



FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA.

DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA ASIGNATURA:

Asignatura:	Aplicación Deportiva II: Gimnasia Rítmica				
Subject:	Sport Applications II: Rhythmic Gymnastics				
Titulación:	Grado en Ciencias del Deporte				
Departamento:	Deportes				
Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional		Código:	115000141	
Itinerario/s:	ED - DEF		Carácter:	OPTATIVA	
Créditos ECTS:	6	Semestre:	Octavo	Lengua:	Español
Contextualización en el grado:	Completar y perfeccionar, el conocimiento en profundidad, de las características que requieren las/os gimnastas que practican este deporte complementado con la metodología científica adecuada de la planificación deportiva, como medio necesario para la consecución de los objetivos de rendimiento deportivos específicos en cada modalidad de G.R., Conjunto e Individual.				
Relación con otras asignaturas del grado:	Gimnasia Rítmica, Aplicación Deportiva I, Entrenamiento y Optimización de la Técnica Deportiva, Fisiología del Ejercicio.				
Recomendaciones y observaciones:	El alumno debe, haber cursado la asignatura Tecnificación en Deporte: Gimnasia Rítmica en 3º y Aplicación Deportiva I: Gimnasia Rítmica en 4º de Grado. El alumnado deberá asistir a clase con indumentaria adecuada específica para esta práctica deportiva. (Según indicaciones de la profesora/or)				

COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

Competencias Generales:
CG 3. Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo. CG 9. Resolver con eficacia y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y si procede, innovadoras.
Competencias Específicas:
CE1. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas. CE7. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. CE8. Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo.
Resultados de aprendizaje:
1.- Conocer e identificar las características específicas, de las gimnastas en las dos modalidades 2.- Conocer la metodología de entrenamiento, de las cualidades fundamentales y necesarias para su aplicación en G. R., así como su control y evaluación. 3.- Conocer los diferentes sistemas de Planificación del Entrenamiento Específico en G.R. a corto, medio y largo plazo. 4.- Estudiar y conocer de forma práctica la aplicación equilibrada de los criterios de evaluación, cualitativos y cuantitativos, de los ejercicios de GR, en función de la exigencia del rendimiento deportivo.

**PROGRAMA DE CONTENIDOS:**

Unidades temáticas:	
Tema 1:	La educación motriz y la facilitación al entrenamiento en edades tempranas, si procede. Control y progresión.
Tema 2:	Perfil diferenciador y características metabólicas de las/ os gimnastas.
Tema 3:	Flexibilidad- Entrenamiento en G.R.
Tema 4:	Resistencia - Entrenamiento en G.R.
Tema 5:	Fuerza - Entrenamiento en G.R.
Tema 6:	Velocidad - Entrenamiento en G.R.:
Tema 7:	Estudio y control del proceso de entrenamiento específico de GR. Componentes.
Tema 8:	Planificación general y periodización del entrenamiento, aplicado a GR.
Tema 9:	Modelos de entrenamiento, según Grupos de Nivel.
Tema 10:	Programación del Ciclo Anual en G.R.
Tema 11:	Programación Plan Plurianual
Tema 12:	Análisis, estudio y valoración práctica del VT, de los ejercicios, con los diferentes aparatos.
Tema 13:	Análisis, estudio y valoración práctica del VA, de los diferentes ejercicios.
Tema 14:	Análisis, estudio y valoración práctica de la Ejecución de los diferentes ejercicios de G.R.
Bibliografía Básica:	
<p>Hahn E. Entrenamiento con niños. Teoría, Practica, Problemas Específicos. (1988) Ed. Martinez Roca S.A. M.Gerbaux y S. Berthoin. Aptitud y entrenamiento aeróbico en el niño y el adolescente. (2004) Ed. Inde L.M.Ruiz Pérez. M.Gutierrez, J.L. Graupera,J.L.Linaza, F.Navarro. 2001 Desarrollo, comportamiento motor y deporte. L.M. Ruiz Pérez,F.Sanchez Bañuelos (1997) Rendimiento deportivo. Gymnos S.L. España A, Canalda Llobet. G.R.D Teoría y Práctica. Ed. Paidotribo T.Lisistskaja. Gimnasia Rítmica. 1998. Deporte&Entrenamiento.Ed. Paidotribo Codigo FIG (Actualizado según Ciclo Olímpico) APUNTES DE LA ASIGNATURA DE G.R., facilitados por la profesora A. Roncero Roncero</p>	
Bibliografía Recomendada:	
<p>A.Ibañez Riestra, J. Torrebadella Flix. 1004 Ejercicios de Flexibilidad.(1998) Ed. Paidotribo H.Ehlenz. M, Grosser. Zimmermann. Entrenamiento de la Furza (2004) Ed. Martinez Roca. J.Taborda Chaurra.El desarrollo de la resistencia en el niño. Teoría y Práctica. (2000) Ed. Kinesis. J.M. García Manso. La Velocidad (1997) Ed. Esteban Sanz V.N. Platonov La Adaptación en el deporte. (1986) Ed. Paidotribo C.L.Wells. Mujeres, deporte y rendimiento (Vol. I-II) (1991) Ed. Paidotribo J.L.Lopez Chicharro (2001) El desarrollo y el rendimiento deportivo. (2001) Ed. Gymnos. Epaña McAtee,R.-Charland,J. Estiramientos facilitados. Estiramientos y fortalecimiento con facilitación neuromuscular propioceptiva (2009) Panamericana</p>	



