

GUÍA DOCENTE 2026-2027

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA:	Deportes individuales IV: Habilidades Gimnásticas		
PLAN DE ESTUDIOS:	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
FACULTAD:	Facultad de Ciencias de la Salud		
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:	Obligatoria		
ECTS:	3		
CURSO:	Tercero		
SEMESTRE:	Primero		
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:	Castellano		
PROFESORADO:	Marta Victoria Santiago		
DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:	marta.santiago@uneatlantico.es		

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS PREVIOS:
No aplica.
CONTENIDOS:
- Tema 1. Introducción a las Habilidades Gimnásticas 1.1. Antedecentes históricos. 1.2. Las escuelas. 1.3. Los grandes movimientos. 1.4. Tendencias. 1.5. Modalidades.

- Tema 2. Fundamentos técnicos gimnásticos.
 - 2.1. Terminología básica y principios técnicos.
 - 2.2. Fases de aprendizaje.
 - 2.3. Seguridad y ayudas.
- Tema 3. Habilidades gimnásticas en el ámbito educativo.
 - 3.1. Técnicas básicas de las habilidades gimnásticas.
 - 3.2. Técnicas básicas de las habilidades acrobáticas.
 - 3.3. Técnicas básicas de las habilidades gimnásticas en plinto.
- Tema 4. Gimnasia Artística.
 - 4.1. Origen y evolución.
 - 4.2. Aparatos y elementos auxiliares.
 - 4.3. Técnicas básicas en plataforma de salto.
 - 4.4. Técnicas básicas en suelo.
- Tema 5. Acrosport.
- Tema 6. Técnicas circenses.

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG1 - Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para el ejercicio de la profesión.
- CG3 - Identificar, investigar y solucionar problemas derivados del ejercicio de la profesión desarrollando mecanismos óptimos de toma de decisión.
- CG4 - Adquirir y desarrollar habilidades sociales que faciliten el trabajo en equipos de carácter interdisciplinar.
- CG5 - Promover y respaldar proyectos en un contexto internacional desde el reconocimiento a la diversidad, la multiculturalidad y la igualdad.
- CG7 - Adoptar responsabilidades sobre los diversos compromisos y obligaciones éticas consustanciales a la función profesional considerando especialmente, los principios democráticos en la relación con los demás.
- CG8 - Potenciar un aprendizaje autónomo que favorezca la adaptación a nuevas situaciones profesionales, personales y sociales.
- CG9 - Mostrar la capacidad de liderazgo en la realización de proyectos colectivos valorando las opiniones e intereses de los diferentes sectores que integran el grupo.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CE5 - Conocer y comprender el valor formativo y cultural de las actividades expresivas y artísticas relacionadas con el cuerpo y el movimiento, así como entender y utilizar las relaciones entre el juego, el deporte y la danza como manifestaciones básicas de la motricidad.
- CE9 - Identificar los procesos de aprendizaje y desarrollo motor implicados en la ejecución y adquisición motora, así como su evolución a lo largo del ciclo vital.
- CE10 - Diseñar y aplicar progresiones de aprendizaje y tareas específicas para el aprendizaje y mejora de las habilidades técnico-tácticas de cada deporte en el ámbito de la enseñanza, iniciación y perfeccionamiento deportivo.
- CE11 - Analizar las habilidades desde la perspectiva de las capacidades perceptivo cognitivas de ajuste postural y tónico, y de configuración espaciotemporal del movimiento, teniendo en cuenta su evolución a lo largo del ciclo Vital.
- CE20 - Identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividad físicas inadecuadas.
- CE38 - Desarrollar las capacidades de expresión, relación y creación, utilizando diferentes técnicas para representarlas individual y colectivamente.
- CE40 - Conocer y aplicar las tecnologías de la información y la comunicación como herramienta indispensable de aprendizaje autónomo, así como para el desarrollo y actualización de su formación dentro del campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- Conocer las disciplinas deportivas que se integran dentro del deporte de la Gimnasia.
- Conocer y dominar la terminología técnica básica de las habilidades gimnásticas.
- Dominar la ejecución global de las técnicas gimnásticas básicas.
- Diseñar sesiones orientadas al aprendizaje de habilidades en el ámbito educativo (E.S.O.), utilizando las habilidades gimnásticas como contenido.
- Experimentar mediante la práctica situaciones de enseñanza-aprendizaje y colaboración entre alumnos, llegando a valorar las propias posibilidades y limitaciones, y potenciar la mejora de la confianza en uno mismo.

METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:



- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje cooperativo/trabajo en grupo
- Trabajo autónomo

ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas		Horas
Actividades dirigidas	Clases expositivas	10
	Clases prácticas	23
	Seminarios y talleres	1
Actividades supervisadas	Supervisión de actividades	1
	Tutorías (individual / en grupo)	1
Actividades autónomas	Preparación de clases	19
	Estudio personal y lecturas	12
	Elaboración de trabajos	5
	Trabajo en campus virtual	1
Actividades de evaluación	Actividades de evaluación	2

El primer día de clase, el profesor proporcionará información más detallada al respecto.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Trabajo grupal práctico	25 %
	Tareas de clase	20 %
	Interés y participación del alumno en la asignatura	5 %
Evaluación final	Prueba teórico-práctica final	50 %

La calificación del instrumento de la evaluación final (tanto de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria, según corresponda) **no podrá ser inferior, en ningún caso, a 4,0 puntos** (escala 0 a 10) para aprobar la asignatura y consecuentemente poder realizar el cálculo de porcentajes en la calificación final.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La convocatoria extraordinaria tendrá lugar durante el mes de julio (consúltese el calendario académico fijado por la universidad). Esta consistirá en la realización de un examen teórico-práctico con un valor del 50 % de la nota final de la asignatura. El resto de la nota se complementará con la calificación obtenida en la evaluación continua de la convocatoria ordinaria.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Araujo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia. Paidotribo.
- Schinca, M. (2011). Expresión corporal. Técnica y expresión del movimiento. Wolters Kluwer España.
- Invernó i Curós, J. (2003) Circo y educación física. Otra forma de aprender. Inde.
- Sáez Pastor, F. (2015). Habilidades Gimnástico-Acrobáticas. Método de enseñanza. ESM.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Saez, F. (2003). Gimnasia artística: los fundamentos de la técnica. Biblioteca Nueva.
- Barta, A. y Durán, C. (2006). 1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva. Paidotribo.
- Fernández, A. (1989). Gimnasia rítmica deportiva. Fundamentos. Federación Española de Gimnasia.
- Canalda, A. (1998). Gimnasia rítmica deportiva, teoría y práctica. Paidotribo.
- Jastrjembaskai N. y Titov, Y. (1998). Rhythmic Gymnastics. Human Kinetics.
- Thomas, L., Fiard, J., Soulard, C. y Chautemps, G. (1997). Gimnasia Deportiva. Agonos.

WEBS DE REFERENCIA:

- Federación Internacional de Gimnasia:
<https://www.gymnastics.sport/site/>

OTRAS FUENTES DE CONSULTA

-