnicos Básicos. 5.2.1.- Conceptos Generales y Terminología. 5.2.2.- Posiciones Básicas de piernas y brazos. 5.2.3.- Ejercicios en Barra. 5.2.4.- Ejercicios en Centro. 5.2.5.- Enlaces y combinaciones. 5.3.- La Danza Clásica como vía del Acondicionamiento Físico y Preparación Técnica en la G.D.</p>	
Bloque Temático II: MODALIDADES GIMNÁSTICAS DEPORTIVAS		

6	<p>La Gimnasia Artística Deportiva Femenina y Masculina.</p> <p>6.1.- Fundamentos técnicos y metodológicos de los elementos gimnásticos en Suelo: 1.- Posiciones básicas 2.- Equilibrios: Planchas e invertidos. 3.- Evoluciones menores: Desplazamientos, giros, saltos. 4.- Evoluciones mayores o Acrobacias: rotaciones adelante, volteos de manos adelante, volteos adelante y laterales, rotaciones atrás y volteos atrás. 5.- Tumbling. 6.- Enlaces, coreografía y composición de un Ejercicio de Suelo.7. Familiarización con los diferentes aparatos específicos de la G.A.D. Masculina: Suelo, Salto, Anillas, Caballo con arcos, Paralelas y Barra Fija y de la G.A.D. Femenina: Suelo, Salto, Barra de Equilibrio a través de los recorridos generales.</p> <p>6.2.- Generalidades del Reglamento de Competición en G.A.D.</p> <p>6.2.1.- Finalidad del código de puntuación y Tipos de Concursos. 6.2.2.- El jurado y su organización. 6.2.3.- Puntuación para cada modalidad: G.A.D Femenina y Masculina. 6.2.4.- Características de los diferentes aparatos: Suelo, Salto, Caballo con arcos, Anillas, Paralelas, Barra Fija, Barra de Equilibrio y Paralelas Asimétricas. 6.2.5.- Criterios básicos para la Composición y la Ejecución de los Ejercicios de Competición para la G.A.D. F. y M. basados en el código de puntuación.</p>	<p>1</p> <p>8</p> <p>2</p>
7	<p>Actividades Gimnásticas con soporte elástico: El Trampolín (Cama Elástica) y el Minitramp.</p> <p>7.1.- Aspectos generales: Referencias históricas y Reglamento de competición.</p> <p>7.2.- Fundamentos técnicos del Trampolín o Cama Elástica, del Minitramp y Doble Minitramp:</p> <p>7.2.1.- Trampolín o Cama Elástica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saltos verticales en diferentes posiciones - Caídas - Saltos con rotación - Saltos y caídas con rotación <p>7.2.2.- Minitramp y Doble Minitramp:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saltos verticales sin volteo - Saltos verticales sin volteo con rebote de un minitramp a otro - Combinación de saltos verticales en diferentes posiciones <p>7.3.- Fundamentos metodológicos: Medidas de seguridad y Didáctica específica y secuencia de contenidos. 7.4.- Importancia de la utilización de las actividades gimnásticas con soporte elástico en el currículum de Educación Física y su transferencia a otros deportes.</p> <p>7.4.- Criterios básicos para la Composición y la Ejecución de los Ejercicios de Competición para el Trampolín y el Minitramp basados en el código de puntuación.</p> <p>7.5.- Importancia de la utilización de las actividades gimnásticas con soporte elástico en el currículum de Educación Física y su transferencia a otros deportes.</p>	<p>1</p>

