Universidad de Guadalajara

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

CENTRO UNIVERSITARIO

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

DEPARTAMENTO

Departamento de Ciencias del Movimiento Humano, Educación, Deporte, Recreación y Danza

ACADEMIA

Fundamentos e Iniciación Deportiva

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Fundamentos de los Deportes de Arte Competitivo

Clave de la unidad de aprendizaje:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:	Eje curricular
I8772	32	32	64	6	

Tipo de curso	Modalidad	Nivel en que se ubica	Programa educativo	Prerrequisitos
CT=curso-taller	Presencial	Licenciatura	Licenciatura en Cultura Física y Deportes	Ninguno

ÁREA DE FORMACIÓN

Básico particular selectiva

PERFIL DOCENTE

Licenciatura en Cultura Física y Deportes

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Profesionales

Emplea, de manera integrada, los conocimientos de la pedagogía y la didáctica de los diferentes grupos de deportes, en los procesos de aprendizaje y formación deportiva.

Planifica, controla y evalúa los procesos del entrenamiento y de la competencia, en sus aspectos de preparación física, técnica, táctica y psicológica, en los niveles de iniciación, de desarrollo y de rendimiento.

Sociocultural

Se concibe como un profesionista que utiliza como medio fundamental de intervención la actividad física y el deporte, para favorecer el desarrollo integral del individuo, en diferentes escenarios y grupos sociales.

Comprende los diversos contextos y escenarios económicos, políticos y sociales, en la construcción de una identidad personal, social y universitaria.

Asume una actitud reflexiva que le permite examinar, en el ejercicio de la profesión, tanto sus propias ideas como las de los otros, ante el conocimiento de las ciencias de la salud y de las ciencias relacionadas con la actividad física y el deporte.
Técnico-Instrumental
Emplea métodos y técnicas para el análisis y la toma de decisiones, con relación a los problemas cotidianos, sociales, laborales y profesionales.

3. PRESENTACIÓN

El Curso-Taller ofrece una panorámica general de todas las áreas de los deportes de arte competitivo y en sus modalidades de ejecuciones técnicas y rutinas, analizando los gestos motores en los fundamentos técnicos en cada una de las pruebas correspondientes.
El estudiante conocerá los antecedentes de estas disciplinas, los elementos básicos del Reglamento Técnico y los fundamentos básicos de las pruebas de composiciones y rutinas, así como habilidades para la ejecución técnica en las pruebas de estos deportes. La Unidad de Competencia de este curso será importante para fomentar el interés en el entrenamiento deportivo de estas modalidades y poder desarrollar capacidades físicas y coordinativas en la preparación física. Esta unidad de aprendizaje se relaciona con fundamentos básicos del movimiento y con prácticas de disciplinas afines.

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Emplea de manera integrada los conocimientos de la pedagogía y la didáctica para el aprendizaje de los deportes de arte competitivo a partir de sus fundamentos, técnicos y artísticos, así como de sus aspectos reglamentarios.

Conocerá las diferentes rutinas artísticas, así como sus aspectos reglamentarios.

5. SABERES

Prácticos	Teóricos	Formativos
Aplica las estrategias y los procedimientos didácticos para el aprendizaje de los deportes de arte competitivo. Elabora, aplica y evalúa programas para el aprendizaje de estas disciplinas a partir de sus fundamentos técnicos y artísticos. Diseña y aplica secuencias didácticas de aprendizaje deportivo motor en las modalidades de arte competitivo. Demuestra el dominio técnico-metodológico y la aplicación de los fundamentos motores en el diseño de sesiones prácticas orientadas a la	Identifica las distintas concepciones del proceso de iniciación deportiva en los deportes de arte competitivo y de apreciación. Realiza el análisis didáctico de los componentes de estas disciplinas. Reconoce los modelos de intervención para el aprendizaje de los deportes artísticos. Analiza los aspectos reglamentarios y de jueceo en el arte competitivo. Analiza y fundamenta los componentes teóricos de la estructura motriz (saltos, giros, equilibrios y expresividad	Colabora activamente en las dinámicas y sesiones de la unidad de aprendizaje, mostrando empatía, inclusión y respeto hacia la diversidad de capacidades y desempeños individuales. Aplica los conocimientos teórico-prácticos con un sentido de responsabilidad social, honestidad y ética profesional, promoviendo el desarrollo integral, el respeto a la diversidad y el juego limpio dentro de la cultura física y los deportes.

iniciación deportiva en las disciplinas de arte competitivo.	corporal), así como las características y manipulación técnica de los implementos o elementos regulados en los deportes de arte competitivo.	

6. CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

Temas	Detalles del tema
1) Antecedentes Históricos de la Gimnasia	Historia /Definición Génesis y evolución de Gimnasia Rítmica Ranking nivel Internacional Medallistas Olímpicos Estructura institucional: La Gimnasia Rítmica en la Federación Internacional de Gimnasia (FIG) y disciplinas asociadas. Contexto nacional: Organización de la Federación Mexicana de Gimnasia (FMG).
2) El gesto motor, capacidades y habilidades físicas Gimnasia Rítmica:	• Motricidad fina y gruesa • Coordinación • Fuerza /resistencia • Flexibilidad • Equilibrio
3) Principios biomecánicos aplicados a la disciplina	Análisis biomecánico de las rotaciones (giros). Fuerzas y centros de gravedad en las posiciones de equilibrio. Mecánica del salto: fases de despegue, vuelo, amortiguación y aterrizaje.
4) Generalidades de la Gimnasia Rítmica	Características del área de suelo para Gimnasia Rítmica Tipos de implementos para una rutina de Gimnasia Rítmica (mazas, cuerda, cinta, pelota y aro). Movimientos básicos en Gimnasia Rítmica (Saltos, giros, equilibrio) Expresividad y habilidades motrices de bote, conducción, golpeo y recepción.

5) Rítmica en la gimnasia	El papel de la música y el ritmo en la sincronización del movimiento. Interrelación formativa de la danza, la gimnasia general y el ballet clásico.
6) Criterios de evaluación durante una competencia	Sistemas de evaluación del desempeño técnico y artístico. Criterios de penalización y aplicación del código de puntuación vigente.

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

Diseño de organizadores gráficos (Mapas conceptuales, mentales, etc.) (para procesar los contenidos teóricos).

Diseño de materiales visuales digitales (Infografías) (para la investigación informativa de la disciplina).

Elaboración de exposiciones y apoyos visuales, para la estructuración de temas en clase.

Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) / Trabajo Colaborativo (para la creación de la rutina práctica en equipo).

Producción de recursos audiovisuales, como evidencia práctica deportiva.

Evaluación mediante pruebas escritas u objetivas (Examen teórico), para la validación final de conceptos.

Prácticas situadas mediante el modelaje y demostración del gesto motor (para la ejecución guiada, corrección técnica y simulación de movimientos en el escenario real de entrenamiento).

Se anexa el apartado de planeación e instrumentación didáctica, en el que se detallan las estrategias y las actividades de enseñanza y de aprendizaje (técnicas, actividades no presenciales, estudio autodirigido, entre otras), así como recursos y materiales didácticos, laboratorios, uso de las TIC u otros contextos de desempeño.

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

Evidencias de aprendizaje que corresponden a los saberes prácticos	Criterios de desempeño	Contexto de aplicación	Calificación
Actividades en clase y tareas	• Demuestra puntualidad mediante la entrega en el tiempo y la forma estipulados en el calendario académico. • Gestiona de manera correcta la carga de	• Plataforma institucional Google Classroom. • Salón de clases presencial. • Gimnasio de gimnasia GUM.	25%

	evidencias de aprendizaje en la plataforma institucional Google Classroom. • Cumple rigurosamente con los lineamientos formales descritos para cada actividad didáctica. • Estructura con calidad académica y metodológica productos complejos como resúmenes de investigación científica, reportes de práctica, mapas conceptuales y presentaciones.		
Infografía de la Gimnasia Rítmica	• Emplea con destreza herramientas digitales de diseño gráfico de acceso libre para la construcción del recurso visual • Garantiza el rigor técnico en la estructura de la infografía incluyendo título, cuerpo, síntesis visual y fuentes de información • Sustenta la investigación documental mediante la inclusión formal de bibliografía y referencias bajo normativas de citación académica.	• Plataformas de diseño digital en línea. • Plataforma Google Classroom. • Salón de clases para la exposición presencial.	15%
Rutina de Gimnasia Rítmica en video y presentación presencial	• Coordina el trabajo colaborativo en equipos de hasta cinco integrantes o ejecuta la	• Gimnasio de gimnasia GUM para la ejecución presencial y captura de evidencia.	20%

