UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Guía Docente						
Datos Identificativos					2019/20	
Asignatura (*)	Habilidades ximnásticas e a súa didáctica			Código	620G01009	
Titulación						
Descriptores						
Ciclo	Período	Curso		Tipo	Créditos	
Grao	1º cuadrimestre	Primeiro		Obrigatoria	6	
Idioma	CastelánGalego					
Modalidade docente	Presencial					
Prerrequisitos						
Departamento	Educación Física e Deportiva					
Coordinación	Morenilla Burlo, Luis	Correo electrónico	luis.morenilla@udc.es			
Profesorado	Morenilla Burlo, Luis Sierra Palmeiro, Elena	Correo electrónico	luis.morenilla@udc.es elena.sierra@udc.es			
Web						
Descrición xeral	As competencias establecidas para o módulo de FUNDAMENTOS DOS DEPORTES, no que se integra a materia, nos indican que ésta desenvólvese basicamente sobre o estudo das habilidades motrices ximnásticas como conductas psicomotrices e os seus contidos como recursos educativos en educación física e en iniciación deportiva. O estudo das habilidades ximnásticas é un labor bastante extensa, en primeiro lugar pola diversidade de modalidades competitivas que suscita este deporte que integra una variedade de actividades motoras. En segundo lugar, pola riqueza e variedade en canto ao número de habilidades motrices desenvolvidas, desde habilidades simples a habilidades extraordinariamente complexas, desde unha motricidade ?natural? ao ser humano, ata movementos completamente artificiais que colocan ao suxeito en situacións inhabituais (rotacións en diversos planos, posicións investidas, equilibrios con base moi reducida, etc.) onde os sistemas de información e movemento deben colaborar para resolver problemas motrices realmente difíciles e que obrigan a un período longo de traballo iniciado de forma temprana para poder chegar a conseguir bos rendementos nestas actividades. Como iniciación deportiva adóitase entender o momento e período no que unha persoa comeza a aprender unha habilidade específica ou un deporte en concreto. Neste sentido o desenvolvemento das habilidades ximnásticas pola súa elevada implicación perceptiva, a variedade de accións motrices e o enfrontamento a situacións de carácter inhabitual para o suxeito posibilitarán un enriquecemento motriz e unha transferencia positiva para futuras aprendizaxes de habilidades específicas deportivas. Conxugar isto coa idea de capacitar ao estudante do Grao en Ciencias da Actividade e do Deporte da UDC como docente, fainos enfocar a asignatura cara á utilización do ensino das habilidades ximnásticas no medio escolar, polo que o tratamento da materia intenta ser global, de forma que se poida ofrecer durante a duración da materia unha visión amplia das posibilidades da ximnasia como ?útil? ou ?ferramenta? na formación integral do alumno.					

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino - aprendizaxe relativos ás habilidades ximnásticas	A8 A9 A11 A14 A26	B1 B2 B4 B11	C1 C6
Planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte escolar relacionados coa materia	A7 A18	B1 B3 B10	C7

Aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, á proposta de tarefas do ensino no contexto ximnástico	A25 A27	B1 B7	C6
Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado ás habilidades ximnásticas	A33	B4 B12	C8
Promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da ximnasia entre a poboación escolar	A1 A5 A7	B8 B17	C3

