

**FUNDAMENTO DE LOS DEPORTES II: BALONMANO - BALONCESTO - GIMNASIA RÍTMICA**

| MÓDULO   | MATERIA  | CURSO | SEMESTRE   | CRÉDITOS | TIPO        |
|--|--|-------|--|----------|-------------|
| Fundamentos de los Deportes  | Fundamentos de los Deportes II Balonmano<br>-<br>Baloncesto - Gimnasia Rítmica | 3º    | 2º   | 12       | Obligatoria |
| <b>PROFESOR(ES)</b>  |  |       | <b>DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)</b>   |          |             |
| Baloncesto: José Carlos Barbero Álvarez  |  |       | Dpto. Educación Física y Deportiva, 1ª planta, Facultad de Educación y Humanidades de Melilla. Despacho nº 214.<br>Correo electrónico: <a href="mailto:jcba@ugr.es">jcba@ugr.es</a> y <a href="mailto:virginiacata@ugr.es">virginiacata@ugr.es</a> |          |             |
| Baloncesto: José Carlos Barbero Álvarez  |  |       |  |          |             |
| Gimnasia Rítmica: Virginia Catalinas Conca   |  |       |  |          |             |
|  |  |       | <b>HORARIO DE TUTORÍAS</b>   |          |             |
|  |  |       | JOSE CARLOS BARBERP ALVAREZ<br>Miércoles, jueves y viernes de 10 a 12 horas. Se ruega pedir cita previa por correo electrónico.  |          |             |
|  |  |       | VIRGINIA CATALINAS CONCA<br>Martes y miércoles, de 10 a 12 horas. Se ruega pedir cita previa por correo electrónico.   |          |             |
| <b>GRADO EN EL QUE SE IMPARTE</b>  |  |       | <b>OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR</b>  |          |             |
| Grado Educación Física   |  |       | Educación Física   |          |             |
| <b>PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)</b>   |  |       |  |          |             |
| Tener los dominios básicos y conocimientos adecuados sobre:<br>El manejo del ordenador (para búsquedas documentales y presentaciones escritas y visuales). |  |       |  |          |             |



## BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)

### Parte I : Balonmano

#### UD I. Introducción al estudio del balonmano:

Este bloque temático es un acercamiento al contenido de balonmano. En el primer tema se contextualiza dentro de los deportes de equipo. En el segundo tema se ofrece la oportunidad de adquirir una cultura mínima sobre el balonmano. En el tercer tema se procura dotar de las herramientas básicas necesarias para profundizar en su estudio. El cuarto tema trata sobre el reglamento y sus principales aplicaciones. Por último, en el quinto tema, se abordarán las posibles aplicaciones prácticas que desde el mundo de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte pueden surgir.

UD. II: Acercamiento teórico-práctico al estudio sobre los contenidos y medios individuales del juego: En esta Unidad Temática se aborda, desde una perspectiva teórico-práctica, el estudio de los elementos y medios individuales del juego de balonmano. Se establece un planteamiento progresivo, primero se trata las situaciones más simples en las que el jugador se familiariza y relaciona con los diferentes elementos que aparecen en el juego. Posteriormente, y siguiendo la lógica funcional del juego, aparecen situaciones más complejas en las que existe oposición.

UD. III: Acercamiento teórico-práctico al estudio sobre los contenidos y medios colectivos del juego: Con esta Unidad Temática se completa el acercamiento a los contenidos del juego de balonmano. Una vez que se conocen los elementos técnico-tácticos individuales del juego y se saben aplicar en sus diferentes contextos, el alumno está preparado para asimilar los contenidos colectivos. En este caso también se va a seguir en la estructuración de contenidos la lógica funcional del juego, tanto en la aparición de los mismos, como en el tratamiento de las situaciones de aprendizaje.

### Parte II : Baloncesto

UD I: Características generales y específicas del baloncesto. Características generales del baloncesto: estructura formal del juego. Características específicas del baloncesto: estructura funcional del juego. Fases del acto táctico. Factores y capacidades que determinan el rendimiento deportivo. Estructuración del juego en fases. Principios del juego. Estilo de juego. Contenidos del juego.

Elementos de apoyo para el estudio teórico: terminología, simbología y representación gráfica.

UD II: Medios individuales del juego. El jugador y el balón. El uno contra cero (1 x 0). El jugador, el balón y un adversario. El uno contra uno atacante (1 x 1). El defensor contra un jugador con balón. El uno contra uno defensivo.

UD III: Medios tácticos colectivos de juego. El juego en superioridad. Características, principios de acción y formas de resolución básicas. El juego colectivo en igualdad numérica. Definición y descripción general básica de los Medios Tácticos Colectivos Grupales. Definición y descripción general básica de los Medios Tácticos Colectivos de Equipo.

UD IV: Reglas de juego.

Definición del juego del baloncesto. Dimensiones y material. El equipo arbitral y sus obligaciones. Jugadores, sustitutos y entrenadores. Reglamentación del tiempo. Reglamentación del juego.

