

GUÍA DOCENTE 2017/18

Centro 135 - Facultad de Educación y Deporte. Sección Ciencias de la Actividad Física **Ciclo** Indiferente

Plan GDEPOR10 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte **Curso** 1er curso

ASIGNATURA

25798 - Fundamentos de Gimnasia y Judo

Créditos ECTS : 9

DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

Fundamentos de Gimnasia y Judo es una asignatura obligatoria básica de primer curso donde la experiencia y vivencia práctica constituye el eje central de la asignatura: tanto para el conocimiento de los objetivos motores y rasgos dominantes de la práctica de cada uno de estos deportes, como para la identificación de los fundamentos técnicos tácticos y didácticos de los mismos.

Esta asignatura está relación con las otras asignaturas de "carácter deportivo" como son: Fundamentos de Natación, Atletismo, Baloncesto, Balonmano...también con mayoría de contenidos prácticos.

Por su parte, los contenidos de Gimnasia están también íntimamente relacionados con asignaturas de este primer curso como: Biomecánica, Expresión Corporal y Danza, Anatomía o Historia de las Act. Fís. y del Deporte.

En Judo conoceremos su proceso de deportivización desde la época samurai hasta nuestros días.

Esta asignatura prepara a los alumnos para su futura intervención como docentes, en la iniciación deportiva a las distintas modalidades de Gimnasia, como al Judo, para el contextos como puedan ser la Educación Física formal, o el del ocio y tiempo libre.

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

C1.Conocer y comprender los fundamentos teóricos de la Gimnasia y del Judo

C2.Conocer y comprender los fundamentos prácticos: técnicos, tácticos y didácticos de la Gimnasia y del Judo.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

-Conoce y es capaz de expresar el origen y la evolución de estos dos deportes a lo largo de su la historia. Y particularmente de la Gimnasia, comprender su relación estrecha con el origen de nuestro area curricular obligatoria de la Educación Física.

-Ejecuta ejercicios básicos, diseña prácticas y conoce las progresiones y principios metodológicas para el aprendizaje de la Gimnasia y del Judo para el contexto de la iniciación deportiva

COMPETENCIA TRANSVERSAL (En Gimnasia)

G.019 Desarrollar habilidades de liderazgo de relación interpersonal y de trabajo en equipo.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Participa con actitud proactiva en la creación, diseño y realización de diferentes y originales trabajos prácticos en equipo donde aplica los fundamentos prácticos aprendidos.

CONTENIDOS TEORICO-PRACTICOS

UNIDAD I - GIMNASIA

Fundamentos teóricos:

-Marco conceptual. Historia y evolución de la Gimnasia

-Gimnasia y Educación Física

-Distintas modalidades deportivas de gimnasia: Artística, Akrogimnasia, Aerobic, Rítmica

-El ejercicio gimnástico y su valoración

-El proceso de enseñanza-aprendizaje de la gimnasia en la iniciación. Principios metodológicos

Fundamentos prácticos:

-Fundamentos de la Gimnasia Artística: las habilidades básicas de suelo. Bases metodológicas.

-Principios y habilidades básicas de la Gimnasia Acrobática Grupal (Acrosport)

-Principios y pasos básicos de aerobic. Creación de "coreografías"

-Creación de ejercicios de Gimnasia general

UNIDAD II- JUDO

- Fundamentos teóricos del Judo: introducción, judo deportivo, defensa personal, judo como educación física, evolución histórica del judo, reglamento.

- Criterios para la iniciación al Judo: bases técnicas, criterios para el desarrollo de las cualidades físicas, criterios para la adquisición de la técnica del judo.

- Ukemis caídas: las caídas, zempo kaiten, mae ukemi, ushiro ukemi.

- Ne waza lucha en suelo: técnicas de estrangulación, Técnicas de inmovilización, Técnicas de luxación, Jujutsu defensa

personal.

- Nage waza lucha em pie: técnicas de piernas, técnicas de caderas, Técnicas de hombros, técnicas de sutemi.

METODOLOGÍA

La mayoría de las clases son practicas y se realizan en el Gimnasio o en el Tatami. Las clases magistrales serán en un aula.

El proceso de enseñanza aprendizaje esta basado en metodologías activas a través de proyectos. Debido a las características de la asignatura es indispensable la participación en las clases prácticas con la debido actitud colaborativa y proactiba.

Para Gimnasia:

Sera necesario seguir el curso de la asignatura en la plataforma e-gela semanalmente, tanto para la consulta de los contenidos prácticos impartidos, como de la documentación de apoyo (articulos, links de videos y otros) para la adquisición de los fundamentos teoricos. Asi como para estar al tanto de los avisos:cambios horarios, instalaciones, envios de tareas a realizar, publicacion de notas parciales, etc...

TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	30		40						20
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45		60						30

Legenda:

M: Macistral

S: Seminario

GA: P. de Aula

GL: P. Laboratorio

GO: P. Ordenador

GCL: P. Clínicas

TA: Taller

TI: Taller Ind.

