

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>Deporte Individual Gimnasia Deportiva</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LEF
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Optativa
	Clave de la materia:	AFD102
	Semestre:	Septimo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	<i>Teoría: Presencial o Virtual</i>	2
	<i>Laboratorio o Taller:</i>	2
	<i>Prácticas:</i>	3
	<i>Trabajo extra-clase:</i>	0
	Créditos Totales:	8
	Total de horas semestre (x sem):	96
	Fecha de actualización:	14/11/2024
	<i>Prerrequisito (s):</i>	Ninguno
DESCRIPCIÓN: El alumno identificará y contribuirá a la iniciación de la gimnasia deportiva de carácter olímpico y alto rendimiento, la cual les permitirá obtener las herramientas básicas para la aplicación en un campo laboral formando a temprana edad gimnastas de artística femenil y varonil, gimnasia de trampolín, gimnasia acrobática, gimnasia rítmica y el parkour, de acuerdo a sus distintas características y especificaciones. Siendo el alumno capaz de implementar competencias desarrolladas en su formación para aplicar y diseñar, los principios, técnicas y métodos para el desarrollo profesional		

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:

Se escribe el nombre y tipo de la competencia (B, P o E). Se describe la definición general de la (s) competencia (s) a desarrollar o fortalecer con esta unidad de aprendizaje

B1. Excelencia y Desarrollo Humano

La excelencia educativa promueve el desarrollo humano integral con resultados tangibles obtenidos en la formación de profesionales con conciencia ética y solidaria, pensamiento crítico y creativo, así como una capacidad innovadora, productiva y emprendedora.

Se puntualiza en los aprendizajes, como referente para construir nuevas propuestas y soluciones en el marco de la innovación y pertinencia social, con matices éticos y de valores, que desde su particularidad cultural le permitan respetar la diversidad, promover la inclusión, valorar la interculturalidad.

E13. Actividad Física y Deporte Escolar

Competencia que desarrolla dominios conceptuales, conductuales y procedimentales, para la adquisición y mantenimiento de hábitos para una vida saludable, a través de disciplinas deportivas escolares.

E12. Fundamentos Biológicos de la Educación Física, la Actividad Física, el Deporte y la Recreación

DOMINIOS (Se toman de las competencias)	OBJETOS DE ESTUDIO (Contenidos necesarios para desarrollar cada uno de los dominios)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Se plantean de los dominios y contenidos)	METODOLOGÍA (Estrategias, secuencias, recursos didácticos)	EVIDENCIAS (Productos tangibles que permiten valorar los resultados de aprendizaje)
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación.	Objeto de estudio 1 Introducción a la gimnasia deportiva y sus especificaciones 1.- Gimnasia Artística 2.- Gimnasia de Trampolín 3.- Gimnasia Acrobática 4.- Gimnasia Rítmica 5.- Parkour	Al finalizar el estudio del Objeto de estudio 1, el estudiante será capaz de identificar y describir las características fundamentales, técnicas básicas y especificaciones reglamentarias de las principales disciplinas de la gimnasia deportiva, incluyendo la gimnasia artística, gimnasia de trampolín, gimnasia acrobática, gimnasia rítmica y parkour, aplicando los conocimientos adquiridos para diferenciar sus	Se inicia con una contextualización general, seguida de sesiones dedicadas a cada disciplina, donde se analizan aspectos técnicos, reglamentarios y ejemplos prácticos. Las prácticas básicas permiten experimentar movimientos representativos, apoyándose en material físico y digital para enriquecer el aprendizaje. Finalmente, se integran los conocimientos mediante proyectos grupales	Como evidencias de aprendizaje se espera que los estudiantes presenten fichas técnicas detalladas de cada disciplina, acompañadas de cuadros comparativos que resalten sus diferencias y similitudes. Además, se valorará la participación en prácticas básicas guiadas, la elaboración de mapas conceptuales o infografías y un proyecto integrador grupal