Violaciones. Faltas personales. Faltas técnicas. Disposiciones generales. Procedimientos en los partidos oficiales.



UD V: La enseñanza del baloncesto en el contexto escolar. El proceso general de enseñanza del baloncesto. De la lógica funcional a la lógica didáctica. Principios del aprendizaje deportivo. La enseñanza en los centros escolares. Análisis de la realidad educativa. El baloncesto como contenido curricular de la asignatura de educación física en los centros escolares.

### Parte III: Gimnasia Rítmica

#### UD I: INTRODUCCIÓN A LA GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA:

En esta unidad se engloban los principales componentes de este deporte centrándose en la modalidad individual y en los elementos coreográficos que la componen; Técnica corporal de las dificultades, técnica de aparato, riesgos, maestrías y pasos rítmicos.

Se pretende un acercamiento del alumno a la gimnasia rítmica proporcionando los conocimientos básicos del deporte para desarrollar capacidades que le permitan un buen análisis y síntesis de la especialidad deportiva, saber utilizar el material y equipamiento adecuado, conocer y actuar los principios éticos para un correcto ejercicio profesional y obtener un vocabulario específico de la especialidad deportiva para una buena comunicación oral y escrita.

#### UD II: ENTRENAMIENTO DE LA GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA:

Esta unidad se centra en dotar al alumno de las capacidades para el desarrollo de las clases y entrenamientos dirigidos al deportista, tipos de calentamientos específicos, funcionamiento fisiológico (principalmente en el trabajo de la flexibilidad), capacidades físicas más importantes de la gimnasia rítmica, desarrollo de preparaciones físicas específicas y por último creación de sesiones en función del desarrollo motriz de los niños y niñas, ya que es un deporte con una iniciación muy temprana.

En esta unidad se da un enfoque multidisciplinar, promoviendo principalmente la creación de hábitos perdurables en la actividad física y el deporte en diferentes poblaciones. Se proporcionarán diferentes herramientas para la adquisición de capacidades para planificar, desarrollar y controlar los entrenamientos en sus distintos niveles, identificar los riesgos que se derivan para la salud de prácticas inadecuadas, evaluar la condición física de los deportistas así como prescribir ejercicio físico para la mejora del rendimiento y la salud, como aplicar principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales a través del entrenamiento deportivo.

#### UD III: GIMNASIA RÍTMICA MODALIDAD DE CONJUNTOS:

Esta unidad se centra en la modalidad de conjuntos y sus elementos más importantes, intercambios, colaboraciones y composición coreográfica. También se estudia la creación de fichas técnicas como herramienta indispensable en este deporte.

El desarrollo de esta unidad didáctica es eminentemente práctico, promoviendo así la capacidad de trabajo en equipo a través de actividades en las que pondera una autonomía del aprendizaje, y la propia capacidad de búsqueda y gestión de la información. La resolución de problemas, la adaptación a nuevas situaciones y el aprendizaje autónomo priman en esta unidad proporcionando al alumno las herramientas necesarias para la posterior inserción laboral en diferentes ámbitos debido a la transversalidad y conexión con la que se trabaja defendiendo la concepción de los actuales planes de estudios entre facultades.



## COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

CG1; CGI.3; CGI.6; CGP.1; CGP.3, CGP.5; CGS.1; CGS.4, CPC.4; CPC.5; CPI.3, CPEI.4; CPEAE.1; CPEAE.2.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: CEPAD.1, CEPAD.2, CEPAD. 3, CPEAFS.2

## OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

### PARTE I: BALONMANO

1. Adquirir un conocimiento genérico del ámbito del balonmano en lo referente a reglamentación básica, historia, lógica interna del juego, etc.
2. Conocer de forma básica elementos y medios de ataque y defensa mínimos para el desarrollo del deporte y su posible aplicabilidad docente o científica.
3. Adquirir unas destrezas mínimas que permitan asegurar el perfil demostrativo del futuro profesor de E.F.
4. Adquirir destrezas mínimas como educador en ámbito de la formación en un deporte colectivo de cooperación-oposición como es el caso del balonmano.
5. Favorecer la creación de ideas, por parte del alumno, relacionadas con nuestro contenido concreto.
6. Permitir y favorecer la participación activa del alumno en su proceso de formación.

### PARTE II: BALONCESTO

1. Conocer las características generales y específicas del baloncesto así como de los procesos involucrados en el comportamiento motor del jugador.
2. Adquirir un conocimiento de los medios táctico-técnicos individuales del juego
3. Adquirir un conocimiento general de los medios tácticos colectivos
4. Conocer el reglamento de juego
5. Adquirir unas nociones generales y básicas de la lógica didáctica de la enseñanza del baloncesto
6. Desarrollar una capacidad motriz suficiente para el desarrollo profesional como docente del baloncesto.
7. Desarrollar la capacidad para observar y corregir errores de tipo técnico y táctico.
8. Diseñar estrategias de intervención para paliar problemas observados en el juego de los niños.
9. Desarrollar la capacidad de autoaprendizaje en relación con los contenidos.
10. Fomentar el asentamiento de una actitud educativa ante la enseñanza del baloncesto.
11. Promover la inquietud por la búsqueda de soluciones a los problemas didácticos que se derivan de la enseñanza del baloncesto en el ámbito educativo.



