



DATOS IDENTIFICATIVOS

Fundamentos dos deportes ximnásticos

| | | | | |
|-----------------------|---|--------|-------|--------------|
| Materia | Fundamentos dos deportes ximnásticos | | | |
| Código | P02G050V01404 | | | |
| Titulación | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte | | | |
| Descritores | Creditos ECTS | Sinale | Curso | Cuadrimestre |
| | 9 | OB | 2 | 2c |
| Lingua de impartición | Castelán | | | |
| Departamento | Didácticas especiais | | | |
| Coordinador/a | Gutierrez Sánchez, Águeda Fernández Villarino, María de los Ángeles | | | |
| Profesorado | Fernández Villarino, María de los Ángeles Gutierrez Sánchez, Águeda | | | |
| Correo-e | agyra@uvigo.es marianfv@uvigo.es | | | |
| Web | | | | |
| Descrición xeral | Os deportes ximnásticos son aqueles incluídos na Federación Internacional de Ximnasia. Nesta materia abordarase os fundamentos técnicos e didácticos destes deportes de forma pormenorizada en dous grandes bloques: 1. Habilidades Rítmico-Expresivas. Ximnasia Aeróbica, Ximnasia Rítmica e Ximnasia para Todos. 2. Habilidades Ximnástico-Acrobáticas. Ximnasia Artística, Ximnasia Acrobática e Trampolín | | | |

Competencias de titulación

| | |
|--------|--|
| Código | |
| A1 | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas |
| A3 | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte |
| A4 | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas |
| A5 | Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar |
| A6 | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte |
| A7 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis |
| A10 | Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo |
| A12 | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo |
| A15 | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde |
| A17 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde |
| A18 | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados |
| A24 | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas |
| A26 | Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa |

| | |
|-----|--|
| A29 | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa |
| B1 | Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte |
| B2 | Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte |
| B3 | Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte |
| B4 | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte |
| B5 | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano |
| B7 | Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana |
| B8 | Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana |
| B9 | Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza |
| B10 | Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte |
| B12 | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte |
| B13 | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional |
| B14 | Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións |
| B15 | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas |
| B18 | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte |
| B19 | Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde |
| B21 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas |
| B23 | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade |
| B24 | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional |

Competencias de materia

| Resultados previstos na materia | Resultados de Formación e Aprendizaxe | |
|---|--|-------------------------------------|
| Identificar os elementos e parámetros que configuran a estrutura das modalidades ximnásticas: aspectos regulamentarios, espazos de acción, habilidades técnicas, habilidades manipulativas, habilidades coreográficas, etc. | | B1 B7 B8 B10 |
| Saber cales son as características e demandas fundamentais para a aprendizaxe das habilidades específicas dos deportes ximnásticos. | | B2 B3 B4 B10 B12 B14 |
| Comprender os diferentes ámbitos de aplicación dos deportes ximnásticos e coñecer os obxectivos e metodoloxías adecuadas a cada contexto. | A5 A7 A17 A24 | B10 B15 B18 |
| Dispor dos fundamentos e contidos didácticos que permitan desenvolver proceso de ensino-aprendizaxe relacionados coas habilidades ximnásticas. | A1 A3 A4 A5 | B3 B5 B7 B10 B15 |
| Utilizar os principios técnicos e os recursos metodolóxicos que permitan ao alumnado intervir, desde a perspectiva educativa ou deportiva, en relación ás habilidades ximnásticas. | A1 A6 | B21 B23 |
| Adquirir os coñecementos de desenvolvemento da condición física específica, adaptada ás actividades ximnástico-acrobáticas, así como asociar estas con o desenvolvemento das capacidades psicomotoras. | A3 A6 | B7 B8 B19 |
| Dominar as técnicas ximnásticas para a súa correcta aplicación en canto aos aspectos de seguridade na execución (axuda e colocación do material) | A4 A6 A10 A12 A15 A18 A26 A29 | B5 B7 |