WEB FIG. WEB RFEG. WEB FMG. WEB COE.
Bibliografía de 2º , 3º y 4º - APLICACIÓN DEPORTIVA I G.R.
Durante el curso se facilitará mas bibliografía recomendada.

Recursos:

Vestuarios, masculinos y femeninos.
Instalación deportiva específica de G.R.: pabellon, practicable con tapiz, espalderas, barras fijas en pared o moviles y aparatos de ritmica: cuerdas, pelotas, mazas, aros y cintas, en un lugar accesible para facilitar su uso.
Aparatos, para la preparación física específica.
Materiales audiovisuales: equipo musical, equipo informatico y audiovisual (proyector, maquina de video)
Pizarra en pabellón para la impartición teórica.
Aula disponible para la impartición teórica.
Disponibilidad de la bibliografía en Biblioteca para favorecer la consulta del alumnado.

METODOLOGÍA:

Metodología docente:

Evaluación Formativa Continua, para favorecer el conocimiento de la técnica deportiva y su aplicación al conocimiento de la planificación para la obtención de los objetivos.
Metodo Expositivo. Al principio de cada sesion se realizara una introducción informativa sobre el tema de la sesión, si es práctica y también en el aula, como sesión magistral. Esta se alternara con sesiones de participación activa del alumno y la exposición de sus trabajos supervisados.
Se alternarán éstas con sesiones de Aprendizaje basado en Proyectos.

Horas presenciales	40 %	Horas no presenciales	60 %
---------------------------	-------------	------------------------------	-------------

EVALUACIÓN:

Métodos Generales de Evaluación:

El alumno elegirá entre los dos métodos de Evaluación en los primeros dias del curso y tendrá que comprometerse a cumplir su elección.
Evaluación Formativa Continua. Asistencia continuada (80%). La evaluación incluirá pruebas teóricas y prácticas realizadas de forma continua y una prueba teórica y práctica, junto a dos trabajos de planificación final.
Tendrá carácter Sumativa Final, si el alumno no supera las pruebas de evaluación formativa continua o no asiste de forma regular a las presenciales. (Tendrá que justificarse oficialmente)
La Evaluación Final consistirá en un examen teórico y cuatro pruebas prácticas, además de un trabajo teórico de investigación, que tendrá relación directa con los contenidos del semestre.

Sistema de Calificación:

La calificación de la asignatura tendrá en cuenta:
-En el caso de ser la evaluación Formativa Continua, se sumará de forma cuantitativa la valoración cualitativa de todas las pruebas teóricas y prácticas EN LOS PORCENTAJES QUE SE ESTABLEZCAN EN LA GUÍA DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA.
-En el caso de ser Sumativa Final. Será la valoración que obtenga el alumno después de presentarse a todas las pruebas.



GUÍA DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA.

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica	Código:	141	Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional
--------------------	--	----------------	-----	----------------	---------------------------------------

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica	Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional
--------------------	--	----------------	---------------------------------------

COMPETENCIA ESPECÍFICA: CE1. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.

RESULTADO DE APRENDIZAJE (RA nº)		INDICADORES (Mínimos en Mayúsculas)	TEMAS RELACIONADOS
1º	Conocer e identificar las características específicas, de las gimnastas en la dos modalidades de G.R.	-Identifica los aspectos determinantes que influyen en la distribución de objetivos, según diferentes etapas del desarrollo para la buena práctica de la G.R. - ELABORA PROGRAMAS DE SEGUIMIENTO, Y DETECCIÓN DE CUALIDADES FUNDAMENTALES Y DIFERENCIADORAS PARA CADA MODALIDAD DE GR.	Tema 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.
2º	Conocer la metodología de entrenamiento, de las cualidades fundamentales y necesarias para su aplicación en G. R., así como su control y evaluación.	-Diseña hojas de anotación y registro del entrenamiento en GR. que se adapten a las diferentes fases y niveles de una planificación. -Elabora actividades de intervención para la mejora de los errores, según el conocimiento de resultados de la evaluación. -ELABORA PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN METODOLÓGICA Y DIFERENCIADORA SEGÚN LOS DIFERENTES OBJETIVOS DEPORTIVOS.	Tema 1, 6, 7,8,9,10, 11.