Contidos	
Temas	**Subtemas**
BLOQUE TEMÁTICO I: INTRODUCCIÓN Ó ESTUDO DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS Tema I.1: Conceptos xerais	I.1.1. Motricidade ximnástica e habilidade ximnástica I.1.2. As habilidades ximnásticas corporais I.1.3. As habilidades ximnásticas manipulativas
BLOQUE TEMÁTICO I: INTRODUCCIÓN Ó ESTUDO DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS Tema I.2: Carácter motor das habilidades ximnásticas	I.2.1. Accións motrices nas habilidades ximnásticas I.2.2. Características básicas do xesto ximnástico
BLOQUE TEMÁTICO II: DIDÁCTICA DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS Tema II.1: O proceso de aprendizaxe das habilidades ximnásticas	II.1.1. Fases na aprendizaxe ximnástica II.1.2. Etapas fundamentais na formación ximnástica II.1.3. Propostas metodolóxicas no ensino das habilidades ximnásticas
BLOQUE TEMÁTICO II: DIDÁCTICA DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS Tema II.2: A intervención práctica no proceso de ensino - aprendizaxe	II.2.1. A intervención manual II.2.2. Utilización de material pedagóxico e de seguridade
BLOQUE TEMÁTICO II: DIDÁCTICA DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS Tema II.3: A habilidade ximnástica no ámbito escolar	II.3.1. Dimensión educativa das habilidades ximnásticas II.3.2. Obxectivos das habilidades ximnásticas II.3.3. Directrices didácticas no ensino das habilidades segundo o nivel escolar
BLOQUE TEMÁTICO III: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS ACROBÁTICAS Tema III.1: Habilidades ximnásticas acrobáticas básicas individuais sobre chan	III.1.1. Rodamientos e iniciación ós xiros libres III.1.2. Inversións
BLOQUE TEMÁTICO III: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS ACROBÁTICAS Tema III.2: Habilidades ximnásticas acrobáticas básicas colectivas sobre chan	III.2.1. Iniciación ás habilidades estáticas o de equilibrio III.2.2. Iniciación ás habilidades dinámicas
BLOQUE TEMÁTICO III: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS ACROBÁTICAS Tema III.3: Habilidades ximnásticas acrobáticas básicas sobre aparatos	III.3.1. Iniciación ás habilidades desde a suspensión III.3.2. Iniciación ás habilidades desde o apoio
BLOQUE TEMÁTICO IV: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS Tema IV.1. Os desplazamentos	IV.1.1.- Iniciación aos desplazamentos IV.1.2.- Iniciación aos desplazamentos rítmicos
BLOQUE TEMÁTICO IV: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS Tema IV.2. Os saltos	IV.2.1.- Iniciación aos saltos en diferentes superficies ximnásticas IV.2.2.- Iniciación aos saltos ximnásticos

BLOQUE TEMÁTICO IV: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS Tema IV.3. Os equilibrios	IV.3.1.- Iniciación aos equilibrios individuais IV.3.2.- Iniciación aos equilibrios colectivos
BLOQUE TEMÁTICO IV: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS Tema IV.4. As mobilizacións da columna vertebral	IV.4.1.- Iniciación ás mobilizacions da columna vertebral en apoio de mans IV.4.2.- Iniciación ás mobilización da columna vertebral en apoio de peito
BLOQUE TEMÁTICO IV: FUNDAMENTOS TÉCNICOS E METODOLÓXICOS DAS HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS Tema IV.5. As habilidades ximnásticas manipulativas	IV.5.1.- Iniciación ás habilidades ximnásticas con cordas IV.5.2.- Iniciación ás habilidades ximnásticas con pelotas IV.5.3.- Iniciación ás habilidades ximnásticas con aros

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Actividades iniciais	A1 A25 B7 C7	2	0	2
Aprendizaxe colaborativa	A5 A11 A18 B1 B2 B3 B4 B11	4	4	8
Discusión dirixida	A14 A26 B12 C1 C8	2	0	2
Eventos científicos e/ou divulgativos	A7 A27 B8 B10 C3 C6	0	5	5
Obradoiro	A5 A8 A11 A18 A26 A27 A33	0	8	8
Portafolios do alumno	A7 A8 A9 A11 A18 A25 A26 A33 B1 B3 B4 B7 B10 B17 C1 C3	0	15	15
Proba mixta	A1 A7 A8 A9 A11 A14 A18 A25 A26 A27 A33 B1 B7 C1	3	9	12
Resumo	A11 A26 A27 B7 C1 C6	0	6	6
Saídas de campo	A1 A5 A7 A9 A25 A26 A27 B1 B3 B11 B17 C7	0	3	3
Sesión maxistral	A1 A8 A9 A11 A14 A18 A25 A26 A27 B7 B12	7	7	14
Solución de problemas	A5 A8 A9 A11 A18 A26 A33 B1 B2 B4 B11	0	12	12
Proba práctica	A11 A25 A26 A33 B2 B8	2	4	6
Práctica de actividade física	A1 A5 A7 A11 A14 A18 A25 A26 A27 A33 B1 B3 B4 B8 B12	30	24	54
Atención personalizada		3	0	3