8	<p>Actividades Gimnásticas Cooperativas: La Gimnasia Acrobática.</p> <p>8.1.- Aspectos generales: Referencias históricas y Reglamento de competición.</p> <p>8.2.- Fundamentos técnicos y metodológicos de los elementos gimnásticos en la Gimnasia Acrobática:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las presas - Características y perfil, del ágil y del portor - Repertorio de elementos para las diferentes modalidades de competición: parejas, tríos y cuartetos. <p>8.3.- Criterios básicos para los Ejercicios de Competición en G.A. basados en el código de puntuación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Generalidades del Código de Puntuación - Exigencias de composición para los Ejercicios de Equilibrio (Balance), Dinámicos (Tempo) y Combinados en las diferentes modalidades de competición. <p>8.4.- Importancia de la utilización y organización de las actividades gimnásticas cooperativas en el curriculum de la Educación Física.</p>	
9	<p>La Gimnasia Rítmica Deportiva.</p> <p>9.1.- Fundamentos técnicos y metodológicos de los elementos gimnásticos de Técnica Corporal y en los diferentes aparatos específicos de la G.R.D.: Pelota, Cuerda, Aro, Cinta y Mazas. Ejercicios y Juegos (individuales y en grupo).</p> <p>9.2.- Iniciación al trabajo colectivo: sin aparatos (Relación espacio-cuerpo a través del trabajo de parejas, tríos, cuartetos y grupo: La sincronía, El contraste, La sucesión, Los encadenamientos) y Con aparatos: Trabajo de parejas, Trabajo individual con dos aparatos, Trabajo de grupo con uno o varios aparatos: Ejercicios de ritmo con balones y mazas, Ejercicios grupales con cuerdas y Ejercicios de grandes dibujos con cinta. 9.3.- Coreografía grupal.</p> <p>9.4.- Generalidades del Reglamento de Competición en G.R.D.</p> <p>9.4.1.- Finalidad del código de puntuación y Tipos de Concursos. Practicable. Aparatos. Gimnastas. Disciplina. 9.4.2.- El jurado y su organización.</p> <p>9.4.3.- Puntuación para cada modalidad: G.R.D Individual y Conjuntos.</p> <p>9.4.4.- Elementos Corporales: Grupos técnicos y Dificultades Corporales.</p> <p>9.4.5.- Características de los diferentes aparatos: Pelota, Cuerda, Aro, Cinta y Mazas. 9.4.6.- Acompañamiento musical. 9.4.7.- Duración de los Ejercicios. 9.4.8.- Aparatos (contactos, pérdidas, roturas). 9.4.8.- Criterios básicos para la Composición y la Ejecución de los Ejercicios de Competición para la G.R.D. Individual y Conjuntos basados en el código de puntuación.</p>	
10	<p>El Rhönrad o la Rueda Alemana.</p> <p>10.1.- Fundamentos generales: Referencias históricas y Reglamento de competición. 10.2.- Fundamentos técnicos y metodológicos de los elementos gimnásticos con Rueda Alemana: Presas de pies y de manos. Rodamientos rectilíneos o Geraneturnen. Rodamientos en espiral o Spiraleturnen. Saltos o Sprung y Juegos. 10.3.- Propuestas educativas y de organización en las diferentes áreas de aplicación de la Rueda Alemana o Rhönrad.</p>	

	Bloque Temático III: PRINCIPIOS DIDÁCTICOS COREOGRÁFICOS, PARA LA PROGRAMACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE LA GIMNASIA DEPORTIVA	
11	Principios didácticos Coreográficos en la G.D. 11.1.- Elementos básicos coreográficos: Estudio de los Ejercicios (Montajes o Coreografías). Concepto de de Elemento, Enlace, Combinación, Serie, Parte y Entero. 11.2.- Importancia del aspecto musical y/o el ritmo en la composición y la ejecución de los Ejercicios.11.3.- Secuencia para la construcción de las coreografías.	
12	Principios didácticos para la Programación y Planificación de la G.D. 12.1.- Elementos del proceso Enseñanza-Aprendizaje para la programación y planificación de la G.D.: Análisis de la situación inicial. Definición de Objetivos. Selección de Contenidos. Procedimientos Didácticos: Estilos de enseñanza y Estrategia en la práctica. Técnicas de enseñanza o intervención didáctica y Evaluación. 12.2.- La Sesión en los diferentes ámbitos de aplicación Escolar, Iniciación y Alto Rendimiento.	1