| | | |
|--|----------|------------------|
| Aplicar adecuadamente diferentes recursos didácticos (establecimiento de obxectivos, feedback, reforzos, etc.) para mellorar movementos técnicos destes deportes. | A1 | B10 |
| Aceptar as actividades ximnástico-acrobáticas para que os futuros docentes transmítanas e desenvolvan no uso da súa liberdade profesional. | | B1 B13 B24 |
| Deseñar e aplicar instrumentos de observación sistemática para identificar ou corrixir modelos de execución propios destes deportes. | A1 A5 | B10 |
| Experimentar e desenvolver habilidades de carácter coreográfico, tanto de tipo individual como colectivas, favorecendo a capacidade do alumnado para a elaboración de producións creativas mediante o encadenamiento das habilidades desenvolvidas na materia. | | B9 B10 |

Contidos

| Tema | | |
|--|--|--|
| Tema 1. Os deportes ximnásticos no contexto das Ciencias da Actividade Física e do Deporte. | | |
| BLOQUE RÍTMICO-EXPRESIVO. | *P.2.1. Elementos claves da música | |
| A. XIMNASIA AERÓBICA | *P.2.2. A iniciación a través do xogo da Ximnasia Aeróbica. | |
| Tema 2. A música e os Pasos Básicos de Ximnasia Aeróbica. | *P.2.3. Os pasos básicos como soporte dos deseños *coreográficos | |
| | *P.2.4. As opcións coreográficas en Ximnasia Aeróbica | |
| Tema 3. Introducción ao estudo da Ximnasia Aeróbica e o seu campo de aplicación | 3.1. A Ximnasia Aeróbica de Competición | |
| | 3.2. A Ximnasia Aeróbica no ámbito escolar | |
| | 3.3. A Ximnasia Aeróbica Recreativa/Saúde | |
| Tema 4. A Ximnasia Aeróbica Deportiva | 4.1. Orixes e Evolución | |
| Tema 5. Características básicas das habilidades ximnásticas aeróbicas | 5.1. Taxonomía das accións motrices da Ximnasia Aeróbica | |
| | 5.1.1. Habilidades de Forza Dinámica | |
| | 5.1.2. Habilidades de Forza Estática | |
| | 5.1.3. Habilidades de Saltos | |
| | 5.1.4. Habilidades de Flexibilidade e Equilibrio. | |
| B. XIMNASIA RÍTMICA | | |
| Tema 1. As habilidades rítmico-expresivas no contexto das Ciencias da Actividade Física e do Deporte | | |
| Tema 2. Elementos definitorios da Ximnasia Rítmica | *T.2.1. Continuidade das accións | |
| | *T.2.2. Globalidade das accións | |
| | *T.2.3. Diálogo cos aparellos | |
| | *T.2.4. Ritmo | |
| | *T.2.5. Espazo | |
| | *T.2.6. Expresividade | |
| | *T.2.7. Creatividade | |
| | *T.2.8. Variedade | |
| Tema 3. Iniciación ás habilidades técnicas e a súa didáctica I | *T.3.1. Habilidades técnicas corporais | |
| | *T.3.2. Habilidades técnicas *manipulativas | |
| | *T.3.2.1. Principios xerais de manipulación de aparellos | |
| Tema 4. A danza como base das habilidades técnicas corporais | *P.4.1. Posición corporal básica. | |
| | *P.4.1.1. Descrición. | |
| | *P.4.1.2. Aspectos técnicos fundamentais. | |
| | *P.4.1.3. Erros típicos | |
| | *P.4.1.4. Progresión metodolóxica | |
| | *P.4.2. Elementos da danza: pliés, jettés. relevei | |
| | *P.4.2.1. Descrición. | |
| | *P.4.2.2. Aspectos técnicos fundamentais. | |
| | *P.4.2.3. Erros típicos | |
| | *P.4.2.4. Progresión metodolóxicas. | |
| Tema 5. As habilidades corporais de equilibrio | *P.5.1. Descrición. | |
| | *P.5.2. Aspectos técnicos fundamentais. | |
| | *P.5.3. Erros típicos | |
| | *P.5.4. Progresión metodolóxica | |
| Tema 6. As habilidades corporais de xiro | *P.6.1. Descrición. | |
| | *P.6.2. Aspectos técnicos fundamentais. | |
| | *P.6.3. Erros típicos | |
| | *P.6.4. Progresión metodolóxica | |
| Tema 7. As habilidades corporais de salto | *P.7.1. Descrición | |
| | *P.7.2. Aspectos técnicos fundamentais | |
| | *P.7.3. Erros típicos | |
| | *P.7.4. Progresión metodolóxica | |