### PARTE III: GIMNASIA RÍTMICA

1. Obtener un conocimiento general de la gimnasia rítmica como deporte olímpico; modalidades y aparatos.
2. Conocer los componentes coreográficos en las modalidades individual y de conjunto y saber identificarlos, desarrollando un vocabulario específico en la materia.
3. Adquirir herramientas para el acceso y gestión de la información.
4. Diseñar y planificar sesiones en función del desarrollo motriz de los/las gimnastas.
5. Saber utilizar los recursos y materiales necesarios, así como también aplicar los conocimientos fisiológicos en el desarrollo de las sesiones.
6. Desarrollar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas durante las sesiones.
7. Aplicar los conocimientos adquiridos en el desarrollo de una composición coreográfica.
8. Fomentar la cohesión del grupo a través de propuestas rítmicas grupales que potencian el aprendizaje creativo motriz.
9. Identificar los riesgos de una mala práctica de actividad física y transmitir y crear nuevos hábitos saludables entre los gimnastas.
10. Distinguir entre programas de gimnasia rítmica enfocados a crear hábitos saludables en la práctica de actividad física para diferentes poblaciones y aquellos que se enfocan hacia el rendimiento deportivo.

### TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

#### TEMARIO TEÓRICO:

##### Parte I: BALONMANO

Tema 1: Introducción a los fundamentos de los deportes colectivos y su aplicación en el desarrollo de tareas aplicadas a la enseñanza del balonmano.

Tema 2: Evolución y desarrollo histórico del balonmano.

Tema 3: Simbología y terminología específica.

Tema 4: Conceptos generales del juego de balonmano y su aplicación en el ámbito de las Ciencias del Actividad Física y el Deporte.

Tema 5: Análisis de los protagonistas implicados en la fase de ataque y las intenciones tácticas del juego.

Tema 6: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el jugador atacante.

Tema 7: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el jugador defensor.

Tema 8: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el puesto específico del portero.



Tema 9: Análisis de los medios elementales.

Tema 10: Análisis de los medios simples.

Tema 11: Análisis de los medios tácticos básicos.

Tema 12: Análisis de los medios tácticos inmediatos.

Tema 13: Análisis de los medios tácticos preventivos.

Tema 14: La correlación de las fases del juego, como introducción al juego colectivo complejo.

## Parte II: BALONCESTO

Tema 1. Características generales y específicas del baloncesto.

Tema 2. Elementos de apoyo para el estudio teórico.

Tema 3. El jugador y el balón. El uno contra cero (1 x 0).

tema 4. El jugador, el balón y un adversario. El uno contra uno atacante atacante.

Tema 5. El defensor contra un jugador con balón. El uno contra uno defensivo.

Tema 6. El ataque en superioridad numérica.

Tema 7. Los medios tácticos colectivos grupales atacantes.

Tema 8. Los medios tácticos colectivos de equipo.

Tema 9. El reglamento de juego.

Tema 10. La enseñanza del baloncesto en el entorno escolar.

## Parte III: GIMNASIA RÍTMICA

### UD I: INTRODUCCIÓN A LA GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA:

- Tema 1. GIMNASIA RÍTMICA: DEPORTE OLÍMPICO DESDE 1984.
- Tema 2. TÉCNICA CORPORAL.
- Tema 3. TÉCNICA DE APARATO.
- Tema 4. PASOS RÍTMICOS.
- Tema 5. RIESGOS Y MAESTRIAS.

### UD II ENTRENAMIENTO DE LA GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA:

- Tema 1. CALENTAMIENTOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.
- Tema 2. CAPACIDADES FÍSICAS Y DISEÑOS DE ENTRENAMIENTO EN LA GRD.
- Tema 3. FISIOLÓGÍA EN EL TRABAJO DE FLEXIBILIDAD.



- Tema 4. GIMNASIA RÍTMICA Y DESARROLLO MOTOR.
- Tema 5. DISEÑO DE PREPARACIONES FÍSICAS ESPECÍFICAS.

#### UD III GIMNASIA RÍTMICA MODALIDAD DE CONJUNTOS:

- Tema 1. MODALIDAD DE CONJUNTOS.
- Tema 2. INTERCAMBIOS.
- Tema 3. COLABORACIONES.
- Tema 4. COMPOSICIÓN COREOGRÁFICA.
- Tema 5. DISEÑO DE FICHAS.