Asignatura: Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica		Módulo: Itinerario de Orientación Profesional	
COMPETENCIA ESPECIFICA:		CE7. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles.	
RESULTADO DE APRENDIZAJE		INDICADORES (Mínimos en Mayúsculas)	TEMAS RELACIONADOS
1º	Conocer los diferentes sistemas de Planificación del Entrenamiento Específico en GR a corto, medio y largo plazo.	<ul style="list-style-type: none"> - Diseña una planificación anual de la modalidad individual y de conjunto. - Diseña una planificación plurianual de individual y de conjunto. - IDENTIFICA LAS EXIGENCIAS DIFERENCIADORAS DE UNA PLANIFICACION DE CONJUNTO E INDIVIDUAL . SEGÚN OBJETIVOS DE RENDIMIENTO. 	Tema 2, 3, 4, 5, 6. 7, 8, 9, 10. 11.

Asignatura: Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica		Módulo: Itinerario de Orientación Profesional	
COMPETENCIA ESPECIFICA:		CE8. Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo.	
RESULTADO DE APRENDIZAJE		INDICADORES (Mínimos en Mayúsculas)	TEMAS RELACIONADOS
1º	Estudiar y conocer de forma práctica la aplicación equilibrada de los criterios de evaluación cualitativos y cuantitativos de los ejercicios de G. R. en función de la exigencia del rendimiento deportivo.	<ul style="list-style-type: none"> - Conoce e identifica los valores técnicos válidos que identifican el control y evaluación de los mismos. - Analiza y estudia los criterios cualitativos que facilitan la evaluación del valor artístico de los ejercicios de GR. - Elabora diferentes metodos de control analítico, sobre las diferentes secuencias de elementos que integran cada ejercicio (conjunto e individual) - APLICA DE FORMA PRACTICA EL CONTROL DE LOS CRITERIOS QUE IDENTIFICAN LAS VARIABLES DE EJECUCIÓN DE LA TECNICA DE LOS EJERCICIOS DE GR. 	Tema 9, 10, 11, 12, 13, 14.

**DESARROLLO DE LOS TEMAS DE LA ASIGNATURA:**

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica	Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional
DESCRIPCIÓN GENERAL Y OBSERVACIONES:	La metodología a seguir para el desarrollo de los temas, será teórico-práctica, basada en el trabajo autónomo alternándolo con el de grupo. Se utilizará el Metodo Expositivo al inicio de las sesiones y también en el aula, en donde se utilizarán los medios audiovisuales.		
METODOLOGÍA	ACTIVIDADES FORMATIVAS		TEMAS
	PRESENCIALES	NO PRESENCIALES	
METODO EXPOSITIVO	<ul style="list-style-type: none"> -Lección magistral. -Exposición del profesor con participación activa del estudiante. -Exposición de los/as alumnos/as de sus trabajos teóricos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Trabajo personal -Tutorización individual y de grupo -Trabajo de observación. 	Todos
DOCENCIA PRACTICA	<ul style="list-style-type: none"> -Análisis de la técnica, con medios audiovisuales y presenciales -Prácticas de enseñanza. -Trabajos creativos de elaboración de ejercicios con estudios de los mismos. -Resolución de problema 	<ul style="list-style-type: none"> -Preparación de trabajo en grupo -Preparación de trabajo individual -Trabajo de observación 	Temas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.
APRENDIZAJE BASADO EN PROYECTOS	Creación de trabajos que respondan al seguimiento en el aprendizaje en todos los niveles deportivos.	<ul style="list-style-type: none"> -Proyecto en grupo e individual de seguimiento y dirección de equipos. -Búsqueda bibliográfica. 	Todos

**DISTRIBUCIÓN Y CUANTIFICACIÓN DEL TRABAJO:**

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica			Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional	
Horas presenciales:	Teóricas:	Prácticas:	Exámenes:		Totales:	
	50	10			60	
Horas no presenciales:	Trabajo Autónomo	Trabajo Tutorizado	Preparación Exámenes	Exámenes (on-line)		Totales:
	40	20	30			90
Total Volumen de Trabajo (horas)	150		Total créditos ECTS		6	

CALENDARIO DE TRABAJO (Distribución de los Temas por semanas dentro del semestre)

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica			Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional	
	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	
Temas	TEMA 1	TEMA 2	TEMA3	TEMA 4	TEMA 5	
Act. Formativas	-Exposición del profesor -Supuestos prácticos	-Exposición del profesor -Resolución de problemas	-Exposición del profesor -Participación activa de los estudiantes	-Exposición del profesor -Participación activa de los estudiantes	-Exposición del profesor -Participación activa de los estudiantes	
Act. Evaluación			Presentación de trabajo en grupo y exposición del mismo	-Presentación y exposición de trabajo en grupo.	-Presentación y exposición de trabajo en grupo.	