| | |
|--|--|
| Tema 8. As habilidades manipulativas dos aparellos de ximnasia rítmica | <ul style="list-style-type: none"> *P.8.1. Habilidades manipulativas comúns *P.8.1.1.Descripción *P.8.1.2. Aspectos técnicos fundamentais *P.8.1.3. Erros típicos *P.8.1.4. Criterios de variación *P.8.1.5.Progresión metodolóxica *P.8.2. Habilidades manipulativas específicas: aro, pelota, corda, mazas, cinta. *P.8.2.1.Descripción *P.8.2.2. Aspectos técnicos fundamentais *P.8.2.3. Erros típicos *P.8.2.4. Criterios de variación *P.8.2.5.Progresión metodolóxica |
| Tema 9. O compoñente artístico da ximnasia rítmica | <ul style="list-style-type: none"> *T.9.1. Música *T.9.2. Coreografía |
| Tema 10. O proceso compositivo nos deportes ximnásticos. | <ul style="list-style-type: none"> *P.10.1. Fases do proceso compositivo *P.10.2. Exposición do exercicio ximnástico creado *P.10.3. Avaliación do exercicio ximnástico |
| BLOQUE XIMNÁSTICO-ACROBÁTICO | |
| Tema 1. Desenvolvemento biomecánico e metodolóxico dos elementos ximnásticos preacrobáticos. | <ul style="list-style-type: none"> *T.1.1. Principio biomecánico dos *rodamientos ximnásticos. *T.1.2. Bases teóricas dos equilibrios ximnásticos *T.1.3. Aspectos de organización espacial e dinámica dos saltos de cabalo e de trampolín. *T.1.4. Didáctica específica da ximnasia. |
| Tema 2. Coñecemento dos principios dinámicos dos saltos acrobáticos. | <ul style="list-style-type: none"> *T.2.1.Organización espacial dos saltos acrobáticos. *T.2.2. Características dinámicas aplicadas aos grupos estruturais dos saltos acrobáticos. *T.2.3. Coñecemento e resposta dinámica do material ximnástico. |
| Tema 3. Aspectos organizativos no ámbito ximnástico. | <ul style="list-style-type: none"> *T.3.1. Orixes e evolución da disciplina ximnástica. *T.3.2. Valoración e xuízo dos concursos ximnásticos. *T.3.3. Desenvolvemento actual no ámbito ximnástico |
| Practico 1. Elementos ximnásticos de nivel escolar (preacrobáticos) | <ul style="list-style-type: none"> *P.1.1. Rodamientos. Dominio técnico e metodolóxico. *P.1.2. Equilibrios ximnásticos. Dominio técnico e metodolóxico. *P.1.3. Saltos de cabalo e de trampolín. Dominio técnico e metodolóxico. |
| Practico 2. Elementos ximnásticos acrobáticos | <ul style="list-style-type: none"> *P.2.1. Volteos libres en chan. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.2. Saltos de chan adiante e laterais con impulso dunha perna. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.3. Ballestas de chan. Dominio técnico e metodolóxico. *P.2.4. Saltos atrás en chan con apoio de mans intermedio. Dominio técnico e metodolóxico. |
| Teórico-Practica 3. A Ximnasia Acrobática no ámbito educativo | <ul style="list-style-type: none"> *T-P.3.1. As presas de mans. Os diferentes roles do alumnado *T-P.3.2. Medidas metódicas para o seu ensino *T-P.3.3. Posicións básicas individuais. Formacións básicas e grupais: Figuras corporais e Pirámides humanas. |

