



CONTENIDO PROGRAMÁTICO DEL SUBPROYECTO: GIMNASIA (FEMENINA)

VICERRECTORADO:	Planificación y Desarrollo Social
PROGRAMA:	Ciencias de la Educación
SUBPROGRAMA:	Especialidades
CARRERA:	Educación
MENCIÓN:	Educación Física, Deporte y Recreación
ÁREA DE CONOCIMIENTO:	Formación Profesional Específica
PROYECTO:	Educación Física y Recreación
SUBPROYECTO:	Gimnasia (Femenina)
PRELACIÓN:	Ninguna
CÓDIGOS:	ED 540120304
HORAS SEMANALES:	06 Horas (Totales): 02 H. Teóricas y 04 H. Prácticas
UNIDADES CRÉDITO:	03
SEMESTRE:	III
CONDICIÓN:	Obligatorio
MODALIDAD DE APRENDIZAJE:	Presencial
PROFESOR(ES) DISEÑADOR(ES)	Prof.(a) María Elena Monagas Prof.(a) María José Márquez

Barinas, Febrero 2006

JUSTIFICACION

La gimnasia fue uno de los deportes incluidos en el primer programa de las olimpiadas modernas celebradas en Atenas en el año 1896, y ha sido uno de los deportes mas antiguos de la humanidad, se utilizo la gimnasia para fortalecer al hombre guerrero en la antigüedad y ahora en la actualidad es un medio fundamental en la educación física y el deporte.

La gimnasia es un deporte que debería aplicarse en todos los niveles educativos, en los centros de salud y estética corporal con la finalidad de incrementar una mayor participación de la sociedad en este deporte. La gimnasia desarrolla armónicamente la mente y el cuerpo por lo que mejora el desenvolvimiento funcional del niño y el adolescente.

En Venezuela hasta 1930 la gimnasia que se conocía consistía en movimientos de calistenia del tipo ortodoxo, que se realizaba principalmente en las instituciones castrenses. La máxima autoridad de la gimnasia en Venezuela es la Federación Venezolana de Gimnasia que fue organizada en 1956 con motivo de los VIII Juegos Centroamericanos y del Caribe, siendo nuestro primer encuentro internacional.

La gimnasia es un de los deportes básicos de la educación física el deporte y la recreación incluidos en el programa de educación básica y diversificada. Por lo tanto se considera de vital importancia que los futuros profesores egresados en la especialidad EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACIÓN de la UNELLEZ estén capacitados para aplicar los conocimientos básicos que exigen los programas del Ministerio de Educación y Deporte en básica y diversificada en Venezuela.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el Subproyecto gimnasia artística femenina, las estudiantes estarán en capacidad de aplicar pedagógica y metodológicamente los conocimientos básicos según los criterios técnicos establecidos dentro del contenido programático de la Educación Física en la Educación Básica. Destacando la evolución histórica y código de puntuación.

MODULO I

EVOLUCION HISTORICA Y ORIGEN DE LA GIMNASIA EN EL MUNDO Y EN VENEZUELA, SU CLASIFICACION, APARATOS, CODIGO DE PUNTUACION.

Duración 02 Semanas.

VALOR 10% (0.50 pto.)

JUSTIFICACION

La gimnasia artística en su evolución histórica ha tenido grandes cambios desde su inicio y esto se debe a la transformación que viene sucediendo en la humanidad desde la antigüedad hasta la actualidad; la gimnasia siempre estuvo vinculada a fines guerreros, formaba parte de las organizaciones tipo militar y también era de carácter religiosos vinculada a su practica semimágica para eliminar males en el espíritu.

La gimnasia fue uno de los deportes incluidos en el primer programa de las olimpiadas modernas celebradas en Atenas en el año 1896, y ha sido uno de los deportes mas antiguos de la humanidad, se utilizo la gimnasia para fortalecer al hombre guerrero en la antigüedad y ahora en la actualidad es un medio fundamental en la educación física y el deporte.