	Semana 6	Semana 7	Semana 8	Semana 9	Semana 10
Temas	TEMA 6	TEMA 7	TEMA 8	TEMA 8, 12	TEMA 9, 13
Act. Formativas	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno -Visualización de videos	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno -Visualización de videos
Act. Evaluación	-Presentación y exposición de trabajo en grupo.			-Presentación gráfica ficha-tecnica	-Presentación gráfica ficha-tecnica
	Semana 11	Semana 12	Semana 13	Semana 14	Semana 15
Temas	TEMA 10, 14	TEMA 11, 12	TEMA 13	TEMA 14	TEMA 12, 13, 14
Act. Formativas	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno -Visualización de videos	-Exposición del profesor -Participación activa del alumno -Visualización de videos	-Visualización videos -Participación activa del alumno	-Exposición del profesor -Visualización de videos -Participación activa del alumno.	-Visualización de videos -Análisis de los ejercicios -Conclusiones
Act. Evaluación	-Presentación gráfica ficha-técnica	-Presentación de trabajo individual Planificación-anual	-Presentación gráfica ficha-técnica	-Presentación gráfica ficha-técnica	-Presentación de trabajo individual Planificación
OBSERVACIONES :	Los días de evaluación y presentación de trabajos se adaptarán, si es preciso, a la dinámica real formativa.				

**EVALUACIÓN Y SISTEMA DE CALIFICACIÓN:**

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica	Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional
Método de Evaluación: Descripción de las actividades de evaluación.			
EVALUACIÓN FORMATIVA CONTINUA MIXTA. Exige una asistencia continua. En la evaluación se tendrá en cuenta las evaluaciones tanto teóricas como los trabajos escritos y o proyectos. Tendrá carácter Sumativa Final. Si el alumno no supera las pruebas de Evaluación Formativa o no asiste de forma regular a las sesiones. EVALUACIÓN FINAL: Consistirá en un examen final y cuatro pruebas prácticas, mas un trabajo final.			
Sistema de Calificación: Distribución porcentual de los aspectos de calificación.			Porcentaje
EVALUACION FORMATIVA (Continua) Ó MIXTA	Trabajos teóricos		30 %
	Trabajos prácticos		30 %
	Prueba teórica-práctica		40 %
	TOTAL EVALUACION FORMATIVA – MIXTA (100%)		100 %
EVALUACIÓN SUMATIVA (Final)	Trabajo final		25 %
	Pruebas prácticas		25 %
	Examen final teórico		50 %
	TOTAL EVALUACION SUMATIVA (100%)		100 %
OBSERVACIONES :	<ul style="list-style-type: none"> - El tipo de evaluación la elegirá el alumno al principio de curso. - Para optar a la Evaluación Formativa, el alumno debe asistir al 80% de clases presenciales como mínimo. En caso de superar el 20% de faltas a clase, no justificadas, el estudiante perderá su derecho a Evaluación Formativa y deberá presentarse a la Evaluación Final.		



RECURSOS DIDÁCTICOS A UTILIZAR:

Asignatura:	Aplicación Deportiva II Gimnasia Rítmica	Módulo:	Itinerario de Orientación Profesional
MATERIAL DE ESTUDIO.	<ul style="list-style-type: none">- Recursos bibliográficos (indicados en la ficha de la asignatura)- Recursos Web y Multimedia.- Otros.		
EQUIPAMIENTO, AULAS E INSTALACIONES.	<ul style="list-style-type: none">-La mayor parte se impartirá en aula, dotada de medios audiovisuales.-Pabellón del CSD, en algunas sesiones.- Aplicaciones informáticas y medios audiovisuales a manejar.- Vestimenta necesaria para el seguimiento de las clases prácticas.- Aparatos y material disponibles por parte del Centro.-Otros.		
ESPACIOS DE TRABAJO NO PRESENCIAL	<ul style="list-style-type: none">-Biblioteca y servicios adscritos.- Laboratorios de libre acceso.- Salas de Informática.- Aulas de trabajo en grupo.- Horarios de utilización de las salas para trabajo no presencial (Individual o en grupo) previa petición.		