

Materia:	Gimnasia I
Universidad de Sonora Unidad Regional Centro División de Ciencias Biológicas y de la Salud Imparte la materia: Licenciatura en Cultura Física y Deporte	

Eje de Formación:	Profesionalizante
--------------------------	--------------------------

Carácter:	Obligatoria	Prerrequisito: Ninguno
------------------	--------------------	-------------------------------

Créditos:	6
------------------	----------

Horas Semana:	5	Teoría:	1	Práctica:	4
----------------------	----------	----------------	----------	------------------	----------

Modalidad:	Taller
-------------------	---------------

Competencias: Planeación, enseñar, intervenir, evaluar
--

<p>Objetivo General: El alumno dominará y conocerá los diferentes tipos de gimnasia a nivel básico para la aplicación de ejercicios físicos especialmente elaborados y ejecutados en correspondencia con las exigencias del método gimnástico encaminados a la soluciones de tareas del desarrollo físico en general que la educación física requiere.</p>
--

<p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar un esquema general de la Historia de la gimnasia - Distinguir los diferentes tipos de gimnasia y su fundamentación general - Identificar la Terminología de la gimnasia - Describir los diferentes medios de la gimnasia - Distinguir los diferentes procedimientos de la gimnasia orgánica (respiración su función y ejercicios, posturas y relajación) - Conocer los fundamentos estructurales de los métodos para la adecuación de las capacidades motrices - Elaborar manual de la conformación de una clase de gimnasia - Evaluar los diferentes procesos de desarrollo de elementos básicos

<p>Conocimientos y experiencias previas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Habilidades Motrices 2) Condición Física 3) Vocación 4) Habilidades de expresión
--

Contenidos disciplinares específicos:**Generalidades de la gimnasia básica:**

- Conceptos
- Historia de la gimnasia
- Tipos de gimnasia aplicada
- Tipos de gimnasia de desarrollo
- Terminología

Principios técnicos generales

- ~ Metodología de la enseñanza
- ~ Lecciones
- ~ Exhibiciones

Planificación y control del trabajo gimnástico

- ~ Salas de gimnasia
- ~ Ejercicios de organización
- ~ Ejercicios de desarrollo general
- ~ Ejercicios de aplicación
- ~ Ejercicios de aparatos

Espacios de Enseñanza-Aprendizaje:

Aula
Biblioteca
Medios de comunicación
gimnasios

Estrategias metodológicas:

Alumno	Docente
<ul style="list-style-type: none">-Investigar en diversos centros de documentación los materiales de estudio-Analizar la información recopilada-Realizar los ejercicios y prácticas programadas-Participación en seminarios-Entregar por escrito los ensayos programados en tiempos y formas establecidas-Preparar las exposiciones a nivel individual o en colectivo-Elaboración de un manual de actividades en los diferentes tipos de gimnasia-Diseñar un video de recopilación de clases de observaciones y prácticas- Participación estrictamente obligatoria en evaluaciones	<ul style="list-style-type: none">-Coordinar actividades para el seguimiento de los objetivos de aprendizaje-Elaborar programa de estimulación temprana-Programar situaciones de enseñanza aprendizaje-Impartir con claridad la conferencia introductoria-Elaborar material didáctico específicos para la materia-Asesorar a los estudiantes en sus distintas ejecuciones en el curso-Análisis de los materiales de lectura-Evaluación de los participantes en el curso-Retroalimentar el desempeño general.

Bibliografía, documentación y material de apoyo:

- Smoleuskiy, Vladimir. Tratado General de Gimnasia Artística deportiva. Editorial Paidotribo México s de RL de C
- Kim, Sang h. Flexibilidad Extrema Editorial Paidotribo México s de RL de C
- Smolevskiy, Vladimir 1996. Tratado general de gimnasia artística deportiva.
- Viciano Garófano, Virginia 2007. Las Actividades coreográficas en la escuela : danzas, bailes, funky, gimnasia-jazz . . .

Evaluación:

Técnica	Criterio	Porcentaje
Participación en clase	Puntualidad, permanencia	20 %
Elaboración de trabajos	Productos entregados y contenidos	15 %
Exposiciones	Desenvolvimiento y contenidos	15 %
Examen escrito	Dominio de la teoría	20 %
Examen práctico	Dominio de la técnica	30 %

Perfil docente:

- Licenciatura en Educación Física.
- Experiencia docente mínima dos años en nivel superior.
- Experiencia deportiva en gimnasia comprobable.