En Venezuela hasta 1930 la gimnasia que se conocía consistía en movimientos de calistenia del tipo ortodoxo, que se realizaba principalmente en las instituciones castrenses. Pero todo lo expresado hasta ahora es solo un preámbulo de lo que es la gimnasia, en este modulo el alumno podrá profundizar en el conocimiento de la gimnasia, su clasificación, aparatos de competición y código de puntuación. Y podrá tener una perspectiva clara de este deporte desde el punto de vista teórico que le servirá de base para luego ir a la práctica.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el modulo, los estudiantes deberán analizar la evolución histórica, el origen de la gimnasia en Venezuela y el mundo, conocer la organización deportiva de un club de gimnasia, identificar cada una de los aparatos, analizar el código de puntuación.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- 1.1 Analizar la evolución histórica de la gimnasia y sus principales exponentes a nivel mundial y en Venezuela.
- 1.2 Elaborar organigrama de un club deportivo de gimnasia artística femenina.
- 1.3 Establecer diferencias y semejanzas entre los diferentes tipos de gimnasia.
- 1.4 Identificar los aparatos de la gimnasia artística femenina y masculina de competición.
- 1.5 Analizar código de puntuación de la gimnasia artística femenina.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Leer y discutir en grupo sobre la evolución histórica de la gimnasia y sus principales exponentes en el mundo y en Venezuela.
- Elaborar trabajo en pareja sobre la evolución histórica de la gimnasia y sus principales exponentes en el mundo y en Venezuela.

Elaborar en grupo de organigrama de un club deportivo de gimnasia artística femenina.

- Elaborar en cuadro con las diferencias y semejanzas de los diferentes tipos de gimnasia.
- Leer y discutir en clase el código de puntuación.

EVALUACION

OBJETIVO	EVALUACION	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
1.1	Teórica	Trabajo escrito	1%	0.05
1.2	Teórica	Trabajo escrito	1%	0.05
1.3	Teórica	Trabajo escrito	1%	0.05
1.4	Teórica	Trabajo escrito	1%	0.05
1.5	Teórica	Trabajo escrito	6%	0.30

RECURSOS

Humanos: Alumnos, profesor.

Materiales: Material fotocopiado, bibliografía recomendada, tiza pizarrón.

MODULO II

POSICIONES BASICAS, FORMACIONES, ACONDICIONAMIENTO NEUROMUSCULAR Y ELEMENTOS GIMNASTICOS.

Duración 06

VALOR 20 % (1.00 pto)

JUSTIFICACION

Es de mucha importancia que el educador físico tenga conocimientos sobre las posiciones básicas para realizar un ejercicio así como también sobre las formaciones que se deben utilizar para realizar un acondicionamiento neuromuscular adaptado a la gimnasia artística femenina combinando dicho calentamiento con elementos gimnásticos. De esta manera el estará capacitado para seleccionar los ejercicios y la formación de acuerdo al objetivo fundamental de la clase de gimnasia.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el modulo los estudiantes estarán en condiciones seleccionar cada una de las posiciones básica y aplacarlas correctamente en un acondicionamiento neuromuscular específico para la gimnasia; así como también ejecutar con la técnica requerida los saltos libres y las poses.

OBJETIVO ESPECIFICOS

- 1.1 Conocer las posiciones básicas de la gimnasia.
- 1.2 Conocer las formaciones básicas.

- 1.3 Ejecutar correctamente acondicionamiento neuromuscular específico para la gimnasia con acompañamiento musical.
- 1.4 Ejecutar correctamente series de ejercicios gimnásticos de forma individual con la técnica requerida.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Observar demostración del profesor de las posiciones básicas de la gimnasia y realizar ejecución practica.
- Escuchar atentamente la explicación del profesor de la ubicación en las diferentes formaciones, y participar en la realización de las formaciones en el grupo general.
- Participar activamente en un acondicionamiento neuromuscular específico para la gimnasia dirigido por el profesor, luego seleccionar un grupo de ejercicios para realizar acondicionamiento neuromuscular dirigido a la gimnasia artística femenina, utilizando las posiciones y formaciones básicas con acompañamiento musical y dirigir un acondicionamiento en clase .
- Escuchar la explicación y observar la demostración del profesor de los elementos gimnásticos para luego realizar la ejecución practica de los elementos gimnásticos con la técnica requerida.

EVALUACION

OBJETIVO	EVALUACION	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
1.1	Teórica	Prueba objetiva	1%	0.05
	Practica	Lista de cotejo	1%	0.05
1.2	Teórica	Prueba objetiva	1%	0.05
	Practica	Lista de cotejo	1%	0.05
1.3	Practica	Escala de estimación	6%	0.30
1.4	Practica	Escala de estimación	10%	0.50

RECURSOS

Humanos: Alumnos, profesor.

Materiales: Material fotocopiado, tapete, grabador cinta magno fónica o CD.