VII.- BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

- Araújo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia. Paidotribo. Barcelona.
- Barta, A. y Durán, C. (1996). "1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva". Colección Deporte. Paidotribo. Barcelona.
- Bettoli, B., Mottyl, A. y Odermatt, B. (1995). "Actividades Gimnásticas. Ejercicios y juegos". Hispano-Europea. Barcelona.
- Bodo Schmid, A. (1985). "Gimnasia Rítmica Deportiva" Hispano Europea. Barcelona.
- Brozas, MP. Y Vicente, M. (1999). Actividades acrobáticas grupales y creatividad. Gymnos. Madrid.
- Brozas, MP.(2004) Fundamentos de las actividades gimnásticas y acrobáticas. Universidad de León
- Canalda Llobet, A. (1997). Gimnasia Rítmica Deportiva. Teoría y práctica. Paidotribo. Barcelona. I
- Carrasco, R. (1984). "L'activité du débutant: programmes pédagogiques". Vigot. París.
- Etapé Tous, E. (1993). La iniciación deportiva en la escuela. Las habilidades gimnásticas. En VV.AA: *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria, Vol,II*. Colección la Educación Física en...Reforma. Inde. Barcelona.
- Etapé, E. ; López, M. y Grande, I. (1999). "Las Habilidades Gimnásticas y Acrobáticas en el ámbito educativo". Colección la E.F. en...Reforma. Inde. Barcelona.
- Federación Internacional de Gimnasia. (2006).Códigos de Puntuación: "Gimnasia Artística Femenina", "Gimnasia Artística Masculina", "Cama Elástica y Doble Minitramp", "Gimnasia Rítmica Deportiva". Últimas ediciones Federación Española de Gimnasia. Madrid.
- Fernández del Valle, A. (1989). "Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos". Federación Española de Gimnasia. Madrid.
- Fernández del valle, A. (1991). "Gimnasia Rítmica". Comité Olímpico Español. Madrid.
- Fondero, J.M. y Furblur, E.E. (1989). "Creating Gymnastic Pyramids and Balances". Ed. Leisure press. Champaign. Illinois.
- García, J.I. (1999). Acrogimnasia. Ecir. Paterna (Valencia). (Acompañan "Cuadernos de actividades 1,2 y 3").
- García Ruso, H. (1997). La danza en la escuela. Inde. Madrid
- Gerling, E. (2003). Gimnasia Infantil cooperativa: ayudar y asegurar: a partir de 6 años. Tutor. Madrid.
- Ginés, J. (1985). "Gimnasia Deportiva Básica. Suelo y Potro. Alhambra. Madrid.
- Ginés, J. (1986). "Cama elástica". Alhambra. Madrid.
- Ginés, J (1987). "Iniciación al Minitramp". Alhambra. Madrid.