#### TEMARIO PRÁCTICO:

##### Parte I: BALONMANO I

Bases prácticas del balonmano adaptado: bm 3x3

Sesiones Individuales:

Fase de control: Adaptación, manejo/desposesión

Fase de finalización: Pase, recepción/interceptación

Fase de enlace: Desplazamiento, bote, finta/Marcaje, quite

Fase de finalización: Lanzamiento/blocaje

Sesiones colectivas:

Fase contraataque/repliegue

Fase realización sistema de juego. Medios elementales, medios inmediatos.

Fase realización sistema de juego. Medios simples

Fase realización sistema de juego. Medios básicos, medios preventivos.

Balonmano adaptado.

##### Parte II: BALONCESTO

Modificación de los elementos estructurales y repercusiones sobre la dinámica del juego

Medios táctico-técnico individuales del juego de uno contra cero

Medios táctico-técnico individuales del uno contra uno atacante

Medios táctico-técnico individuales del uno contra uno defensivo

Situaciones en superioridad numérica

El juego en igualdad numérica. Medios tácticos colectivos.

##### Parte III: GIMNASIA RÍTMICA

Seminarios/Talleres

- Diseño de sesiones de entrenamiento.
- Diseño de preparaciones físicas específicas.
- Simulaciones docentes.
- Composición coreográfica.
- Diseño de fichas.





## Prácticas de Campo

- Práctica 1. Técnica corporal: saltos, giros y equilibrios.
- Práctica 2. Técnica de aparato: pelota, aro, mazas, cinta y cuerda.
- Práctica 3. Calentamientos generales y específicos.
- Práctica 4. Trabajo de flexibilidad.
- Práctica 5. Métodos de entrenamiento en la GRD.
- Práctica 6. Pasos rítmicos: trabajo del ritmo, y conocimiento de diferentes tipos de baile.
- Práctica 7. Creación de colaboraciones con aparatos.
- Práctica 8. Figuras coreográficas en la modalidad de conjuntos.

## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

#### PARTE I: BALONMANO

- Antón, J.L. (2001). Balonmano recreativo para todos y en cualquier lugar. Madrid. Gymnos.
- Antón, J.L.; Chirisa, L.J.; Ávila, F.M.; Oliver, J.F. y Sosa, P.I. (2000). Balonmano. Alternativas y factores para la mejora del aprendizaje. Madrid. Gymnos.
- Antón, J.L. (1990). Balonmano, fundamentos y etapas en el aprendizaje. Madrid. Gymnos.
- Barcenas, D. y Román, J.D. (1991). Balonmano. Técnica y metodología. Madrid. Gymnos.
- Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona. Hispano Europea.
- Bayer, C. (1982). Técnica de balonmano, la formación del jugador. Barcelona. Hispano Europea.
- Bonnefoy, G.; Lahuppe, H. y Né, R. (1997). Sports collectifs. Jouer en équipe. Collèges et Lycées. Handball y Volley-Ball. París. Éditions Actio.
- Cercel, P. (1980). Balonmano. Ejercicios para las fases del juego. Bucarest. Sports-Turism.
- Chirisa, L.J. (1997). Modelo de iniciación en balonmano. Jornadas de actualización en Educación Física. Sevilla.
- Mariot, J. (1996). Balonmano. De la escuela a las asociaciones deportivas. Lérida. Agonos.
- Martini, K. (1980). O andebol. Técnica, táctica y metodología. Lisboa. Europa-América.
- Muller, M.; Gersts-stein, H.; Kozang, G. y Kozang, B (1996). Balonmano, entrenarse jugando. Barcelona. Paidotribo.
- Né, R.; Bonnefoy, G. y Lahuppe, H. (2000). Enseñanza del balonmano para jugar en equipo. Barcelona. Inde.
- Román, J.D.; Sánchez, F. y Torrecusa, L.C. (1988). El niño y la actividad física y deportiva. Iniciación al balonmano. Madrid. Gymnos.
- Román, J.D.; Sánchez, F. y Torrecusa, L.C. (1988). Guía metodológica. Iniciación al balonmano. Madrid. FEBM.
- Rodríguez, D.; García, A.; Ruiz, F. y Casado, C. (2001). La iniciación al balonmano en el medio escolar.
- En Ruiz, F; García, A. y Casimiro, A. Nuevas tendencias metodológicas. La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos. Madrid. Gymnos.
- Varios (1991). Balonmano. Madrid. COE.

#### PARTE II: BALONCESTO

- Alarcón, F. (2008). Incidencia de un programa de entrenamiento para la mejora táctica colectiva del ataque posicional de un equipo de baloncesto masculino. Tesis doctoral no publicada. Universidad de





Granada.

