

## 26301 - Deportes rítmico-gimnásticos

### Información del Plan Docente

**Año académico:** 2024/25

**Asignatura:** 26301 - Deportes rítmico-gimnásticos

**Centro académico:** 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

**Titulación:** 295 - Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Créditos:** 6.0

**Curso:** 1

**Periodo de impartición:** Segundo semestre

**Clase de asignatura:** Obligatoria

**Materia:**

### 1. Información básica de la asignatura

Se trata de una asignatura con un alto componente práctico que pretende que el alumnado experimente situaciones gimnásticas de carácter rítmico y acrobático y actividades de baile y danza, elabore progresiones y procesos de aprendizaje, conozca las ayudas y vigilancias adecuadas y trabaje estrategias en el contexto del aula.

La docencia de esta asignatura está alineada con todos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas a través del proyecto de innovación docente interdisciplinar titulado "**Pongamos los ODS en danza**". Además, durante su docencia, proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta manera con los siguientes ODS: 3. Bienestar y salud, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género.

En esta asignatura se exigirá corrección en el formato y la redacción de todas las pruebas y documentos escritos teniendo su incidencia en la calificación.

### 2. Resultados de aprendizaje

- Realizar con fluidez situaciones de aprendizaje relacionadas con las actividades rítmicas y gimnásticas, ejecutando correctamente elementos técnicos básicos de la gimnasia rítmica y de la gimnasia artística, trabajando en grupo, respetando las sugerencias y opiniones del resto de compañeros, utilizando las diferencias de las capacidades.
- Diseñar, planificar y programar procesos de enseñanza y aprendizaje gimnásticos y rítmicos, analizando la colocación del material y las ayudas para dar seguridad en los elementos gimnásticos, así como identificar los riesgos para la salud de la práctica inadecuada de ciertos ejercicios.
- Expresar por escrito la normativa básica de los deportes rítmico gimnásticos, aplicarla a un proyecto y ser capaz de juzgar y valorar elementos técnicos individuales y coreografías grupales.

### 3. Programa de la asignatura

Tema 1. Contexto histórico de la danza y de los deportes rítmico-gimnásticos: orígenes, escuelas, evolución de las actividades gimnásticas, la Federación Internacional de Gimnasia.

Tema 2. La danza: posiciones básicas, técnicas básicas, la danza en el entrenamiento de la gimnasia, unión de danza, movimiento y música.

Tema 3. Gimnasia rítmica: grupos de elementos corporales y su metodología de enseñanza-aprendizaje, grupos de elementos de aparato y metodología de enseñanza-aprendizaje, aspectos reglamentarios de las competiciones, bases psicopedagógicas.

Tema 4. Gimnasia artística: representación gráfica, modalidades, ayudas y vigilancias, materiales, el acrosport y el parkour, progresiones de las técnicas básicas, bases psicopedagógicas.

### 4. Actividades académicas

- Clases magistrales: 15horas

Sesiones teórico-prácticas presenciales en las que se explicarán los contenidos de la asignatura, se realizan en aula.

- Problemas y casos y prácticas de laboratorio: 45 horas

Sesiones prácticas presenciales que se realizan en gran grupo o en grupos más reducidos en el polideportivo Río Isuela.

- Trabajos docentes: 24 horas
- Estudio de contenidos y práctica individual o grupal: 60 horas
- Pruebas de evaluación: 6h

### 5. Sistema de evaluación

El alumnado tiene una evaluación global con diferentes pruebas teórico prácticas. Si el estudiantado asiste regularmente

(mínimo 85% de las prácticas) algunas pruebas prácticas de evaluación se pueden adelantar y realizar en la fecha que se proponga durante el semestre. En todo caso, se pueden hacer o entregar en la fecha de la prueba global del calendario oficial. La calificación se obtendrá del resultado de promediar tres bloques de contenidos siempre que se supere el 5,0 en cada uno:

- Contenidos teórico-prácticos (40%)
- Contenidos de gimnasia artística y actividades acrobáticas (30%)
- Contenidos de gimnasia y actividades rítmicas y danza (30%)

El estudiantado que no asiste con regularidad no tendrá opción a los trabajos voluntarios para subir nota y tendrá preguntas de desarrollo en el examen teórico. Para el alumnado que asiste regularmente se admitirá una nota igual o superior a 4,5 en uno de los tres bloques de contenidos.

No se guardan notas para los cursos siguientes.

#### **Pruebas de evaluación:**

Bloque teórico:

- Prueba 1: Examen escrito con preguntas tipo test y cortas a desarrollar. (40%)

Bloque práctico de gimnasia artística y actividades acrobáticas:

- Prueba 2: Elementos obligatorios de gimnasia artística: rueda lateral, apoyo invertido mantenido, quinta/puntal a vertical y elemento de vuelo. (12%)

- Prueba 3: Enlace de elementos acrobáticos de gimnasia artística en colchonetas, se tiene en cuenta la dificultad y la ejecución. (12%)

- Prueba 4. Figuras de acrosport en grupos de trabajo. (6%)

Bloque práctico de gimnasia rítmica y danza:

-Prueba 5: Técnicas individuales y coreografías con aparatos gimnásticos. En ellas se deben incorporar los elementos obligatorios y los requisitos que previamente se han estipulado para cada aparato. Se valorará la variedad, el ritmo, la ejecución técnica, la dificultad y la originalidad. La nota es individual teniendo en cuenta, en su caso, el trabajo en grupo. Algunas serán presenciales y otras en formato vídeo. (30%)

El fraude o plagio total o parcial en cualquiera de las pruebas de evaluación dará lugar al suspenso de la asignatura con la mínima nota, además de las sanciones disciplinarias que la comisión de garantía adopte para estos casos.

## **6. Objetivos de Desarrollo Sostenible**

- 3 - Salud y Bienestar
- 4 - Educación de Calidad
- 5 - Igualdad de Género