- Giraldes, M. y Dallo, A. (1983). "Metodología de las destrezas sobre colchoneta y cajón". Estadium. Buenos Aires.
- Jackman, J. and Currier, B. (1993). "Técnicas y juegos gimnásticos". Colección iniciación deportiva. Paidotribo. Barcelona.
- Haberling-Spöhel, U. (1996). "1000 Ejercicios y juegos de Gimnasia de aparatos". Hispano Europea. Barcelona.
- Junyent, M.V. y Montilla, M.J. (1997). "1.023 Ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas". Paidotribo. Barcelona.
- Koch, K. (1982). "Gimnasia escolar. Ejercicios con aparatos". Aedos. Barcelona.
- Kosel, A. (1996). "Actividades Gimnásticas. La coordinación motriz". Hispano-Europea. Barcelona.
- Lisitskaya, T. (1995). "Gimnasia Rítmica". Deporte & Entrenamiento. Paidotribo. Barcelona.
- Luque, F. y Luque, S. (1996). Guía de ejercicios escolares con bancos suecos. Gymnos. Madrid.
- Luque, F. y Luque, S. (1996). Guía de ejercicios escolares con espalderas. Gymnos
- Luque, F. y Luque, S. (1997). Guía de ejercicios escolares con plintons. Gymnos. Madrid
- Luque, F. y Luque, S. (1997). Guía de ejercicios escolares con aparatos manuales. Gymnos. Madrid.
- Luque, F. y Luque, S. (1998). Guía de ejercicios escolares con potro. Gymnos. Madrid
- Luque, F. y Luque, S. (1998). Guía de ejercicios escolares con minitramps. Gymnos. Madrid
- Lloid Readhead (1993). "Manual de entrenamiento en G. Artística Masculina". Paidotribo. Barcelona.
- Martínez, C. (1997). "La Rueda Alemana: recurso alternativo en la enseñanza de la educación física". En VV.AA: *La actividad deportiva en el ámbito escolar*. Promolibro. Valencia.
- Martínez, C. (1999). Le capacita condizionali e coordinative nella Ginnastica Ritmica Sportiva. En Sensini, N. y Eid, L.: Ritmo e movimento. Ginnastica Ritmica e piccoli attrezzi. Pp. 11-24. Carabá. Milano.
- Martínez, J.M. (1999). La gimnasia artística como contenido dentro del ámbito escolar. Wanceulen. Sevilla.
- Mateu, M. (1992). "1.300 Ejercicios y juegos aplicados a las Actividades Gimnásticas". Paidotribo. Barcelona.
- Mendizabal, S. (1986). "Iniciación a la Gimnasia Rítmica" (Vol. 1) Gymnos. Madrid.
- Mendizabal, S. (1988). "Iniciación a la Gimnasia Rítmica" (Vol. 2) Gymnos. Madrid.
- Mendizabal, S. (2001). Fundamentos de la gimnasia rítmica. Mitos y realidades. Gymnos. Madrid
- Palmeiro, M. y Pochini, M. (2006). La enseñanza de las destrezas gimnásticas en la escuela. Stadium. Buenos Aires.
- Piard, C. et Piard, R. (1981). "Gimnasia deportiva femenina". Hispano Europea. Barcelona.
- Pock, K. (1981). "Gimnasia Básica 1". Gymnos. Madrid.
- Pock K (1982). "Gimnasia Básica 2". Gymnos. Madrid.
- Pock, K. (2002) "Gimnasia Básica 2. Paralelas, asimétricas, barra fija, anillas, plinton. Gymnos. Madrid.
- Sensini, N. y Mangiafico, E. (1997). "Ritmo e movimento". Carabà. Milano.
- Sensini, N. y Eid, L. (1999). Ritmo e movimento. Ginnastica Ritmica e piccoli attrezzi. Carabá. Milano.
- Smoleusky, V. y Gaverdouskiy, I. (1996). "Tratado general de gimnasia artística deportiva". Paidotribo. Barcelona.
- Snaw, B. (1985). "Primeros pasos en ballet". Parramón. Barcelona.
- Spöhel, U. (1987). "1000 Exercices et jeux de gymnastique aux agrès". Collection Sport+Enseignement. Vigot, París.
- Still, C. (1993). Manual de Gimnasia Artística Femenina. Paidotribo. Barcelona.
- Thomas, L., Fiard, J., Soulard, C. y Chautemps, G. (1997). "Gimnasia Deportiva". Agonos. Lérida.
- Ukran, M.L. (1978). "Metodología del entrenamiento con gimnastas". Acribia. Zaragoza.
- Ukran, M.L. (1981). "Gimnasia Deportiva". Acribia. Zaragoza.

- Universidad Autónoma de Madrid. (2003). Habilidades gimnásticas en el ámbito escolar. (DVD).
- Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (1996). "El Acrosport en la escuela". Colección la E.F. en...Reforma. Inde. Barcelona.
- Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (2000). "Unidades Didácticas para Secundaria XI. Habilidades Gimnásticas: minicircuitos". Colección Unidades Didácticas. Inde. Barcelona.
- Zapata, O y Aquino, F (1982). "Psicopedagogía de la educación motriz en la adolescencia". Trillas. Mexico.

LIBROS DE ACTAS DE LOS SIMPOSIUMS NACIONALES DE ACTIVIDADES GIMNÁSTICAS Y ACROBÁTICAS:

- Actas del II Simposium Nacional de Actividades Gimnásticas (1997). I.N.E.F. de Castilla y León. Junta de Castilla y León.
- Vernetta M., López J. y Panadero F. (1998). Novedades en Actividades Gimnásticas. Universidad de Granada. (III Simposium Nacional de Actividades Gimnásticas. F.CC.A.F.D. de Granada).
- Balibrea, E.; Martínez, C. y Pardo, A. (2001). Las actividades gimnásticas y acrobáticas a las puertas del siglo XXI. (IV Simposium Nacional de Actividades Gimnásticas. Valencia, 29 de Abril 1999).
- García San Emeterio T. (2001). Actas del V Simposio de Actividades Gimnásticas Abril 2000, Cáceres. Servicio publicaciones. Universidad Extremadura.
- I Simposium Internacional y VII Simposium Nacional de Actividades Gimnásticas. Cáceres, Marzo 2002. Facultad CC. del deporte. Universidad Extremadura. (formato CD).