- Cárdenas, D. y Pintor, D. (2001). La iniciación al baloncesto en el medio escolar. En F. Ruiz, A. García y J. Casimiro, la iniciación deportiva basada en los deportes colectivos. Madrid, Editorial Gymnos.
- Cárdenas, D., Piñar, M.I. y Vaquero, C. (2001). Minibasquet ¿Un deporte adaptado a los niños? *Clinic*: octubre, 4-11.
- Torres Martín, C. (coord). (2006). La formación del educador deportivo en baloncesto. Sevilla: Wanceulen.
- Del Río, M. (1998). Metodología del baloncesto. Barcelona: Paidotribo.
- Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (1999). Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto Huelva: Diputación de Huelva.
- Jordane, F. y Martín, J. (1999). Baloncesto. Bases para el alto rendimiento. Barcelona: Hispano Europea.
- Federación Española de Baloncesto. (2008). Reglas oficiales de baloncesto. Madrid: FEB.
- Giménez F. J. y Sáenz-López P. (1999). Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto/ Huelva: Diputación Provincial de Huelva.

### PARTE III: GIMNASIA RÍTMICA

- Albizu, S. M. (2001). *Fundamentos de la gimnasia rítmica: mitos y realidades*. Gymnos.
- Amengual, M., & Lleixà, T. (2011). La creatividad motriz en gimnasia rítmica deportiva en edad escolar motor Creativity and rhythmic gymnastics in school age. *International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 11(43), 548-563.
- Ávila-Carvalho, L., Lebre, E., & Ródenas, M. L. P. (2011). Estudio del valor artístico de los ejercicios de conjunto de Gimnasia Rítmica de la Copa del Mundo de Portimão 2007 y 2008/Study of the Artistic Value of the Group Exercises at the Portimão Rhythmic Gymnastics World Cup in 2007 and 2008. *Apunts. Educació física i esports*, (103), 68.
- Barta, A., & Duran, C. (1996). 1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva. *Colección Deporte, Paidotribo, Barcelona, España*.
- Bobo, M., & Sierra, E. (1998). Gimnasia rítmica deportiva: adiestramiento e competición. *Santiago de Compostela: Lea*.
- Bompa, T. O. (2003). *Periodización. Teoría y metodología del entrenamiento*. Editorial Hispano Europea.
- Fairen, M. F., & Villarreal, J. M. B. (2009). El niño y el deporte. *Ene*.
- FIG (2015). *Código de puntuación 2013-2016*.
- FIG (2015). *Symbol Tables 2013-2016*.
- FIG (2015). *Adjustements valid 2013-2016*.
- FIG (2015). *Help desk June 2015*.
- Hernández Díaz, P. E. (2007). Flexibilidad: evidencia científica y metodología del entrenamiento. *PubliCE Standard*.
- Llobet, A. C. (1998). *Gimnasia rítmica deportiva: Teoría y práctica*. Paidotribo.
- López-Benedicto, A., Franco, L., & Terreros, J. (1991). Gimnasia rítmica: evolución fisiológica y antropométrica en una temporada. *Archivos de medicina del deporte*, 8(30), 127-133.
- Mena Ramos, R. (2010). *Orientaciones metodológicas para desarrollar la preparación física (fuerza) en las gimnastas de Gimnasia Rítmica* (Doctoral dissertation, Tesis en opción al título de Maestría en Metodología del Entrenamiento. La Habana. ISCF "Manuel Fajardo").
- Ortega, A. M. (2005). Bases fisiológicas y metodológicas del entrenamiento de la flexibilidad. *Comunicaciones técnicas*, (1), 49.
- Seoane, Á. P. (2013). Influencia del ciclo menstrual en la flexibilidad en natación



sincronizada. *AGON*, 3(2), 53-59.

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Evaluación y prescripción del ejercicio. (1996). Evaluación y prescripción del ejercicio (p. 278). Editorial Paidotribo.
- Prescripción de ejercicio físico para la salud. (2005). Prescripción de ejercicio físico para la salud (p. 488). Paidotribo Editorial.
- Determinantes de la práctica de actividad física. (2006). Determinantes de la práctica de actividad física. bases, fundamentos y aplicaciones (p. 272). Librería-Editorial Dykinson.
- Nutrición para la salud, la condición física y el deporte. (2003). Nutrición para la salud, la condición física y el deporte (p. 502). Editorial Paidotribo.
- Ejercicios desaconsejados en la actividad física. (2000). Ejercicios desaconsejados en la actividad física. detección y alternativas (p. 240). Inde.

#### ENLACES RECOMENDADOS

##### PARTE I: BALONMANO

- [www.rfebm.net](http://www.rfebm.net)
- [www.asobal.es](http://www.asobal.es)
- [www.ihf.org](http://www.ihf.org)

##### PARTE II: BALONCESTO

**Federación Española de Baloncesto** Información de selecciones nacionales, reglas baloncesto FIBA 2004 (en sección árbitros), sección para entrenadores.

**Canastad3.com** Nueva página de Baloncesto que muestra todos los detalles del basket mediante animaciones; desde el propio juego, entrenamiento, arbitraje, "scouting", etc.

**Baloncesto formativo** Una web, dedicada exclusivamente a los entrenadores de categorías inferiores. Hay de todo: publicaciones recomendadas, links... Su autor es el profesor argentino Pablo Alberto Esper Di Cesare, autor del libro "Baloncesto Formativo" en formato digital, completamente gratuito y de gran interés. Incluye una biblioteca virtual y una interesantísima colección de artículos de diferentes autores.