	modalidad individual. • Integra de manera los fundamentos motores esenciales basados en saltos, equilibrios, giros y transiciones de flexibilidad • Demuestra un nivel técnico competente en la edición audiovisual cuidando la resolución de imagen, claridad del audio y armonía general. • Manifiesta expresividad artística, creatividad motriz, uso adecuado de los implementos regulados y una sincronización precisa con el estímulo musical. • Se presenta a la evaluación con la indumentaria apropiada cuidando que la caracterización estética y el vestuario propuesto se aproximen a las exigencias reglamentarias de la disciplina deportiva.	• Dispositivos móviles con cámara de alta resolución. • Software especializado de edición de video. • Plataforma Google Classroom para el envío del archivo audiovisual.	
Examen teórico	• Evidencia el dominio conceptual y la asimilación de los contenidos teóricos, históricos, metodológicos y reglamentarios revisados en las sesiones.	• Salón de clases presencial. Plataforma Google, con conectividad a internet.	20%

	• Resuelve de forma analítica y honesta los reactivos de la evaluación mediante la plataforma interactiva digital.		
Participación y actitud en clase teórica y práctica	• Tener en cuenta el fomento de la cultura de la paz por medio de valores, actitud y disposición ante la clase teórica y práctica, hacia los compañeros (as) y maestro (a).	• Salón de clases, Classroom, área de práctica y grupo de WhatsApp.	20%

9. ACREDITACIÓN

Los resultados de las evaluaciones se expresarán en una escala de 0 a 100, utilizando números enteros, y la calificación mínima aprobatoria será de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

10. REFERENCIAS Y RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

REFERENCIAS BÁSICAS

Araújo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia. Editorial Paidotribo.

Canalda Llobet, A. (1998). Gimnasia rítmica deportiva: Teoría y práctica. Editorial Paidotribo.

Federación Internacional de Gimnasia. (s.f.). Rhythmic Gymnastics. International Gymnastics Federation. https://www.gymnastics.sport/site/discipline.php?disc=4

Federación Internacional de Gimnasia. (s.f.). Rules. International Gymnastics Federation. https://www.gymnastics.sport/site/rules/#5

Mendizábal, S., & Mendizábal, I. (1985). Iniciación a la gimnasia rítmica I: Manos libres, cuerda y pelota. Gymnos.

REFERENCIAS COMPLEMENTARIAS

Ale de la Rosa, Y., Guillen Pereira, L., Luperón Terry, J., & Hernández Infante, Y. (2020). Evaluación de la amplitud articular de los miembros inferiores en la técnica de zancada. Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa (REFCalE), 8(1), 15–27. http://refcale.uleam.edu.ec/index.php/refcale/article/view/3120/1939

Debien, P. B., & Miloski, B. (2022). Monitoring of the training load and well-being of elite rhythmic gymnastics athletes in 25 weeks. Healthcare, 10(5), 890-904. https://pdfs.semanticscholar.org/5c7b/ea59d0bc5f00b65f7a4e8ff641c39abd577a.pdf

Diener-González, L. (2019). Gimnasia Artística: Análisis Biomecánico De La Inversión Adelante Revisión Sistemática. Ingeniería y Ciencia de los Materiales, 3(1), 37–44. https://revistas.upb.edu.co/index.php/materiales/article/view/4915/4510

García-Pardo, L., & Cortell-Tormo, J. (2024). Inclusión y competición: Adaptaciones para disminuir las barreras de participación de un grupo de gimnastas. Retos, 52, 115-124. https://www.revistaretos.org/index.php/retos/article/download/69283/43975/230576

Grande Rodríguez, I., Bautista Reyes, A., & Hontoria Galán, M. (2008). Biomecánica aplicada al diseño de una herramienta de evaluación de los saltos en gimnasia rítmica atendiendo al Código Internacional de Puntuación: Aplicación a la evaluación del salto zancada. Apunts: Educación Física y Deportes, 3(93), 55–61. https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/download/140889/192209

RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

Federación Internacional de Gimnasia. (s. f.). *FIG Education Channel* [Canal de YouTube]. YouTube. https://www.youtube.com/@figeducationchannel2014

Federación Mexicana de Gimnasia. (s. f.). *Federación Mexicana de Gimnasia* [Canal de YouTube]. YouTube. https://www.youtube.com/@federacionmexicanadegimnas3431

Elaborado por:	**Evaluado y actualizado por:**
Lic. María Verónica González Chávez	Mtra. Damaris Teresa Tiscareño Aguilera
Fecha de elaboración:	**Fecha de última actualización aprobada por la Academia:**
06/04/2016	11/08/2026