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	**Descrición**
Actividades iniciais	Presentación dos profesores e da guía docente da materia. Os alumnos completarán un cuestionario sobre coñecementos e experiencias na práctica de actividades ximnásticas
Aprendizaxe colaborativa	Organización da clase en pequenos grupos nos que o alumnado traballa conxuntamente na resolución das tarefas motoras asignadas polos profesores
Discusión dirixida	Debate sobre contidos da materia previa lectura da documentación aportada polos profesores
Eventos científicos e/ou divulgativos	Asistencia a cursos, seminarios, simposios, xornadas ou congresos relacionados co ensino e o adestramento das habilidades ximnásticas, especialmente aos FESTIVAIS XIMNÁSTICOS INTERUNIVERSITARIOS
Obradoiro	Asistencia a prácticas de aprendizaxe e adestramento no obradoiro de actividades ximnásticas desenvolvido polo GRUPO GYMNAESTRADA
Portafolios do alumno	Cartafol realizado en grupos de dous ou tres estudantes cuxa información baséase en recompilar, ordenar e completar as descricións técnicas e as tarefas de aprendizaxe para cada unha das habilidades ximnásticas estudadas en clase. A información escrita deberase acompañar de imaxes fixas ou en movemento dos autores realizando as diferentes tarefas de aprendizaxe recollidas no documento
Proba mixta	Componse dun exame coas seguintes caracteristicas: - Probas escritas compostas por preguntas de ensaio e de resposta breve.
Resumo	Elaboración e entrega de síntese da información presentada polos profesores en relación con algúns dos contidos da materia
Saídas de campo	Observación de sesións de ensino ou adestramento en escolas ou clubs dedicados á práctica ximnástica
Sesión maxistral	Exposición oral con apoio multimedia, por parte dos profesores, dos contidos da materia. A pesar das características concretas desta metodoloxía, o profesor interactuará co alumno, expondo cuestións para resolver.
Solución de problemas	Traballo grupal dos alumnos no que terán que compor e executar un exercicio de conxunto integrando os diferentes tipos de habilidades estudadas e cumprindo as esixencias expostas polos profesores
Proba práctica	Componse dun exame coas seguintes características - Probas prácticas compostas por diversas tarefas motoras estudiadas nas sesións presenciais a executar.
Práctica de actividade física	Práctica por parte dos alumnos das tarefas motoras propostas polos profesores en relación cos contidos de aprendizaxe

Atención personalizada	
Metodoloxías	**Descrición**
Solución de problemas Sesión maxistral Resumo Portafolios do alumno Discusión dirixida Práctica de actividade física	- Asistencia as titorías individualizadas - Organización de titorías colectivas, enfocadas especialmente a solucionar problemas relacionados coa práctica das tarefas motoras da materia - Desenvolvemento de titorías virtuais de forma sincrónica ou asicrónica (chats ou foros) utilizando as canles fornecidas pola Facultade Virtual da UDC (moodle) Os estudantes con matrícula parcial que acrediten unha asistencia superior ao 50% das sesiones presenciais da materia so deben obter o 50% da máxima puntuación posible nas diferentes partes da PROEBA MIXTA para considerarlas superadas.

Avaliación			
Metodoloxías	**Competencias / Resultados**	**Descrición**	**Cualificación**
Solución de problemas	A5 A8 A9 A11 A18 A26 A33 B1 B2 B4 B11	Traballo grupal dos alumnos no que terán que compor e executar un exercicio de conxunto integrando os diferentes tipos de habilidades estudadas e cumprindo as esixencias expostas polos profesores	10

Proba mixta	A1 A7 A8 A9 A11 A14 A18 A25 A26 A27 A33 B1 B7 C1	Integra as seguintes probas: - Proba escrita composta por preguntas de ensaio e de resposta breve sobre os CONTIDOS DE HABILIDADES NON ACROBÁTICAS. Aporta o 20% á cualificación final. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA. - Proba escrita composta por preguntas de ensaio e de resposta breve sobre os CONTIDOS DE HABILIDADES ACROBÁTICAS. Aporta o 20% á cualificación final. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA. As probas escritas estarán disponibles no idioma de impartición da materia si se desesa noutro idioma solictarase cunha semán de antelación á data de celebración.	40
Portafolios do alumno	A7 A8 A9 A11 A18 A25 A26 A33 B1 B3 B4 B7 B10 B17 C1 C3	Cartafol realizado en grupos de dous ou tres estudantes cuxa información baséase en recompilar, ordenar e completar as descricións técnicas e as tarefas de aprendizaxe para cada unha das habilidades ximnásticas estudadas en clase. A información escrita deberase acompañar de imaxes fixas ou en movemento dos autores realizando as diferentes tarefas de aprendizaxe recollidas no documento.	10
Proba práctica	A11 A25 A26 A33 B2 B8	Integra as seguintes probas: - Proba motriz sobre TAREFAS DE APRENDIZAXE DE HABILIDADES NON ACROBÁTICAS. Aporta o 20% á cualificación final. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA. - Proba motriz sobre TAREFAS DE APRENDIZAXE DE HABILIDADES ACROBÁTICAS. Aporta o 20% á cualificación final. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA. - Proba de axilidade ximnástica igual á presente nas probas de acceso ao grao. Considerarase superada coa obtención da puntuación mínima exposta ao principio do curso. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBAR PARA APROBAR A MATERIA.	40