##### PARTE III: GIMNASIA RÍTMICA

[www.fitrit.com](http://www.fitrit.com), [www.rfegimnasia.es](http://www.rfegimnasia.es), [www.fig-gymnastics.com](http://www.fig-gymnastics.com), <http://almudenacid.com/olympia/>.



## METODOLOGÍA DOCENTE

PARTE I y II: BALONCESTO y BALONMANO:

| ACTIVIDAD FORMATIVA                       | % ECTS | CARÁCTER    |
|---|--------|-------------|
| Clases presenciales con método expositivo | 10     | Obligatorio |
| Trabajos en pequeños grupos/seminarios    | 15     | Obligatorio |
| Clases practicas                          | 60     | Obligatorio |
| Tutorías en pequeños grupos               | 5      | Obligatorio |
| Tutorías individuales                     | 2      | Voluntario  |
| Evaluación                                | 8      | Obligatorio |

Actividades en grupos:

Clases teóricas presenciales:

- Carácter: Obligatorio
- Descripción: Presentación en el aula de los conceptos fundamentales y desarrollo de los contenidos propuestos
- Propósito: Transmitir los contenidos de la materia motivando al alumnado a la reflexión, facilitándole el descubrimiento de las relaciones entre diversos conceptos y formarle una mentalidad crítica.

Clases prácticas presenciales:

- Carácter: Obligatorio  
Descripción: Aplicación de los procesos de enseñanza y aprendizaje relacionados con los contenidos de las materias para la adquisición de las habilidades específicas de cada especialidad deportiva.

Seminarios y/o Trabajos en pequeños grupos:

- Carácter: Obligatorio  
Descripción: Modalidad organizativa de los procesos de enseñanza y aprendizaje donde tratar en profundidad una temática relacionada con la materia y en los que el enfoque se centrará en la adquisición y aplicación específica de habilidades instrumentales sobre una determinada temática incorporando actividades basadas en la indagación, el debate, la reflexión y el intercambio.
- Propósito: Desarrollo en el alumnado de las competencias conceptuales e instrumentales/procedimentales de la materia.

Tutorías académicas y evaluación:

- Carácter: Obligatorio
- Descripción: manera de organizar los procesos de enseñanza y aprendizaje que se basa en la interacción directa entre el estudiante y el profesor
- Propósito: 1) Orientan el trabajo autónomo y grupal del alumnado, 2) profundizar en distintos aspectos de la materia y 3) orientar la formación académica-integral del estudiante.



Estudio y trabajo autónomo y en grupo:

- Descripción: a) Actividades (guiadas y no guiadas) propuestas por el profesor/a a través de las cuales y de forma individual o de forma grupal se profundiza en aspectos concretos de la materia posibilitando al estudiante avanzar en la adquisición de determinados conocimientos y procedimientos de la materia. b) Estudio individualizado de los contenidos de la materia. c) Actividades evaluativas (informes, exámenes, ...)
- Propósito: 1) Favorecer en el estudiante la capacidad para autorregular su aprendizaje, planificándolo, diseñándolo, evaluándolo y adecuándolo a sus especiales condiciones e intereses. 2) Favorecer en los estudiantes la generación e intercambio de ideas, la identificación y análisis de diferentes puntos de vista sobre una temática, la generalización o transferencia de conocimiento y la valoración crítica del mismo.

En todos los casos se aprovecharán los recursos tecnológicos disponibles para el intercambio de información y tutorización virtual permanente del alumnado.



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES

| Primer cuatrimestre  | Temas del temario | Actividades presenciales  |                            |                              |                             |                  | Actividades no presenciales  |            |
|--|-------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------|--|------------|
|  |                   | Sesiones teóricas (horas) | Sesiones prácticas (horas) | Seminarios prácticos (horas) | Tutorías colectivas (horas) | Exámenes (horas) | Estudio y trabajo individual del alumno y trabajo en grupo (horas) |            |
| 1ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 2ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 3ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 4ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 5ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 6ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 7ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 8ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 9ª SEMANA  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 10ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 11ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 12ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 13ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 14ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| 15ª SEMANA   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
| <b>Total horas</b>   |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  | <b>120</b> |
| <b>EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)</b> |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |
|  |                   |                           |                            |                              |                             |                  |  |            |



## PARTE I y II. BALONMANO Y BALONCESTO.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- **Modalidad A: Evaluación continua**

Las clases serán teórico prácticas siendo la asistencia a las mismas obligatoria, y será requisito indispensable para probar la asignatura la asistencia a más del 80% de las clases prácticas.

**EVALUACIÓN:** Superación de la parte teórica y practica de la asignatura, presentación y elaboración adecuada de los trabajos complementarios solicitados.