MODULO III

ELEMENTOS ACROBATICOS DE LA GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA Y SU METODOLOGIA

Duración 06 semanas

VALOR 40% (2.00 pto)

JUSTIFICACION

Los elementos de la gimnasia artística femenina desarrollado en este modulo están adaptados a las exigencias del contenido programático de la Educación Física en la Educación Básica, esto permitirá que la estudiante tenga un conocimiento real de lo que encontrara en el programa de educación física en la escuela básica cuando salga al campo laboral. Por lo tanto deberá ejercitarse y lograr ejecutar los ejercicios con la técnica establecida para poder cumplir en una clase de gimnasia con los procedimientos pedagógicos para la enseñanza.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el modulo las estudiantes deberán ejecutar correctamente los elementos acrobáticos de la gimnasia artística femenina y utilizar los procedimientos pedagógicos y metodológicos para dichos elementos técnicos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- 1.1 Ejecutar con la técnica requerida cada uno de los elementos acrobáticos de la gimnasia artística femenina establecidos en este modulo.
- 1.2 Realizar un micro clase utilizando los procedimientos pedagógicos para la enseñanza y la metodología adecuada al elemento que le corresponda desarrollar.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Escuchar explicación y observar la demostración de cada uno de los elementos acrobáticos de la gimnasia artística femenina y realizar ejecución práctica, atendiendo a las correcciones que le realice el profesor.
- Ejercitarse en clase realizando serie de repeticiones de cada uno de los ejercicios acrobáticos utilizando los ejercicios progresivos para lograr la ejecución técnica requerida en cada uno de los elementos.
- Realizar ejercicios en parejas practicando las ayudas en cada uno de los ejercicios acrobáticos.

EVALUACION

OBJETIVO	EVALUACION	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
1.1	Practica	Escala de estimación	30%	1.50
1.2	Practica	Lista de cotejo	10%	0.50

RECURSOS

Humanos: Alumnos, profesor.

Materiales: bibliografía recomendada, colchonetas, tapete, riel, trampolín.

MODULO IV

ESQUEMA Y TALLER DE JUECES DE GIMNASIA

Duración: 02 semanas
(1.50pto)

VALOR 30%

JUSTIFICACION

Los esquemas de la gimnasia artística femenina es el arte de presentar los elementos gimnásticos y acrobáticos entrelazados consiguiendo una armonía sin fractura utilizando enlaces siguiendo una serie de elementos ya establecidos por la Federación Venezolana de Gimnasia según la categoría, las alumnas de la Licenciatura en Educación Física Deporte y Recreación de la UNELLEZ deberán cumplir con las exigencias técnicas establecidas en la categoría preinfantil e infantil los cuales contienen los elementos gimnásticos y acrobáticos establecidos en el contenido programático de la Educación Física en la Educación Básica.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el modulo las estudiantes estarán en la capacidad de realizar un esquema obligatorio de la categoría preinfantil y un esquema de la categoría infantil de la gimnasia artística femenina y deberán participar en un taller de jueces de gimnasia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1.1 Ejecutar un esquema de la categoría preinfantil cumpliendo con los criterios técnicos de cada uno de los elementos.

1.2 Ejecutar un esquema de la categoría infantil cumpliendo con los criterios técnicos de cada uno de los elementos.

1.3 Participar activamente en un taller de jueces de gimnasia aplicando los conocimientos adquiridos en el Modulo I en el contenido de código de puntuación.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Explicación y demostración del profesor de los esquemas de la categoría preinfantil e infantil de la gimnasia artística femenina y ejecución practica de las alumnas, atendiendo a las correcciones que le realice el profesor.
- Ejercitarse en clase realizando repeticiones de las líneas que forman los esquemas de la categoría preinfantil e infantil de la gimnasia artística femenina.
- Ejercitarse en clase realizando repeticiones de los esquemas de la categoría preinfantil e infantil de la gimnasia artística femenina.
- Asistir a un taller para jueces de gimnasia artística femenina y tomar nota de los elementos más importantes para participar activamente.

EVALUACION

OBJETIVO	EVALUACION	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
1.1	Practica	Lista de cotejo	10%	0.50
1.2	Practica	Lista de cotejo	10%	0.50
1.3	Practica	Registro de participación	10%	0.50

RECURSOS

Humanos: Alumnos, profesor.

Materiales: Material fotocopiado, tapete, grabador cinta magno fónica o CD.

BIBLIOGRAFIA

- M.L. UKRAN Gimnasia Deportiva. Editorial Acribia. Zaragoza, España.
- C. PIARD R. PIARD. Gimnasia Deportiva Femenina. Editorial Hispano Europa. S.A. Barcelona, España.
- Brikina A.T.Gimnasia ED: Pueblo y Educación.Ciudad de la Habana. 1988.
- Condiciones técnicas de los esquemas de la categoría infantil y preinfantil de la Federación Venezolana de Gimnasia. Material Fotocopiado.
- Código de Puntuación de la Federación Venezolana de Gimnasia.
- Ruiz Aguilera Ariel "La gimnasia Básica". ED. Pueblo y Educación.1981.