



PROGRAMAS DE ASIGNATURAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL DEPORTE (INEF)

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: AGILIDAD GIMNÁSTICA

CRÉDITOS: 4,00

CURSO EN EL QUE SE IMPARTE: 1º

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA (TR., OBL., OP., L.E.): OP

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

Clases teórico-prácticas

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

Dar a conocer posibilidades acrobáticas que puede experimentar el individuo tanto sin material como con algún tipo de material específico que no es habitual en los deportes gimnásticos y que puede incorporarse fácilmente en las clases de Educación Física.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN BLOQUES DIDÁCTICOS SEÑALANDO (usar solo los apartados necesarios del formulario):

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 1^{ER} BLOQUE :**

Acrobacias sin la utilización de material de apoyo

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema I. Acrobacias Individuales.


Tema II. Parejas. (Masculina, femenina y mixta).


Tema III. Trios. (Masculina, femenina y mixta).

Tema IV. Cuartetos o más.


Tema V. Lanzamientos. (Con 1 y 2 lanzadores).


- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

 Morgan Smith. "An introduction to sports acrobatics". Ed. Hutchinson group, Australia, 1982.

 "Gimnasia acrobática china". Ed. Ediciones en lenguas extranjeras, impreso en la República Popular China, Beijing, 1986.

 J. I. García Sanchez. "Acrogimnasia". Ed. Ecir. 1999.

 Mª Paz Brozas. "Actividades Acrobáticas". Ed. Gymnos. 1999.

 Mª Paz Brozas. "Fundamentos de las actividades gimnásticas y acrobáticas". Ed. Universidad de León. 2004.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 2º BLOQUE :**

Acrobacias utilizando de material de apoyo

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema VI. Minitramp.

Tema VII. Cuerda.

Tema VIII. Palo chino.



Tema IX. Trapecio. (Individual y parejas).

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

- 📖 Massimo Monticelli. “Il mini trampolino elastico in ginnastica artistica”. Ed. Società Stampa Sportiva, Roma, 1984.
- 📖 Jose Ginés Siu. “Cama elástica”. Ed Alambra, Madrid, 1986.
- 📖 Encarna Martín-Lorente. “1000 ejercicios gimnásticos con material fijo y móvil”. Ed. Paidotribo. 1998

EVALUACIÓN, ESPECIFICANDO:

- TIPO DE EVALUACIÓN:

La calificación final se obtendrá por la suma de las notas obtenidas entre las fichas de clase, el exámen teórico y un exámen práctico.

- EXÁMENES FINALES, INDICANDO CONTENIDOS Y CONDICIONES DE REALIZACIÓN (LA FECHA LA MARCARÁ JEFATURA DE ESTUDIOS)

- Contenidos:**
- El examen teórico versará de las progresiones vistas en clase.
 - El examen práctico consistirá en la realización de 4 elementos elegidos por el alumno entre todos los realizados durante el curso

Condiciones realización: Entregar las fichas de clase y tener aprobada la asistencia a clase.

- SISTEMA DE CALIFICACIÓN:

Para la consecución del aprobado será necesario la obtención de un 5 con la suma de las siguientes notas:

- Examen práctico (20%).
- Examen Teórico (20%).
- Asistencia (40%).
- Fichas de clase (20%).

- BIBLIOGRAFÍA GENERAL:

- 📖 Morgan Smith. “An introduction to sports acrobatics”. Ed. Hutchinson group, Australia, 1982.
- 📖 “Gimnasia acrobática china”. Ed. Ediciones en lenguas extranjeras, impreso en la República Popular China, Beijing, 1986.
- 📖 J. I. García Sanchez. “Acrogimnasia”. Ed. Ecir. 1999.
- 📖 M^a Paz Brozas. “Actividades Acrobáticas”. Ed. Gymnos. 1999.



- 📖 M^º Paz Brozas. “Fundamentos de las actividades gimásticas y acrobáticas”. Ed. Universidad de León. 2004.
- 📖 Massimo Monticelli. “Il mini trampolino elastico in ginnastica artistica”. Ed. Società Stampa Sportiva, Roma, 1984.
- 📖 Jose Ginés Siu. “Cama elástica”. Ed Alambra, Madrid, 1986.
- 📖 Encarna Martín-Lorente. “1000 ejercicios gimnásticos con material fijo y móvil”. Ed. Paidotribo. 1998