Observacións avaliación

A PARTICIPACIÓN DO ALUMNO NAS SESIÓNS PRESENCIAIS É UN FACTOR QUE DETERMINA O PROCESO DE AVALIACIÓN

Os alumnos que participen, como mínimo, no 70% das sesións deben obter o 50% da máxima puntuación posible nas diferentes partes da PROBA MIXTA para consideralas superadas.

Os alumnos que NON participen, como mínimo, no 70% das sesións deben obter o 65% da máxima puntuación posible nas diferentes partes da PROBA MIXTA para consideralas superadas.

OS ALUMNOS DISCAPACITADOS O INCAPACITADOS TEMPORALMENTE PARA A PRÁCTICA MOTRIZ, PODERÁN SOLICITAR A ADAPTACIÓN DAS TAREFAS MOTRICES A REALIZAR NAS SESIÓNS E NAS PROBAS DE AVALIACIÓN, NEL GRADO QUE AS COMPETENCIAS DA MATERIA O PERMITAN.

MOI IMPORTANTE: ADEMAIS DE SUPERAR AS PROBAS OBRIGATORIAS, PARA APROBAR A MATERIA É NECESARIO QUE A SUMA DE TODOS OS APARTADOS QUE COMPÓN A AVALIACIÓN SEXA IGUAL O SUPERIOR AO 50% DA PUNTUACIÓN MÁXIMA POSIBLE. TODAS AQUELAS PARTES XA APROBADAS NA AVALIACIÓN CONSERVARANSE APROBADAS ATA QUE O ALUMNO APROBE A MATERIA NA SÚA TOTALIDADE

