



Guía Docente				
Datos Identificativos				2020/21
Asignatura (*)	Habilidades ximnásticas e a súa didáctica	Código	620G01009	
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptorios				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Primeiro	Obrigatoria	6
Idioma	CastelánGalego			
Modalidade docente	Híbrida			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Morenilla Burlo, Luis	Correo electrónico	luis.morenilla@udc.es	
Profesorado	Blanco Pereira, Eduardo	Correo electrónico	eduardo.blanco.pereira@udc.es	
	Morenilla Burlo, Luis		luis.morenilla@udc.es	
	Sierra Palmeiro, Elena		elena.sierra@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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 ampla das posibilidades da ximnasia como ?útil? ou ?ferramenta? na formación integral do alumnado.</p>			



## Plan de continxencia

### 1. Modificacións nos contidos

Bloques temáticos I y II: Todos os contidos destes dous bloques, de carácter teórico e con docencia expositiva, desenvolveranse de forma non presencial mediante o uso das canles Moodle e Microsoft Teams.

Bloques temáticos III e IV: Os contidos destes bloques, de carácter teórico-práctico e con docencia interactiva, pasarán a desenvolverse de forma non presencial adaptando a docencia dos contidos prácticos para poder impartirlos a través de Moodle e Microsoft Teams.

### 2. Metodoloxías

\*Metodoloxías docentes que non se manteñen

- Eventos científicos e divulgativos
- Taller de Actividades Ximnásticas
- Resumen
- Saídas de Campo
- Proba práctica
- Práctica de Actividade Física

\*Metodoloxías docentes que se modifican

Desde o momento da interrupción da presencialidade na docencia, as metodoloxías docentes modifícanse e limitáanse ás seguintes:

- Sesións maxistras: Tratarán os contidos expositivos e parte dos interactivos, con docencia non presencial síncrona mediante Microsoft Teams e asíncrona deixando materiais en Moodle e vídeos das sesións en Microsoft Stream.
- Aprendizaxe colaborativa: Tratarán de forma non presencial os contidos interactivos relacionados cos bloques III e IV. Se desenvolverá de forma síncrona con Teams e asíncrona con Moodle e Stream. As sesións se enfocarán a análise da técnica das habilidades ximnásticas, detección de erros na execución e deseño de tarefas de aprendizaxe.
- Discusión dirixida: A partir de documentos e materiais multimedia subidos a Moodle polos profesores, realizaranse sesións non presenciais debatendo de forma síncrona co profesorado.
- Portafolios: Dada a imposibilidade de usar as instalacións docentes e deportivas da facultade, o portafolios limitarase a recompilar e completar información sobre os contidos dos bloques III e IV que sexan desenvolvidos. Neste caso a información poderase acompañar de imaxes fixas o en movemento do propio/a estudante o doutras persoas.
- Proba mixta: Consistirá en varias probas realizadas de forma non presencial mediante Cuestionarios de Moodle e Microsoft Forms. As preguntas serán de resposta breve e de múltiple opción. As probas de esta metodoloxía substitúen tanto ás probas escritas coma ás probas prácticas anteriores.
- Prácticas a través de TIC: Se convirte nun conxunto de cuestionarios e tarefas que os alumnos terán que realizar de forma non presencial e asíncrona a través de Moodle. As tarefas poderán ser pequenos vídeos gravados polos/as estudantes nos seus domicilios. Esta metodoloxía incluírá una tarefa equivalente á metodoloxía Solución de Problemas e tamén outra equivalente á Proba práctica de Axilidade no Chan.

### 3. Mecanismos de atención personalizada ao alumnado

- Ferramentas: Correo electrónico da UDC, Microsoft Teams.
- Temporalización: O/a estudante poderá solicita ao profesor por calquera destas vías a resolución de dúbidas sobre os contidos e as metodoloxías.

O profesorado convocará titorías grupais non presenciais nas datas previas a realización das probas de avaliación para explicar dúbidas sobre os contidos e o procedemento das devanditas probas.

### 4. Modificacións na aviación

As metodoloxías a utilizar quedan da seguinte forma:

- Metodoloxía: Proba mixta TEORÍA HAB. ACROBÁTICAS.



- Peso na cualificación: 20%

- Descrición: Proba non presencial realizada mediante Moodle o Microsoft Forms, na data e hora oficial de exame da materia na 1ª e na 2ª oportunidade. Estará formada por preguntas de resposta breve o múltiple sobre os contidos dos Bloques I, II e III relacionados coas HABILIDADES XIMNÁSTICAS ACROBÁTICAS. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA.

- Metodoloxía: Proba mixta TEORÍA HAB. NON ACROBÁTICAS.

- Peso na cualificación: 20 %

- Descrición: Proba non presencial realizada mediante Moodle o Microsoft Forms, na data e hora oficial de exame da materia na 1ª e na 2ª oportunidade. Estará formada por preguntas de resposta breve o múltiple sobre os contidos dos Bloques I, II e IVI relacionados coas HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA.

- Metodoloxía: Proba mixta PRÁCTICA HAB. ACROBÁTICAS.

- Peso na cualificación: 20 %

- Descrición: Proba non presencial realizada mediante Moodle o Microsoft Forms, na data e hora oficial de exame da materia na 1ª e na 2ª oportunidade. Estará formada por preguntas de resposta breve o múltiple sobre os contidos do Bloque III relacionados coas HABILIDADES XIMNÁSTICAS ACROBÁTICAS. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA.

- Metodoloxía: Proba mixta PRÁCTICA HAB. NON ACROBÁTICAS.

- Peso na cualificación: 20 %

- Descrición: Proba non presencial realizada mediante Moodle o Microsoft Forms, na data e hora oficial de exame da materia na 1ª e na 2ª oportunidade. Estará formada por preguntas de resposta breve o múltiple sobre os contidos do Bloque IV relacionados coas HABILIDADES XIMNÁSTICAS NON ACROBÁTICAS. É IMPRESCINDIBEL SUPERAR ESTA PROBA PARA APROBAR A MATERIA.

- Metodoloxía: Prácticas a través de TIC

- Peso na cualificación: 15%

- Descrición: Utilizarase a nota media de todas as tarefas realizadas durante o curso a través desta metodoloxía. O peso da metodoloxía Solución de Problema (5%) inclúese nesta xa que se establecerá unha tarefa non presencial equivalente ao exercicio de grupo.

- Metodoloxía: Portafolios do estudante

- Peso na cualificación: 5 %

- Descrición: Cartafol realizado en grupos de ata 4 estudantes no que recompilará e completará a información sobre a descrición técnica e as tarefas de aprendizaxe para cada unha das habilidades ximnásticas estudadas durante as sesións da materia. A información escrita deberase acompañar de información gráfica (debuxos, fotografías, links a vídeos, etc.) de cada habilidade e tarefa. Non será preciso que inclúa imaxes dos/as autores/as.

\*Observacións de aviación:

Equivalencias entre metodoloxías de avaliación antes (PRESENCIAIS) e despois (NON PRESENCIAIS) da suspensión da presencialidade:

METODOLOXÍAS PRESENCIAIS => METODOLOXÍAS NON PRESENCIAIS

Proba mixta escrita sobre os contidos relacionados coas HAB. ACROBÁTICAS => Proba mixta TEORÍA HAB. ACROBÁTICAS.

Proba mixta escrita sobre os contidos relacionados coas HAB. NON ACROBÁTICAS => Proba mixta TEORÍA HAB. NON ACROBÁTICAS.

Proba motriz sobre os contidos relacionados coas HAB. ACROBÁTICAS => Proba mixta PRÁCTICA HAB. ACROBÁTICAS.



Proba motriz sobre os contidos relacionados coas HAB. NON ACROBÁTICAS => Proba mixta PRÁCTICA HAB. NON ACROBÁTICAS.

Proba de axilidade ximnástica no chan => Tarefa incluída nas Prácticas a través de TIC equivalente á Proba de axilidade ximnástica no chan.

Será preciso superar cada unha das probas equivalentes das METODOLOXÍAS NON PRESENCIAIS PARA APROBAR A MATERIA.

5. Modificacións da bibliografía ou webgrafía

Non hai modificacións



## Competencias do título

Código	Competencias do título
A1	Comprender os beneficios do deporte como experiencia de lecer para ser capaz de incluír os indicadores fundamentais na planificación e atender os mesmos no desenvolvemento da práctica de lecer, considerando o xénero, a idade e a discapacidade, e analizando con enfoque crítico as estratexias de discriminación positiva.
A5	Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade  de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.
A7	Promover e avaliar a formación de hábitos de actividade física e deporte ao longo do ciclo vital, considerando que a idade, o xénero ou a discapacidade son variables que necesitan da intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.
A8	Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino ? aprendizaxe, relativos á actividade física e o deporte, con atención e titorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).
A9	Elaborar propostas curriculares para as distintas etapas no marco institucional dun centro educativo, desenvolvendo os elementos da programación didáctica da área de E. Física, con arranxo á lexislación vixente e ao proxecto educativo de centro.
A11	Posuír o conxunto de habilidades ou competencias docentes que faciliten o proceso de ensino-aprendizaxe na aula de educación física.
A14	Deseñar, planificar, avaliar técnico-cientificamente e desenvolver programas de exercicios orientados á prevención, a reeducación, a recuperación e readaptación funcional nos diferentes ámbitos de intervención: educativo, deportivo e de calidade de vida, considerando, cando fose necesario as diferenzas por idade, xénero, ou discapacidade.
A18	Deseñar e aplicar métodos adecuados para o desenvolvemento e a avaliación técnico-científica das habilidades motrices básicas nas diferentes etapas evolutivas do ser humano, considerando o xénero.
A25	Identificar e comprender os requisitos psicomotores e sociomotores das habilidades deportivas, executando basicamente as habilidades motrices específicas dun conxunto de deportes, considerando as diferenzas por xénero.
A26	Identificar e aplicar as peculiaridades didácticas de cada especialidade deportiva na intención pedagóxica dos diferentes ámbitos de intervención.
A27	Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.
A33	Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva no contexto educativo, deportivo, recreativo e da actividade física e saúde.
B1	Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.
B2	Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.
B3	Traballar nos diferentes contextos da actividade física e o deporte, de forma autónoma e con iniciativa, aplicando o pensamento crítico, lóxico e creativo.
B4	Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.
B7	Xestionar a información.
B8	Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.
B10	Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B11	Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.
B12	Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.
B17	Promover e avaliar actividades de ampliación curricular, referentes á creación de hábitos autónomos de actividade física e deporte.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.
C6	Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

## Resultados da aprendizaxe



Resultados de aprendizaxe	Competencias 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 A25 A26	B1 B2 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 mobilizacións 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	Horas presenciais	Horas non presenciais / 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 C6 C3	0	5	5
Obradoiro	A5 A8 A11 A18 A26 A27 A33	0	6	6
Portafolios do alumno	A7 A8 A9 A11 A18 A25 A26 A33 B1 B3 B4 B7 B10 B17 C3 C1	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	2	2
Saídas de campo	A1 A5 A7 A9 A25 A26 A27 B1 B3 B11 B17 C7	0	3	3



Sesión maxistral	A1 A8 A11 A14 A18 A25 A26 A27 B12 B7	7	7	14
Solución de problemas	A5 A8 A9 A11 A18 A26 A33 B1 B2 B4 B11	0	8	8
Proba práctica	A11 A25 A26 A33 B2 B8	2	4	6
Prácticas a través de TIC	A1 A8 A9 A11 A14 A18 A25 A26 A27 A33 B1 B2 B7 B8 C1	0	10	10
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 do profesorado 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 polo profesorado
Discusión dirixida	Debate sobre contidos da materia previa lectura da documentación aportada polo profesorado
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 descrições 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/as autores/as realizando as diferentes tarefas de aprendizaxe recollidas no documento
Proba mixta	Componse dun exame coas seguintes características: - Probas escritas compostas por preguntas de ensaio e de resposta breve.
Resumo	Elaboración e entrega de síntese da información presentada polo profesorado 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 do profesorado, 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 do alumnado no que terán que compor e executar un exercicio de conxunto integrando os diferentes tipos de habilidades estudadas e cumprindo as esixencias expostas polo profesorado
Proba práctica	Componse dun exame coas seguintes características - Probas prácticas compostas por diversas tarefas motoras estudadas nas sesións presenciais a executar.
Prácticas a través de TIC	Componse de diversas tarefas propostas polo profesorado sobre os contidos tratados nos diferentes bloques temáticos que o alumnado deberá realizar e presentar a través das canles Moodle e/ou Microsoft Teams
Práctica de actividade física	Práctica por parte do alumnado das tarefas motoras propostas polo profesorado en relación cos contidos de aprendizaxe