		particularidades y comprender su impacto en el desarrollo físico y técnico de los atletas.	y debates, fomentando un análisis crítico y completo de las especificaciones de la gimnasia deportiva.	que analice las características técnicas y reglamentarias de las disciplinas estudiadas, demostrando una comprensión integral del objeto de estudio.
E13.3. Desarrolla programas para la práctica del deporte básico escolar y orientaciones de aplicación.	Objeto de Estudio II Fundamentos básicos de la gimnasia deportiva 1. Generalidades de la gimnasia deportiva. 2. Reglamentación básica por disciplina. 3. Introducción a las habilidades básicas por disciplina 4. Metodología para la enseñanza de las habilidades gimnásticas de cada tipo	Al finalizar el Objeto de Estudio II: Fundamentos básicos de la gimnasia deportiva, el estudiante será capaz de identificar y aplicar los fundamentos generales, la reglamentación básica y las habilidades iniciales de cada disciplina de la gimnasia deportiva, además de diseñar estrategias metodológicas efectivas para la enseñanza de estas habilidades, adaptándolas a diferentes niveles de aprendizaje y contextos prácticos.	Se emplearán estrategias como prácticas guiadas , donde los estudiantes ejecuten movimientos introductorios bajo supervisión, y talleres colaborativos para diseñar metodologías de enseñanza. Los recursos didácticos incluirán manuales, reglamentos oficiales, material audiovisual y equipamiento básico, como colchonetas y aparatos adaptados, para garantizar un aprendizaje integral y contextualizado.	Se espera que los estudiantes presenten planificaciones didácticas que incluyan estrategias para la enseñanza de habilidades básicas por disciplina, acompañadas de demostraciones prácticas de dichas habilidades. Además, se valorará la creación de resúmenes comparativos de la reglamentación básica, así como exposiciones grupales sobre las metodologías de enseñanza aplicadas a las diferentes disciplinas de la gimnasia deportiva.
E12.9. Aplica programas de actividad física con fines de reeducación de alfabetización física, de autocuidado, de promoción de la salud y de prevención de enfermedades acordes a la NOM.	Objeto de Estudio III INTRODUCCIÓN A LOS PROGRAMAS DE COMPETENCIA 1. Programas Nacionales 2. Código de puntuación de la Federación Internacional de Gimnasia, FIG	El estudiante será capaz de comprender y analizar los programas nacionales de competencia en gimnasia deportiva, así como interpretar el código de puntuación de la	La metodología para el Objeto de Estudio III incluirá sesiones teóricas enfocadas en el análisis de los programas nacionales y el código de puntuación FIG, complementadas con estudios de	Los estudiantes presenten análisis detallados de programas nacionales y resúmenes estructurados del código de puntuación FIG, además de participar en simulaciones de

		Federación Internacional de Gimnasia (FIG), aplicando estos conocimientos para evaluar el desempeño gimnástico de manera objetiva y alineada con los estándares nacionales e internacionales.	caso y ejercicios prácticos de evaluación. Las estrategias integrarán análisis de videos de competencias para identificar criterios de puntuación y simulaciones de evaluación para aplicar las normativas. Los recursos didácticos abarcarán manuales oficiales, reglamentos actualizados, material audiovisual y plataformas digitales interactivas para la práctica del sistema de puntuación.	evaluación gimnástica, aplicando los criterios reglamentarios. También se valorará la elaboración de informes técnicos sobre casos prácticos de puntuación y la exposición de propuestas de evaluación basadas en estándares nacionales e internacionales.
--	--	--	--	---

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Brugger, L., Brugger, L., Schmid, A., Schmid, A., y Bucher, W. (1992). 1000 ejercicios y juegos de calentamiento. Editorial Hispano Europea. Sánchez, D. B. (2004). El calentamiento: una vía para la autogestión de la actividad física (Vol. 572). Inde. Ramos, J. C. (2009). El calentamiento general y específico en la educación física. Ejercicios prácticos (No. 118). Cultivalibros. Peregot, A. M. B., y Delgado, C. D. (2006). Mil Ejercicios y Juegos de Gimnasia Rítmica Deportiva. Editorial Paidotribo. Ramos, J. C. (2009). El calentamiento general y específico en la educación física. Ejercicios prácticos (No. 118). Cultivalibros. Pardeiro, M., y Yanci, J. (2016). Efectos del calentamiento en el rendimiento físico y en la percepción psicológica en jugadores semiprofesionales de fútbol. [Warm-up effects on physical performance and psychological perception in semi professional soccer players]. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. doi: 10.5232/ricyde, 13(48), 104-116. Sánchez, D. Ramos, J. C. (2009). El calentamiento general y específico en la educación Física. Ejercicios prácticos118. Cultivalibros. (118).	Primer parcial: 1. Portafolio de evidencias = 30 2. Infografía de los tipos de gimnasia y su aplicación =30 4. Reconocimiento escrito = 40 Total 100 = 30% Segundo parcial: 1. Diseño de la metodología para el aprendizaje de habilidades básicas= 50 2. Demostración práctica de los movimientos básicos de la gimnasia deportiva, de las posiciones fundamentales y habilidades primarias = 50 Total 100 = 30% Final ordinario: 1. Diseño de una clase de sesión de gimnasia deportiva = 50 2. Aplicación de una clase de gimnasia deportiva = 50

Estape, E. (2002). <i>La acrobacia en gimnasia artística: su técnica y su didáctica</i>. España INDE Viedma M.J. (1999). <i>La Gimnasia Artística como Contenido Dentro del Ámbito Escolar</i>. Editorial Deportiva, S.L.	Total 100 = 40% Primer parcial (30%) Segundo parcial (30%) Final ordinario (40%)
---	--

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1: Introducción a la gimnasia deportiva y sus especificaciones	x	x	x	x												
Objeto de estudio 2: Fundamentos básicos de la gimnasia deportiva					x	x	x	x	x							
Objeto de estudio 3: Introducción a los programas de competencia.										x	x	x	x	x	x	x