Planificación

| | Horas na aula | Horas fóra da aula | Horas totais |
|---|---------------|--------------------|--------------|
| Sesión maxistral | 30 | 60 | 90 |
| Prácticas de laboratorio | 30 | 30 | 60 |
| Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma | 16 | 16 | 32 |
| Titoría en grupo | 4 | 8 | 12 |
| Prácticas autónomas a través de TIC | 0 | 2 | 2 |
| Presentacións/exposicións | 2 | 2 | 4 |
| Probas de resposta curta | 2 | 0 | 2 |
| Informes/memorias de prácticas | 0 | 21 | 21 |
| Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas. | 2 | 0 | 2 |

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

| | Descrición |
|--------------------------|---|
| Sesión maxistral | As sesións maxistrais utilizaranse para a explicación dos contidos teóricos e aclaración dos contidos prácticos da materia. Constitúe unha actividade presencial na aula mediante a utilización de medios persoais e audiovisuais. Realizaranse con todo o grupo. |
| Prácticas de laboratorio | *Vivenciación dos contidos prácticos da materia *quiados polo profesorado |

Resolución de problemas Exporase o desenvolvemento dunha coreografía que terá por referencia unha das modalidades e/ou exercicios de forma ximnásticas tratadas no desenvolvemento da materia

autónoma

| | |
|-------------------------------------|--|
| Titoría en grupo | O traballo individual ou en pequenos grupos, onde as profesoras poidan facer un seguimento individualizado, constituíndo unha actividade autónoma, que ensina ao alumnado a traballar de forma independente. O alumno debe coordinarse co resto de compañeiros do seu grupo co fin de que as aprendizaxes sexan significativos e de forma *colaborativa. |
| Prácticas autónomas a través de TIC | Exporanse pequenas tarefas e resolución de problemas que se resolverán virtualmente mediante a plataforma de *teleformación Tem@. |
| Presentacións/exposición | Execución e exposición da coreografía elaborada en colaboración cos compañeiros. |

s

Atención personalizada

| Metodoloxías | Descrición |
|-------------------------------------|---|
| Titoría en grupo | Este tempo está reservado para atender e resolver as dúbidas do alumnado. A atención será individual e en grupos reducidos, en función do carácter da atención. Cando sexa individual terán lugar no despacho das docentes, por videoconferencia ou por mail. Estas actividades teñen como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Desenvolverase, ademais das tutorías específicas para a materia, a través do correo electrónico e do uso da plataforma de teleformación Tem@. |
| Prácticas autónomas a través de TIC | Este tempo está reservado para atender e resolver as dúbidas do alumnado. A atención será individual e en grupos reducidos, en función do carácter da atención. Cando sexa individual terán lugar no despacho das docentes, por videoconferencia ou por mail. Estas actividades teñen como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Desenvolverase, ademais das tutorías específicas para a materia, a través do correo electrónico e do uso da plataforma de teleformación Tem@. |

Avaliación

| | Descrición | Cualificación |
|---|---|---------------|
| Sesión maxistral | O alumnado realizará unha proba teórica con pregunta curta, tipo test ou preguntas a desenvolver para valorar os contidos teóricos e prácticos (competencias de coñecemento). Na valoración final, terase en conta cuantitativamente a asistencia ás clases. | 50 |
| Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma | Elaboración dunha coreografía final, presentación e exposición das sesións traballadas na práctica. | 20 |
| Informes/memorias de prácticas | BLOQUE HXA. Elaboración da memoria de prácticas e notación das exposicións prácticas (Traballo escrito dos elementos ximnásticos acrobáticos) | 15 |
| Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas. | - Realización dunha coreografía de forma grupal. - Desenvolvemento e posta en práctica dunha progresión metodolóxica dun elemento ximnástico. - Execución técnica dos elementos ximnásticos traballados nas sesións prácticas. | 15 |