- La calificación de la asignatura se obtendrá de la suma de las valoraciones de los contenidos Teórico - Prácticos + Ensayo-Comentario (80%) y de un trabajo final (20%).

### 1. CONTENIDOS TEÓRICO - PRÁCTICOS + ENSAYO/COMENTARIO (80% de la calificación):

**EXÁMENES TEÓRICO - PRÁCTICOS (85%):** Habrá un examen parcial de cada deporte (Balonmano y Baloncesto)

Los exámenes constarán de una serie de preguntas de tipo teórico donde se evaluarán los contenidos conceptuales vistos durante las clases y una prueba práctica donde se plantearán situaciones y ejercicios relacionados con la técnica y distintas situaciones de juego.

Para obtener una calificación que permita superar la asignatura en su totalidad, será necesario obtener una nota mínima de cinco (5,00) en los exámenes de cada deporte.

Los parciales (en el caso de que los haya) permitirán liberar de la materia la parte impartida hasta el momento de su realización. En caso de no superar la materia en los exámenes parciales, el examen final abarcará el contenido de toda la asignatura.

**ENSAYO - COMENTARIO (15%):** Además de la realización del examen teórico - práctico el alumno deberá realizar la traducción y comentario de algún texto, artículo o noticia relevantes relacionados con el deporte desde la óptica de la asignatura.

La calificación alcanzada equivaldrá al 80% de la nota final total de la asignatura (Baloncesto y Balonmano).

### 2. - TRABAJO FINAL (20% de la calificación final):

Realización de un trabajo final que consistirá en el diseño de un estudio, recopilación de información y presentación de un proyecto de investigación relacionado con algún contenido de la asignatura, entrega de un informe de investigación y exposición del mismo al resto de compañeros.

El objeto de estudio deberá ser consensuado previamente con el profesor y deberá estar referido principalmente a los siguientes temas o tópicos:

- MATCH ANALYSIS. Patrón de actividad en algunos de los deportes estudiados en la asignatura.
- TIME MOTION ANALYSIS. Análisis espacio temporal algunos de los deportes estudiados en la asignatura.
- Observación y análisis de las conductas o interrelaciones entre jugadores en unidades de competición (aspectos tácticos).
- Observación y análisis de gestos técnicos específicos de algunos de los deportes estudiados en la asignatura.
- Desarrollo de unidades didácticas y progresiones de ejercicios posibles de aplicación para el desarrollo y mejora de diferentes fundamentos técnico - tácticos.

Otros temas que podrían ser objeto de estudio:

- Diseño y desarrollo de una hoja de observación para controlar parámetros de una sesión de entrenamiento.
- Análisis práctico de las reglas de juego. Variaciones de las reglas de juego por categorías.
- Búsqueda bibliográfica sobre un tema relativo a la asignatura. Artículos específicos, revistas,



etc.

- Seguimiento de un mesociclo de entrenamiento de algún equipo profesional de la ciudad. Tomar datos de las sesiones de entrenamiento, entrevistas al entrenador y jugadores, análisis de la programación y de las sesiones, etc.
- Análisis en vídeo de la dirección de equipos de las categorías base, entrenamientos y competición, errores, aciertos, etc.
- Estudio de las instalaciones públicas y privadas y el equipamiento de nuestra ciudad para la práctica de estos deportes. La práctica de los deportes en Melilla, Federaciones, Escuelas deportivas, Centros escolares, importancia de la ciudad autónoma, etc.
- Organigrama de la dirección y tecnificación de los diferentes deportes en nuestra ciudad.
- Otras posibilidades: Balonmano playa, fútbol playa, pequebasket, balonkorf, etc.

La elección del tema deberá ser comentada, consensuada y aprobada con por el profesor.

La calificación alcanzada equivaldrá al 20% de la nota final de la asignatura. El trabajo se estructurará teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

Individual y superior a 25 folios escritos por una cara, a un espacio y medio, paginados y encuadernados. Deberán ser presentados a máquina u ordenador debiendo ser acompañados de un disquete indicando el programa utilizado.

Los apartados del mismo se entregarán y explicarán debidamente en clase.

Los alumnos/as que no presenten el mismo, o lo hagan a mano, no podrán presentarse a la convocatoria de junio, siendo igualmente obligatoria la presentación del mismo para obtener derecho al examen de Septiembre.

3.- **SESIONES PRÁCTICAS:** Las clases serán teórico prácticas siendo la asistencia a las mismas obligatoria, aquellos alumnos que falten a más del 20% de las clases prácticas tendrán suspendida la asignatura de manera automática.

Estos alumnos deberán superar en Septiembre el examen teórico - práctico, presentar el ENSAYO-COMENTARIO y estarán obligados a presentar, exponer y defender el TRABAJO FINAL que deberá ser consensuado con el profesor y que nunca será inferior a 45 folios.

**Criterios y aspectos a evaluar:**

- 1) Nivel de adquisición y dominio de los conceptos teórico-prácticos básicos de cada materia.
- 2) Nivel de adecuación, riqueza y rigor en los procesos de trabajo individual y en grupo.
- 3) La actitud demostrada en el desarrollo de las clases.