VIII.- METODOLOGÍA

El desarrollo de la asignatura se estructura en torno a 2 sesiones prácticas a la semana, de dos horas de duración. La Gimnasia desde un punto de vista Deportivo tiene varias modalidades de competición: Acrobática, Artística Femenina, Artística Masculina, Rítmica, Trampolín, Minitramp, etc.; esto unido a su alto contenido técnico requiere de una consciente participación activa en las clases prácticas. Además, el contenido práctico necesita de soportes teóricos, por lo que en casi todas las sesiones se complementarán los contenidos teóricos y prácticos.

En las sesiones prácticas el profesor enseña y propone el trabajo que han de desarrollar los estudiantes, mientras que antes de finalizar el curso, de una manera autónoma los estudiantes perfeccionan sus habilidades a través del trabajo individual y cooperativo en pequeños grupos, bajo supervisión docente (preparación de 4 prácticas con presencia del profesor y el resto como tareas y trabajos autónomos de los alumnos/as). El 90% del total se dedican a la adquisición de las habilidades específicas de la Gimnasia desde una visión Deportiva, el 10% restante se dedica a la exposición y discusión en grupo de los aspectos teóricos. Así mismo, a lo largo del curso se propondrá la realización de trabajos y la participación en actividades teóricas y prácticas que el/la profesor/a sugerirá dando las directrices oportunas. Como herramientas para desarrollar estas actividades teóricas y algunos aspectos teórico-prácticos se usarán a menudo las TIC y el aula virtual será una vía de comunicación constante entre el/la profesor/a y los/as alumnos/as.

IX.- EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

CONVOCATORIA ORDINARIA (Primera)

El sistema de evaluación se realizará teniendo en cuenta aspectos teóricos, prácticos, trabajos propuestos en clase, la asistencia y la participación en actividades.

La calificación de la asignatura será continua y formada por la suma de las siguientes partes:

- a) Asistencia a las clases prácticas: Valor máximo 1 punto. Es obligatorio haber participado en el 80 %

de las prácticas como mínimo, ya que por acuerdo del Consejo de Departamento de Educación Física y Deportiva, para aprobar la asignatura es obligatoria la realización de al menos el 80% de las prácticas, tanto en convocatoria ordinaria como extraordinaria.

b) Examen práctico: Valor máximo 2 puntos. Contenido: temas 6, 7, 8, 9 y 10. Eliminatorio si se obtiene más de 1 punto sobre 2. Este examen valora aspectos relacionados con la calidad de ejecución y la idea coreográfica de los Ejercicios. La prueba a evaluar consistirá en un Ejercicio o Coreografía de Grupo (Excepcionalmente Individual), pudiendo utilizar cualquiera de las modalidades gimnásticas de forma unilateral o mezclando algunas o todas ellas, con o sin aparatos gimnásticos.

c) Examen teórico: Valor máximo 1 punto. Contenido: temas 1 al 12. Eliminatorio si se obtiene más de 1 punto sobre 2. Este examen escrito valora aspectos relacionados con el soporte teórico y con la teoría de la práctica a través de respuestas cortas y de desarrollo.

d) Fichas diarias: Valor máximo 2 puntos. Para el control periódico de las sesiones prácticas y para que el alumno tenga un documento escrito de su propia experiencia a lo largo de todo el curso. Las fichas tendrán carácter obligatorio, individual o por parejas a criterio de el/la profesor/a.

e) Trabajo Obligatorio por parejas: Valor máximo 1 punto. Consistirá en realizar un trabajo teórico y/ o práctico en base a un listado de temas que propondrán los profesores a principio del curso (antes de finalizar la segunda semana) a elección de los/as alumnos/as.

f) Actividades Obligatorias Individuales: Valor máximo 1 punto. Consistirá en realizar trabajos cortos y de entrega a corto plazo que proponga los profesores a lo largo del curso.

g) Trabajo Voluntario Individual: Valor máximo 1 punto. Consistirá en realizar un trabajo teórico y/ o práctico propuesto por el alumno dentro de los plazos que marque el/la profesor/a (antes de finalizar el segundo mes del inicio del curso).

h) Actividades Voluntarias Individuales: Valor máximo 1 punto. Consistirá en realizar actividades que proponga el/la profesor/a a lo largo del curso como las que se especifican en el párrafo siguiente.