Outros comentarios sobre a Avaliación

A avaliación tentará recoller e valorar todos aqueles aspectos relacionados co alumnado respecto ao campo conceptual, procedimental, actitudinal e relacional. Está deseñada en función das seguintes características: formativa, continua, integral e final. Por tanto, afecta a todo o proceso de ensino-aprendizaxe.

No caso de que os alumnos non poidan seguir o proceso evaluativo anteriormente descrito, terán a oportunidade de superar a materia, mediante a realización dunha proba escrita e unha proba práctica, que se realizará segundo o calendario de exames establecido polo centro.

A CUALIFICACIÓN FINAL da materia resultará da integración das distintas notas das actividades realizadas tanto nos contidos de Habilidades Rítmico-Expresivas como nos contidos de Habilidades Ximnástico-Acrobáticas. Deberán ter superadas todas as partes para obter unha cualificación positiva. Os alumnos/as que non realicen todas as actividades de avaliación obterán a cualificación final de suspenso, aínda que algunhas actividades estean aprobadas. Se o alumno/a realiza só algunhas das actividades do curso terán a cualificación de suspenso, xa que se realiza unha avaliación continua de todas as actividades propostas.

Cando o alumno necesite de máis dunha convocatoria para superar a materia, gardaranse notas parciais durante a segunda convocatoria; é dicir, na convocatoria extraordinaria de xullo manteranse aquelas notas parciais que o alumnado teña superadas, e só se presentarán a aquelas que non superaron.

Para as demais convocatorias, o alumno deberá concorrer da mesma maneira a unha proba escrita de pregunta curta, tipo test ou de desenvolvemento e dunha proba practica dos contidos traballados para superar a materia. Igualmente deberá presentar o traballo de fichas de elementos ximnásticos elaborado segundo o desenvolvemento dos contidos traballados durante o curso.

A revisión de exames será no despacho das profesoras unha vez concluída a corrección.

OBSERVACIÓNS:

A PARTICIPACIÓN ACTIVA DO ALUMNADO NAS SESIÓNS PRESENCIAIS É UN FACTOR QUE DETERMINA O PROCESO DE AVALIACIÓN:

- A asistencia ás sesións prácticas será OBRIGATORIA (80% das horas totais da materia, non sesións) Aplicarase de forma individualiza a cada un dos 2 Bloques da materia (Bloque Rítmico-Expresiva e Bloque Ximnástico-Acrobática).

- Os alumnos que participen activamente, como mínimo, ao 70% das sesións deben obter o 50% da máxima puntuación posible na proba teórica e nas probas prácticas para consideralas superadas.

- Os alumnos que NON participen activamente (meros observadores), como mínimo, ao 70% das sesións deben obter o 65% da máxima puntuación posible na proba teórica e nas probas prácticas para consideralas superadas.

Os ALUMNOS DISCAPACITADOS Ou INCAPACITADOS TEMPORALMENTE PARA A PRÁCTICA MOTRIZ, PODERÁN SOLICITAR A ADAPTACIÓN DAS TAREFAS MOTRICES A REALIZAR NAS SESIÓNS E NAS PROBAS DE AVALIACIÓN, NEL GRADO QUE AS COMPETENCIAS DA MATERIA O PERMITAN.

BLOQUE: HABILIDADES XIMNÁSTICO-ACROBÁTICAS

- A falta de asistencia a máis de dúas clases prácticas deste bloque (independentemente da súa xustificación), supón ademais a realización dun exame práctico tanto de execución como de ensino metodolóxico dos elementos acrobáticos aos que non se asistiu.