GCA: P. de Campo

SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación continua
- Sistema de evaluación final

HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

- Prueba escrita a desarrollar 15%
- Realización de prácticas (ejercicios, casos o problemas) 55%
- Trabajos en equipo (resolución de problemas, diseño de proyectos) 30%

CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

EVALUACIÓN GIMNASIA :

EVALUACIÓN CONTINUA (*)

Requisito: asistencia y participación directa al 90% de las clases prácticas (faltas justificadas)

- Valoración de los contenidos teóricos: 30% (examen escrito-
- Valoración de la competencia trasversal G019: 10%
- Valoración de los contenidos prácticos: 60% (Realización de 4 trabajos grupales: aplicación de lo aprendido en las clases prácticas)

(*)El alumno podrá renunciar al sistema de evaluación continua y optar por la evaluación final en el plazo de las primeras 9 semanas.

EVALUACIÓN FINAL: examen teórico práctico global (100% de la nota). El alumno deberá demostrar su competencia y conocimiento de los fundamentos teóricos (30%) y prácticos (70%) impartidos en la asignatura.

En ningun caso, ni en la evaluación continua , ni en la final, se hará la suma con una nota menor de 4 en cualquiera de las dos partes: fundamentos teóricos y fundamentos prácticos.

EVALUACIÓN JUDO

Examen teórico-práctico (50%) y evaluación continua-asistencia (50%)

* Para el cálculo de la nota final de la asignatura es necesario conseguir un mínimo de 5 puntos en ambas unidades (Gimnasia y Judo).

**Si en la convocatoria ordinaria una de las dos unidades (Judo o Gimnasia)fuera suspendida, la nota de la parte

aprobada solo se reservaría hasta la convocatoria extraordinaria.

RENUNCIA A LA CONVOCATORIA

1. La renuncia a la convocatoria supondrá la calificación de no presentado o no presentada.

2. En el caso de evaluación continua, el alumnado podrá renunciar a la convocatoria en un plazo que, como mínimo, será hasta un mes antes de la fecha de finalización del período docente de la asignatura correspondiente. Esta renuncia deberá presentarse por escrito ante el profesorado responsable de la asignatura.

3. Cuando se trate de evaluación final, la no presentación a la prueba fijada en la fecha oficial de exámenes supondrá la renuncia automática a la convocatoria correspondiente.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

En gimnasia, si un alumno o alumna tuviese aprobada una de las partes (teórica o práctica) se le guardara la nota solo hasta esta convocatoria.

*Si un alumno, de evaluación final, no se presentase a la convocatoria, se entendera que renuncia a la misma y como consecuencia no será tenida en cuenta a la hora de computar el numero de convocatorias.

MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

Para las prácticas ropa cómoda y adecuada.

BIBLIOGRAFIA

Bibliografía básica

BIBLIOGRAFÍA GIMNASIA:

ARAUJO, C. (2004). Manual de ayudas en Gimnasia. Barcelona: Paidotribo.

AYKROYD, P. (1983). Tácticas y destrezas de la gimnasia. Bogotá. Educar editores.

BROZAS, M.P. (2004). Fundamentos de las actividades gimnásticas y acrobáticas.
León: Universidad de León.

BROZAS, M.P., PEDRAZ, M.V. (1999). Actividades acrobáticas grupales y creatividad. Madrid: Gymnos.

BROZAS, M.P. Y EREÑO, C. (2006) Valor educativo de las actividades gimnásticas. formas de intervención en el contexto escolar. Evaluación e intervención en el ámbito deportivo (pgs 295-303). Ed diputación foral de Álava.

EREÑO, C. (1993). "Iniciación a la Gimnasia Rítmica, principios metodológicos y formas de desarrollo de la creatividad motriz. Revista Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte nº 12, 13-16.

EREÑO, C. (1995). GRD. Diccionario de dificultades corporales (vídeo). Madrid: Gymnos.

FERNANDEZ DEL VALLE, A. (1989). Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos. Madrid: Federación Española de Gimnasia.

GARCIA, J. I (1999). Acrogimnasia. Recursos educativos. Valencia: ECIR.

HUOT-MONETA, C. Y SOCIÉ, M. (2000). Acrosport. "De la escuela a las asociaciones deportivas" Lérida: Agonos.

LANGLADE, A., y N. (1970). Teoría general de la gimnasia. Buenos Aires: Stadium.

MATEU, M. (1996). 1300 ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnásticas
Barcelona: Paidotribo.

YUNYENT, M.V, MONTILLA, M.J. (1997). 1023 ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas. Barcelona: Paidotribo.

BIBLIOGRAFÍA JUDO:

VILLAMON, MIGUEL(1999). Introducción al judo. Madrid:Hispano Europea

KANO,J (1986).Judo Kodokan. Madrid: Eyras

Bibliografía de profundización

Revistas

Direcciones de internet de interés

- <http://www.fig-gymnastics.com>
- <http://www.rfegimnasia.es/> Real Federación Española de Gimnasia
- [http://www.federacionvascagimnasia.com /](http://www.federacionvascagimnasia.com/) Federación Vasca de Gimnasia

OBSERVACIONES