Las actividades complementarias tanto obligatorias como voluntarias se irán proponiendo a lo largo del curso y el/la alumno/a deberá consultar previamente a el/la profesor/a para su elección y valoración. Posteriormente el alumno deberá presentar una memoria breve y escrita de la actividad, de extensión libre e identificativa como testimonio de su participación activa en los términos que indiquen los profesores. Por ejemplo, asistencia a entrenamientos, campeonatos, demostración y/o enseñanza de alguna habilidad gimnástica, preparación de una coreografía especial para la *Gimnastada Interinefs*, participación en actividades extralectivas relacionadas con la materia gimnástica como son los talleres, cursos de libre elección, seminarios, conferencias, simposiums, gimnastradas, etc.

La realización de los trabajos tanto obligatorios como voluntarios contará en todo momento con la tutela de el/la profesor/a de la materia, a la que se deberá ir presentando la idea previa del mismo y los sucesivos informes de su desarrollo. No se valorará ningún trabajo presentado a final de curso que no haya sido tutorizado. Se realizarán de acuerdo con las normas que se especifican al final de este documento y dentro de los plazos que marquen los profesores. Se valorará principalmente el proceso y la calidad del trabajo escrito.

La **calificación** máxima a la que puede optar el alumno es de 10 puntos.

Las calificaciones de Sobresaliente con 10 p. y Matrícula de Honor se reservan para los alumnos que obtengan las máximas calificaciones objetivamente valorados entre todo el grupo.

La evaluación será **continua**. El alumno irá obteniendo diversas calificaciones en base a las pruebas y trabajos que se irán sucediendo a lo largo del curso.

Los requisitos para poder realizar la evaluación continua serán:

- Haber entregado a el/la profesor/a la ficha de identificación personal, antes de finalizar el mes de Octubre (no cumplir este requisito puede suponer la pérdida del derecho a la calificación de la asignatura).
- Haber asistido a un 80% del total de las clases al finalizar el curso.
- Haber realizado todas las pruebas en su momento, así como haber hecho entrega de los trabajos oportunos en los plazos correspondientes.
- Haber superado cada uno de los mínimos de las pruebas, tanto Teóricas como Prácticas (tenerlas aprobadas).

Los alumnos que aún habiendo realizado la evaluación continua, incluso teniendo aprobadas las pruebas Teóricas y Prácticas, no superen el aprobado, deberán entrevistarse con los profesores y recibir las orientaciones oportunas para poder alcanzar la puntuación que les permita superar la asignatura en la convocatoria ordinaria (primera). Los alumnos que no sigan la evaluación continua tendrán que realizar la evaluación de la convocatoria final (segunda).

Las pruebas de la convocatoria de la recuperación son las mismas que en la primera convocatoria con las variaciones siguientes en los apartados que se especifican:

- a) Nota del examen teórico: valor máximo 1 punto. El contenido de este examen hará referencia a toda la materia teórico-práctica impartida durante el curso y tendrá carácter escrito-oral.
- b) Nota del examen práctico: valor máximo 2 puntos. El contenido de este examen hará referencia a toda la materia práctica impartida durante el curso. Los Ejercicios a evaluar consistirán en un Ejercicio o Coreografía Individual (Excepcionalmente de grupo), pudiendo utilizar cualquiera de las modalidades gimnásticas de forma unilateral o mezclando algunas o todas ellas, con o sin aparatos gimnásticos (2 p).
- c) Entrevista con el/la profesor/a para concretar otros trabajos y actividades que permitan al alumno/a conseguir el nivel adecuado para superar la asignatura como el resto de sus compañeros.