- A elaboración do traballo de fichas dos elementos ximnásticos supón un 30% da nota deste bloque.

BLOQUE: HABILIDADES RÍTMICO-EXPRESIVAS

-Debido ao carácter de avaliación continua, a NON asistencia ás sesións prácticas non dará dereito a realizar a coreografía en grupo, só de forma individual.

Bibliografía. Fontes de información

Canalda, A., **Gimnasia rítmica Deportiva. teoría y práctica**, 1998,

Fernández, A., **Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos**, 1989,

Fernández, A., **Gimnasia Rítmica**, 1991,

Lisitskaya, T., **Gimnasia Rítmica. Deporte y entrenamiento**, 1995,

Martínez, A., **La gimnasia rítmica. Un planteamiento educativo motriz**, 1992,

Martínez, A., **La gimnasia rítmica. Metodología**, 1992,

Cassagne, M., **Gymnastique Rythmique Sportive**, 1990,

Ereño, C., **Iniciación a la gimnasia rítmica deportiva: principios metodológicos y formas de desarrollo de la creatividad motriz**, 1993,

Gaio, R., **Ginástica Rítmica Desportiva "Popular": Uma proposta educacional**, 1996,

Martínez, A., **Dimensión Artística de la Gimnasia Rítmica**, 1997,

Martínez, A., **Fundamentación coreográfica de la gimnasia rítmica deportiva: calidad técnica y expresiva del movimiento y su estrecha relación con la música**, 1998,

Martínez, A., **Aproxiamción al deporte a través de los principios artísticos: ceatividad, expresión y estética**, 1999,

Martínez, A. y Díaz, M.P., **Las actividades gimnásticas como recurso para el desarrollo de la creatividad motriz**, 2002,

Mendizábal, S. y Mendizábal, I., **Iniciación a la Gimnasia Rítmica I**, 1985,

Sierra, E., **Actividades Gimnásticas: Gimnasia Rítmica Deportiva**, 1993,

Albadalejo, L., **Aeróbic para Todos**, 1996,

Liarte, T. y Nonell, R., **Diver-Fit. Aáerobic y fitness para niños y adolescentes**, 1998,

Quintana, A., **Ritmo Y Educación Física**, 1997,

Sánchez, D., **Bases para la enseñanza del Aeróbic**, 1999,

Vernetta, M.; López, J. y Panadero, F., **Unidades Didacticas para secundaria XI. Aprendizaje de las habilidades gimnásticas. Una propuesta a través de minicircuitos.**, 2000,

Vernetta, M.;López, J. y Panadero, F., **El Acrosport en la escuela.**, 2001,

Viciano, V. y Arteaga, M., **Las actividades coreográficas en la escuela. Barcelona. Ed. Inde.**, 1997,

Vernetta, M.; Gutiérrez, A. y López, J., **El Aeróbic Deportivo en la Educación Física. Iniciación a través del juego.**, 2003,

Gutiérrez, A. y Vernetta, M, **Gimnasia Aeróbica Deportiva: propuesta de U.D. a través del juego**, 2007,

Referencias Bibliográficas de las HABILIDADES GIMNÁSTICO-ACROBÁTICAS

Básicas

-SÁEZ PASTOR, F. (2003) *Gimnasia Artística. Los Fundamentos de la Técnica*. Ed. Biblioteca Nueva. Madrid

-MANONI, A. (1993). *Biomecánica e divisione strutturale della ginnasia artistica*. Ed. Società Stampa Sportiva. Roma,

-SMLEUSKIY y GASVERDOUSKIY (1993) *Tratado General de Gimnasia Artística Deportiva*; Ed. Paidotribo. Barcelona

Recomendaciones

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Expresión corporal e danza/P02G050V01402