Fontes de información

Bibliografía básica	BLOQUE TEMÁTICO 1: Bourgeois, M. (1980). Gymnastique sportive. Perspectives pedagogiques école-club. París: Vigot. Bourgeois, M. (1999). Didáctica de la gimnasia. Gimnasia para el alumno: el placer de aprender. Madrid: Biblioteca nueva. Carrasco, R. (1977). Essai de systématique d?enseignement de la gymnastique aux agrés. París: Vigot. Carrasco, R. (1979). L?activité du debutant, Gymnastique aux agrés. París: Vigot. Cassagne, M. (1990). Gymnastique rythmique sportive. París: Amphora. Le Camus, C. (1982). La gymnastique rythmique sportive et sa valeur educative. París: Vrin. Leguet, J. (1985). Actions motrices en gymnastique sportive. París: Vigot. Sierra, E. (1992). Actividades gimnásticas: G.R.D.. Tomo I. Cuadernos técnico-pedagogicos. La Coruña: Agrupación deportiva BLOQUE TEMÁTICO 2: Bridoux, A. (1991). Gymnastique sportive. Son enseignement en milieu scolaire. París: Amphora. Bourgeois, M. (1999). Didáctica de la gimnasia. Gimnasia para el alumno: el placer de aprender. Madrid: Biblioteca nueva. Carrasco, R. (1977). Pedagogie des agrès. París: Vigot. Carrasco, R. (1977). Essai de systématique d?enseignement de la gymnastique aux agrés. París: Vigot. Carrasco, R. (1979). L?activité du debutant. Gymnastique aux agrès. París: Vigot. Hostal, P. (1978). Tiers temps pédagogique et gymnastique. París: Vigot. Hostal, P. (1980). Gymnastique aux agrès. Enseignement primaire. París: Vigot. Martínez, A. (1992). La gimnasia rítmica: un planteamiento educativo-motriz. Cuadernos técnicos de deporte, nº1. Orense: Servicio deportes de la Diputación. Olislagers, P. (1990). Essai de systematique de l?aide en gymnastique artistique. Revue de l?Education Physique. 2, 49-64. Vernetta, M., Bedoya, J.L. y Panadero, F. (2000). Unidades didácticas para secundaria XI. Habilidades gimnásticas: minicircuitos. Barcelona: Inde. BLOQUES TEMÁTICOS 3 - 4: Araujo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia. Barcelona: Paidotribo. Bodo-Schmid, A. (1985). Gimnasia rítmica deportiva. Barcelona: Hispanoeuropea. Bourgeois, M. (1999). Didáctica de la gimnasia. Gimnasia para el alumno: el placer de aprender. Madrid: Biblioteca nueva. Bridoux, A. (1991). Gymnastique sportive. Son enseignement en milieu scolaire. París: Amphora. Brozas, M.P. y Vicente, M. (1999). Actividades grupales y creatividad. Madrid: Gymnos. Carrasco, R. (1977). Essai de systématique d?enseignement de la gymnastique aux agrés. París: Vigot. Carrasco, R. (1979). L?activité du debutant, Gymnastique aux agrés. París: Vigot. Cartoni, A. y Putzu, D. (1990). Ginnastica artistica femminile. Milán: Edi-ermes. Cassagne, M. (1990). Gymnastique rythmique sportive. París: Amphora. Fernandez, A. (1989). Gimnasia rítmica deportiva. Fundamentos. Madrid: Federación española de gimnasia. Fodero, J. M. & Furblur, E.E. (1989). Creating gymnastics pyramids and balances. Illinois: Leisure Press. Frontera, J. & Aquino, F.(1985). Gimnasia deportiva masculina. Técnica y metodología. Buenos Aires: Stadium. Grandi, B. (1989). Didattica e metodologia della ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva. Jackman, J. & Currier, B. (1993). Técnicas y juegos gimnásticos. Barcelona: Paidotribo. Kaneko, A. (1980). Gymnastique olimpique. París: Vigot. Knirsch, K. (1974). Manual de gimnasia artística. Madrid: Castilla. Manoni, A.(1988). La ginnastica da campione. Roma: Gremese editore. Piard, C. (1982). Fondements de la gymnastique. Technologie et pédagogie. París: Vigot. Readhead, Ll. (1993). Manual de entrenamiento de Gimnasia Masculina. Barcelona: Paidotribo. Sierra, E. (1992). Actividades gimnásticas: G.R.D.. Tomo I, II y III. Cuadernos técnico-pedagogicos. La Coruña: Agrupación deportiva INEF Galicia. Thomas, L., Fiard, J., Soulard, C. & Chautemps, G. (1989). Gymnastique sportive. . París: Editions Revue EPS. Ukran, M.L. (1978). Gimnasia Deportiva. Zaragoza: Acribia. Wendt, H. & Hess, R. (1979). Gimnasia rítmica deportiva con aparatos manuales. México: Stadium.
Bibliografía complementaria	http://www.rfegimnasia.es/ http://www.ximnasia.com/ http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default http://www.fig-gymnastics.com/http://www.rfegimnasia.es/ http://www.ximnasia.com/ http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default http://www.fig-gymnastics.com/

Recomendacións
Materias que se recomenda ter cursado previamente
Habilidades ximnásticas e a súa didáctica/620G01009
Materias que se recomenda cursar simultaneamente

UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Pedagoxía da actividade física e do deporte/620G01001 Anatomía e cinesioloxía do movemento humano/620G01002 Teoría e historia da actividade física e do deporte/620G01003 Bases da educación física e deportiva/620G01004 Xogos e recreación deportiva/620G01005
Materias que continúan o temario
Observacións
Dentro dos diferentes contidos que se estudan ao longo da materia o alumno debe prestar especial atención ós contidos teórico ? prácticos, tanto nos seus referentes meramente regulamentarios, como nos relativos á técnica de realización das diferentes habilidades e ás progresións e axudas para o seu ensino. Dado o carácter motor da materia, faise moi necesaria a vivencia persoal das diferentes situacións de aprendizaxe propostas nas sesións lectivas para a verdadeira comprensión dos contidos. Pola prevalencia de metodoloxías teórico - prácticas na materia, recoméndase ao alumno a práctica motora das tarefas e habilidades estudadas nas clases, ben de forma individual ou formando parte das actividades do obradoiro enfocado ao festival o reunion ximnástica interuniversitaria denominada ?Gimnastrada interINEFs?. Para favorecer a aproximación á realidade da Ximnasia nos seus niveis de iniciación, recoméndase a observación de adestramentos en escolas de ximnasia (hai varias nas propias instalacións da facultade) e a asistencia ás diferentes competicións de carácter autonómico.

(*)A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías