

GUÍA DOCENTE

Curso 2015-2016

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Doble Grado:	
Asignatura:	APLICACIÓN ESPECÍFICA DEPORTIVA: GIMNASIA
Módulo:	
Departamento:	Deporte e Informática
Año académico:	2015-16
Semestre:	Segundo semestre
Créditos totales:	6
Curso:	3º
Carácter:	Optativa
Lengua de impartición:	Español

Modelo de docencia:	C1	
a. Enseñanzas Básicas (EB):		50%
b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD):		50%
c. Actividades Dirigidas (AD):		

## GUÍA DOCENTE

Curso 2015-2016

### 2. EQUIPO DOCENTE

2.1. Responsable de la asignatura JUAN ANTONIO LEON PRADOS

2.2. Profesores	
Nombre:	JUAN ANTONIO LEON PRADOS
Centro:	FACULTAD DEL DEPORTE
Departamento:	DEPORTE E INFORMATICA
Área:	EDUCACION FISICA Y DEPORTIVA
Categoría:	PROFESOR CONTRATADO DOCTOR
Horario de tutorías:	Martes y Jueves de 11.30 a 14,30h (recomendable cita previa por mail)
Número de despacho:	11.1.43
E-mail:	jaleopra@upo.es
Teléfono:	954977544

## GUÍA DOCENTE

Curso 2015-2016

### 3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

#### 3.1. Descripción de los objetivos

Sobre la Profundización y desarrollo metodológico de los conocimientos, técnicas y tácticas de la Gimnasia Acrobática, así como su aplicación en el ámbito de la alta competición, la planificación del entrenamiento y la selección de talentos deportivos versarán los objetivos a tratar de lograr en el estudio de esta especialidad deportiva. Por tanto, se pretende que el alumno al finalizar la asignatura alcance los siguientes objetivos

Ampliar el conocimiento de fundamentos técnicos y tácticos básicos de la modalidad deportiva

Conocer los componentes básicos que componen un entrenamiento la especialidad deportiva, así como identificar un núcleo básico de ejercicios con las cualidades que desarrollan

Programar y controlar entrenamientos de la especialidad deportiva, aplicando sistemas y métodos que desarrollan las distintas capacidades perceptivo-motrices involucradas.

Conocer y saber aplicar el código de puntuación de la especialidad deportiva

Conocer la gestión para la promoción de escuelas y clubes deportivos

Conocer aspectos básicos en la selección de talentos deportivos

Participar en el desarrollo y puesta en prácticas de competiciones y/o gimnastradas

#### 3.2. Aportaciones al plan formativo

En el título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Pablo de Olavide, esta asignatura se encuentra enmarcada como materia optativa con un total de 6 créditos. Sus contenidos permiten aumentar la estimulación en los alumnos la actitud tónico-postural equilibradora junto al aprendizaje de habilidades básicas y específicas, a través de tareas que permiten la adquisición de valores tales como el esfuerzo, la cooperación, coeducación, igualdad y la socialización, favoreciendo todo ello en gran medida el dominio para su futura aplicación como medio para el desarrollo integral del sujeto. La enseñanza de esta modalidad deportiva ha de entenderse bajo el contexto donde se produce, en relación al nivel de los alumnos/deportistas, los objetivos a conseguir con nuestra intervención docente y el nivel de dificultad y especificidad de los contenidos tratados. Aunque el enfoque se dirija en mayor medida a la mejora del rendimiento deportivo, se contemplará consideraciones metodológica para dar cabida a la participación de todos y todas, haciendo un mayor hincapié en alcanzar objetivos relacionados con el trabajo cooperativo y en la búsqueda de nuevas sensaciones. La asignatura pretende asentar contenidos básicos que permitan somatizar vivencias relacionadas con las mismas que les posibilite desenvolverse en un medio que les ofrece un amplio abanico de posibilidades (cognitivas, afectivas, sociales y lógicamente

## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

motoras) que permita a los alumnos obrar, crear, mostrar, evaluar, ayudar y organizar al mismo tiempo que indaga e imagina, facilitando con ello la comprensión de la utilización de los diferentes recursos metodológicos. Estos contenidos permiten el conocimiento y la aplicación práctica de técnicas de colaboración y cooperación entre alumnos, contribuyendo con ello no sólo a garantizar un mayor nivel de seguridad en la práctica y mayor individualización en las actividades, sino un mayor éxito para todos en la realización de las tareas propuestas.

Una mínima y adecuada formación respecto a esta modalidad deportiva, que actualmente experimenta un espectacular auge en nuestra sociedad (a nivel nacional e internacional) posibilitará no sólo una mayor optimización de sus competencias futuras al respecto, sino una mayor empleabilidad del alumno.

### 3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

No son necesarios requisitos tener unas capacidades físicas o coordinativas especiales para cursar la asignatura, cualquier persona puede cursarla. Es importante dominar contenidos de asignaturas tales como fundamentos de los Deportes I, Anatomía Funcional del Sistema Motor, Fundamentos de la Educación Física y del Deporte, Habilidades Motrices Básicas y Juegos Motores, Aprendizaje, Desarrollo y Control Motor, Biomecánica y Fisiología de la Actividad Física entre otras.

El alumno podrá tener a su disposición la mayor parte del material que el profesor use de apoyo en las explicaciones en clase, en el servicio de reprografía de la Universidad o mediante el uso de las TIC's, aula virtual o página Web de la asignatura (Black Board).

No

obstante, es muy recomendable que además de dicho material, del material dispuesto en Black Board y de sus anotaciones de las explicaciones en clases teóricas y prácticas, el alumno contraste y complete la información mediante las referencias bibliográficas detalladas de manera referidas y aquellas otras específica en esta guía.

## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

### 4. COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura  
Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura

Profundizar en esta disciplinas que, por su naturaleza, actualidad o interés práctico, permite a los estudiantes un grado de especialización, dentro del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, que genera currículos específicos según los intereses personales.

4.3. Competencias particulares de la asignatura

Genéricas,

Profundizar y desarrollarse metodológicamente en conocimientos, técnicas y tácticas específicas de este deporte, así como su aplicación en el ámbito de la alta competición, la planificación del entrenamiento y la selección de talentos deportivos en esta especialidad deportiva.

Específicas,

Conocer y aplicar medios, técnicas y recursos metodológicos fundamentales que permiten configurar actividades de enseñanza-aprendizaje de esta modalidad deportiva. Conocer y diseñar de manera individual diferentes modos de progresión en el aprendizaje de esta modalidad deportiva.

Ser capaz de proponer prácticas para el aprendizaje básico de las diferentes disciplinas deportivas, con especial énfasis en aspectos elementales sobre: calentamiento, preparación física específica, tipos de ayudas, elementos de seguridad y progresiones.

Evaluar un ejercicio de Gimnasia Acrobática desde cada uno de los roles que puede adoptar un juez.

Valorar la importancia que posee el conocimiento de pautas que garanticen la higiene en la práctica de estas modalidades deportivas y adoptar una actitud crítica ante aquello que aprende

## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

### 5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

- Tema 1. Contextualización de la Gimnasia Acrobática en un ámbito competitivo
- Tema 2. La sesión de entrenamiento en Gimnasia Acrobática
- Tema 3. El Código de Puntuación FIG y Age Group. Aspectos Generales sobre Normativa Técnica Autonómica y Nacional
- Tema 4. Composición, Diseño y Evaluación de un ejercicio de Gimnasia Acrobática. Elaboración y evaluación de diagramas de dificultad.
- Tema 5. Análisis de las exigencias físicas de la Gimnasia Acrobática. Aplicación sobre la Preparación Física Específica
- Tema 6. Programación del entrenamiento en Gimnasia Acrobática.

### 6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

#### METODOLOGÍA UTILIZADA PARA IMPARTIR LOS CRÉDITOS TEÓRICOS

El proceso de aprendizaje podrá comenzar con el estudio los contenidos de la asignatura (en aquellos que así se dispongan) por parte de los alumnos a través de Black Board, siendo el profesor quien explicará y discutirán los aspectos más relevantes de los mismos durante las sesiones presenciales. Se demandará del alumnado su intervención en debates o pequeños trabajos puntuales relacionados con los contenidos, que fomenten su reflexión acerca de los puntos tratados en los temas, así como su participación activa en la ampliación de contenidos de cada tema.

Generalmente se comenzará cada clase realizando un breve resumen de la anterior estableciendo, si así procede, un nexo de unión entre la clase anterior y la presente. Del mismo modo, se realiza un resumen de lo expuesto en cada clase momentos antes de finalizar la misma, de modo que sirva de síntesis y énfasis de los puntos más importantes, en relación con los objetivos a conseguir.

Se utilizarán recursos audiovisuales en la presentación y estudio de los contenidos de las diferentes modalidades deportivas, así como para análisis de técnicas y captación de errores.

La utilización de recursos informáticos, bases de datos y Black Board.

Cabe la posibilidad de aportar conocimientos en eventos relacionados con las modalidades deportivas

## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

### METODOLOGÍA UTILIZADA PARA IMPARTIR LOS CRÉDITOS PRACTICOS

Se utilizarán predominantemente Estrategias en la Práctica tanto globales como analíticas. Respecto a la intervención docente, se evolucionará desde técnicas de enseñanza de Reproducción de Modelos a Enseñanza mediante la Búsqueda, aplicando estilos que evolucionarán desde los tradicionales (predominando la asignación de tareas), a estilos participativos (grupos reducidos y microenseñanza) y cognitivos (Resolución de Problemas y Descubrimiento Guiado). La organización y Control de las sesiones prácticas evolucionarán desde el total control por el profesor a una organización y control compartido por profesor y alumnos.

Se fomentará que el alumno entrene realmente en cada sesión técnicas básicas, de elementos grupales e individuales que permitan conocer mejor la exigencia de los mismos, por lo que es muy recomendable una adecuada participación del alumnado en las clases prácticas motrices para adquirir las competencias prácticas necesarias. También deberán participar adoptando adecuadas medidas higiénicas respecto a la práctica deportiva, participando sólo con equipamiento deportivo y en ausencia o debida protección de elementos potencialmente peligrosos durante la práctica, valorado todo ello por el profesor. Sin cumplir este requisito, el alumno no podrá participar en ellas.

La asistencia a las sesiones prácticas NO es obligatoria, pero dada la importancia que poseen en el aprendizaje de los contenidos, se recomienda encarecidamente su asistencia a las mismas, pudiendo con una participación adecuada obtener parte de su calificación práctica. La participación adecuada valorará la orientación atencional en la tarea, la calidad y el uso de tiempo del trabajo realizado y la preparación y disponibilidad del alumno en cada tarea.

Las sesiones prácticas no siempre podrán realizarse mediante una práctica motriz, sino que podrán consistir en aplicaciones teórico-prácticas, lo que resulta una ventaja para el alumno con alguna discapacidad transitoria. En las tareas propuestas en ellas, se pretenderá vincular la teoría con la práctica, analizando y resolviendo situaciones o propuestas extraídas de la realidad, para que los alumnos vivencien y/o apliquen los conocimientos adquiridos, solicitando por escrito una actividad referente al contenido presentado en la misma.

En caso de necesidad (discapacidad crónica o duradera), se podrá realizar una adaptación curricular a los estudiantes que así lo necesiten, previo adecuado informe médico, entregado a principio de curso o con suficiente antelación (una semana) antes de la práctica. En caso contrario, la asistencia sin participación activa en clase NO computará como asistencia para una evaluación continua.



## **GUÍA DOCENTE**

Curso 2014-2015



## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

### 7. EVALUACIÓN

#### EVALUACION DE CREDITOS TEORICOS (5 puntos)

##### Sistema de EVALUACION CONTINUA

Para optar por el sistema de evaluacion continua es obligatorio asistir al 75% de las sesiones prácticas.

##### Pruebas de Evaluación:

- a) Preguntas y Trabajos en Clase (hasta 2 puntos)
- b) Examen Teórico (hasta 3 puntos)\*.

Se realizara un examen final teórico, en la fecha fijada para ello por el calendario oficial de exámenes y que tratará de verificar el grado de consecución de las competencias definidas.

El examen en un compendio de parte escrita y cerrada de opción múltiple (tipo test) y/o parte escrita, de respuestas breves o resolución de supuestos prácticos. Podrá ser realizado presencialmente o mediante plataforma virtual (se informará al alumno del modo con suficiente antelación), y el estudiante deberá demostrar su capacidad y habilidad de aplicar adecuadamente contenidos estudiados.

\* Esta prueba de evaluación no será necesario realizarla y su % se sumara con la definida en la modalidad practica como b2.

#### EVALUACION DE CREDITOS PRACTICOS (5 puntos)

- c) Participación Adecuada (hasta 2 puntos)

La participación adecuada durante cada sesión práctica (respecto a su orientación, disposición al trabajo, preparación y disponibilidad, calidad y uso del tiempo de trabajo). La ausencia total o parcial eliminará toda posibilidad de dicha asignación.

- d) Examen Practico (Hasta 3 puntos)

Existen tres modalidades diferentes para hacer el examen practico; de manera colectiva (2 o más alumnos) o de manera individual.

b.1) Mediante la visualizacion y analisis de videos o imágenes asi como la aplicación en un supuesto practico de los contenidos estudiados en clase.

## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

b.2) Examen Practico Colectivo (EPC): Constará en la realización de un ejercicio de gimnasia acrobatica adaptado a los alumnos, donde demuestren la aplicación práctica holística del conjunto de contenidos desarrollados. Los alumnos deberán demostrar una adecuada y suficiente presentación del ejercicio así como una pequeña programación metodológica y de la preparación física de los elementos grupales e individuales elegidos.

### Sistema de PRUEBA UNICA

Sistema de evaluación que contempla a los alumnos que por cualquier motivo no puede asistir al 75% de las sesiones practicas.

El alumno tendrá para cada convocatoria un examen con orientación teorica (50%) y práctica (50%). La parte practica podrá realizarse mediante la visualizacion y analisis de videos o imágenes así como la aplicación en un supuesto practico de los contenidos estudiados en clase.

Finalmente, y a modo optativo, la participación en eventos o asistencia a sesiones practicas optativas podrá suponer un plus de calificacion.

Para superar la asignatura habrá que obtener al menos el 50% del valor asignado a los créditos Teóricos y Prácticos.

## 8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

Anwajler, J., Wojna, D., Stępak, A., Skolimowski, T. (2005). The influence of sports acrobatic training on the range of mobility of the spine and the upper and lower extremities. *Fizjoterapia Polska*, 5 (1): 57-64.

BROZAS, M.P. y NOWOTYNSKI, W. (2002). Los portés como componente técnico específico del acrosport. *RendimientoDeportivo.com*, N° 2.  
<http://www.RendimientoDeportivo.com/N002/Artic011.htm>

BROZAS, M.P. y Vicente, M. (1999) Actividades acrobáticas grupales y creatividad. Edit. Gymnos. Madrid, España.

CALVO, A y SÁNCHEZ, FJ. (1997) Gimnasia Artística. Manual de iniciación. Wanceulen, Sevilla.

CARLOS MANUEL DOS REIS ARAÚJO (2004). Manual De Ayudas En Gimnasia.



## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

Editorial Paidotribo. ISBN: 8480197463. ISBN-13: 9788480197465

CARRASCO, R. (2004). *Gymnastique aux agrès. Preparation Physique*. Vigot Editions. Paris.

ELISA ESTAPÉ TOUS; IGNACIO GRANDE RODRIGUEZ; MANUEL LOPEZ MOYA (2008). *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo*. Editorial INDE.

FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE GIMNASIA. Code of Points Acrobatic gymnastics 2008-2012. <http://www.fig-gymnastics.com/vsite/vnavsite/page/directory/0,10853,5187-188050-205272-navlist,00.html>

Feldman, D., Shrier, I., Rossignol, M., & Abenhaim, L. (1999). Adolescent growth is not associated with changes in flexibility. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 9(1), 24-29

FONDERO J.M., FURBLUR E.E. (1989). *Creating Gymnastic Pyramid and balances*. Ed. Leisures Press. Illinois.

JACKMAN, J Y CURRIER, B (1993). *Técnicas y juegos gimnásticos*. Paidotribo. Barcelona.

LABEAU, B. (1993). *L'acrospport au collage*. EPS 243: 14-17.

LEGUET, J. (1987). *Actions motrices en gymnastique sportive*. Vigot. Paris.

LEÓN, K. y MUÑOZ, J. (2003). *El Acrospport como contenido de Educación. Física en Primaria y Secundaria*. Centro de Formación del Profesorado. Delegación de Educación de Cáceres.

LEON-PRADOS, JA. (2004). Seguridad e higiene en la práctica saludable del acrospport. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, N°. 16

LEÓN-PRADOS, JA, FERNÁNDEZ A Y CALVO A. (2010). Fundamentos básicos de la ejecución holística de ejercicios abdominales para estabilizar la columna lumbo-abdominal. *Revista Apunts. Educación física y deportes*, 99: 20-27. Issn: 1577-4015

NYFFENEGER, E. (1997). *Acrospport et Tumbling*. MACOLIN, 3: 12-13.

PERNET, M (1994). *Gymnastique artistique et sportive. 9 Techniques de base a la Loupe* N° 18. Paris. Editions Revue EPS.

POZZO, T.; STUDENY, C. (1987). *Théorie et pratique des sports acrobatiques*. Vigot,



## GUÍA DOCENTE

Curso 2014-2015

París.

Purnell, M., Shirley, D., Nicholson, L., & Adams, R. (2011). Acrobatic gymnastics injury: Occurrence, site and training risk factors. *Physical Therapy in Sport*, 11(2), 40-46

THOMAS L, FIARD J, SOULARD CH Y CHAUTEMPS G. (1994). *Gymnastique Sportive. De l'école ...aux associations*. Paris. Editions Revue EPS.

VERNETTA M, LÓPEZ J y PANADERO, F. (1996). *El Acrosport en la Escuela*. Barcelona. Inde.

VERNETTA. M.; LÓPEZ, J y PANADERO, F. (2000). *Unidades Didácticas para secundaria. Habilidades Gimnásticas: minicircuitos..* Ed. Inde.