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición





Discusión dirixida	- Asistencia as titorías individualizadas
Portafolios do alumno	- Organización de titorías colectivas, enfocadas especialmente a solucionar problemas relacionados coa práctica das tarefas motoras da materia
Sesión maxistral	
Resumo	- Desenvolvemento de titorías virtuais de forma sincrónica ou asincrónica (chats ou foros) utilizando as canles fornecidas pola UDC (Moodle e Microsoft Teams)
Práctica de actividade física	
Solución de problemas	Os/as estudantes con matrícula parcial que acrediten unha asistencia superior ao 50% das sesións presenciais da materia so deben obter o 50% da máxima puntuación posible nas diferentes partes da PRUEBA MIXTA para considerarlas superadas.
Prácticas a través de TIC	

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias	Descrición	Cualificación
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 PROBA PARA APROBAR A MATERIA.	40
Portafolios do alumno	A7 A8 A9 A11 A18 A25 A26 A33 B1 B3 B4 B7 B10 B17 C3 C1	Cartafol realizado en grupos de dous ou tres estudantes cuxa información baséase en recompilar, ordenar e completar as descrições 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.	5
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 solicitarase cunha semán de antelación á data de celebración.	40
Solución de problemas	A5 A8 A9 A11 A18 A26 A33 B1 B2 B4 B11	Traballo grupal do alumnado no que terán que compor e executar un exercicio de conxunto integrando os diferentes tipos de habilidades estudadas e cumprindo as esixencias expostas polo profesorado	5
Prácticas a través de TIC	A1 A8 A9 A11 A14 A18 A25 A26 A27 A33 B1 B2 B7 B8 C1	Promedio das cualificacións obtidas nas diferentes tarefas realizadas ao longo do curso en cada un dos bloque temáticos impartidos e presentadas a través das canles Moodle e/ou Microsoft Teams.	10

### Observacións avaliación



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

Os/as alumnos/as 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/as alumnos/as 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/AS ALUMNOS/AS DISCAPACITADOS/AS O INCAPACITADOS/AS 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/A ALUMNO/A APROBE A MATERIA NA SÚA TOTALIDADE

Fontes de información



<p><b>Bibliografía básica</b></p>	<p>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 agrès. París: Vigot. Carrasco, R. (1979). L'activité du debutant, Gymnastique aux agrès. 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</p> <p>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 agrès. 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. Ollislagers, 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 agrès. París: Vigot. Carrasco, R. (1979). L'activité du debutant, Gymnastique aux agrès. 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. &amp; Furblur, E.E. (1989). Creating gymnastics pyramids and balances. Illinois: Leisure Press. Frontera, J. &amp; 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. &amp; Currier, B. (1993). Técnicas y juegos gimnásticos. Barcelona: Paidotribo. Kaneko, A. (1980). Gymnastique olympique. 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, LI. (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. &amp; Chautemps, G. (1989). Gymnastique sportive. . París: Editions Revue EPS. Ukran, M.L. (1978). Gimnasia Deportiva. Zaragoza: Acribia. Wendt, H. &amp; Hess, R. (1979). Gimnasia rítmica deportiva con aparatos manuales. México: Stadium.</p>
<p><b>Bibliografía complementaria</b></p>	<p><a href="http://www.rfegimnasia.es/">http://www.rfegimnasia.es/</a> <a href="http://www.ximnasia.com/">http://www.ximnasia.com/</a> <a href="http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default">http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default</a>  <a href="http://www.fig-gymnastics.com/http://www.rfegimnasia.es/">http://www.fig-gymnastics.com/http://www.rfegimnasia.es/</a> <a href="http://www.ximnasia.com/">http://www.ximnasia.com/</a>  <a href="http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default">http://www.ueg-gymnastics.com/set.php?id=default</a> <a href="http://www.fig-gymnastics.com/">http://www.fig-gymnastics.com/</a></p>

**Recomendacións**

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

Habilidades ximnásticas e a súa didáctica/620G01009

**Materias que se recomenda cursar simultaneamente**



Pedagogía 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 alumnado 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 alumnado 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 como espectador/a ás diferentes competicións de carácter autonómico. Coa finalidade de mellorar o sistema de garantía interna de calidade do noso centro, sería convinte que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuatrimestral, respecto a participar no proceso de avaliación das materias cursadas? e cuxa chamada realiza baixo o nome de ?AVALÍA? consistindo en responder as enquisas que avalían a docencia do profesorado en cada materia.

(\*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