Para los estudiantes que no asumen el Modelo A de evaluación continua es necesario destacar que todo alumno matriculado en la asignatura tiene derecho a examen en convocatoria ordinaria y extraordinaria.

• **Modalidad B (evaluación única final):**

1. Elaboración y entrega de todos los trabajos y propuestas realizados en la modalidad A (sin exigencia de asistencia mínima).

2. Examen.

El examen será teórico-práctico de toda la materia impartida, y se realizará en las fechas previstas por el Decanato.

Estos alumnos deberán superar tanto el examen teórico - práctico, como presentar el ENSAYO-COMENTARIO y estarán obligados a presentar, exponer y defender el TRABAJO FINAL que deberá ser consensuado con el profesor y que nunca será inferior a 45 folios.

3. El alumno debe solicitar la "evaluación final" en secretaría los primeros 10 días de haberse matriculado.





### PARTE III. GIMNASIA RÍTMICA

| ACTIVIDAD FORMATIVA                       | % ECTS | CARÁCTER    |
|---|--------|-------------|
| Clases presenciales con método expositivo | 10     | Obligatorio |
| Trabajos en pequeños grupos/seminarios    | 15     | Obligatorio |
| Clases practicas                          | 60     | Obligatorio |
| Tutorías en pequeños grupos               | 5      | Obligatorio |
| Tutorías individuales                     | 2      | Voluntario  |
| Evaluación                                | 8      | Obligatorio |

#### ACTIVIDADES EN GRUPOS:

##### Clases teóricas presenciales:

- Carácter: Obligatorio.
- Descripción: Presentación en el aula de los conceptos fundamentales y desarrollo de los contenidos propuestos.
- Objetivos:
  1. Transmitir los contenidos de la materia motivando al alumno a la reflexión.
  2. Desarrollar la capacidad de acceso y gestión de la información, además de destrezas informáticas y telemáticas para ello.
  3. Adquirir la capacidad de análisis y síntesis de la información.

##### Trabajos en pequeños grupos/ seminarios:

- Carácter: Obligatorio.
- Descripción: Desarrollo de actividades formativas encaminadas hacia un aprendizaje por descubrimiento guiado.
- Objetivos:
  1. Lograr una buena comunicación tanto oral como escrita y una buena capacidad de crítica y autocrítica.
  2. Fomentar el trabajo en equipo, y la autonomía en el aprendizaje.
  3. Desarrollar competencias para la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.



#### Clases prácticas:

- **Carácter:** Obligatorio.
- **Descripción:** Aplicación de los procesos de enseñanza y aprendizaje relacionados con los contenidos de la materia para la adquisición de las habilidades específicas de la especialidad deportiva.
- **Objetivos:**
  1. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.
  2. Identificar los riesgos que se derivan para la salud de una práctica de actividad física inadecuada.
  3. Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza aprendizaje de habilidades específicas deportivas con atención a las características individuales.
  4. Analizar gestos técnicos detectando los errores básicos descubriendo las posibles causas que lo provocan.

#### Tutorías en pequeños grupos:

- **Carácter:** Obligatorio.
- **Descripción:** Ayuda a los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje guiado profundizando en los conceptos de la materia.
- **Objetivos:**
  1. Favorecer la interacción profesor-alumnado para un mejor proceso de aprendizaje.
  2. Crear una base de criterios de crítica y autocrítica constructiva.
  3. Promover el análisis y síntesis de los diferentes contenidos proporcionando diferentes puntos de vista y transversalidad de la materia.

#### Tutorías individuales:

- **Carácter:** Obligatorio.
- **Descripción:** Ayuda a los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje guiado de una forma individualizada, profundizando en los conceptos de la materia.
- **Objetivos:**
  1. Orientar al alumno hacia un mejor aprendizaje de la materia.
  2. Proporcionar recursos y materiales hacia un mejor conocimiento.
  3. Crear un ambiente individualizado y adaptado a las necesidades propias del alumno en su proceso de aprendizaje.

#### Evaluación:

- **Carácter:** Obligatorio.
- **Descripción:** Aplicación de los sistemas de evaluación adecuados para una valoración de los procesos de enseñanza-aprendizaje.
- **Objetivos:**
  1. Establecer criterios de evaluación adecuados las competencias de la materia.
  2. Ofrecer diferentes herramientas de evaluación y autoevaluación.
  3. Lograr en el alumnado una capacidad de crítica y autorcita adecuada a las competencias requeridas en la materia.



### PARTE III: GIMNASIA RÍTMICA

#### CRITERIOS DE EVALUACION

- **Modalidad A: Evaluación continua**

Sera imprescindible la asistencia al 80% de las sesiones prácticas y teóricas para poder ser evaluado. Para poder promediar las partes, será imprescindible superar cada una por separado siendo el 5 la nota mínima para aprobar cada una de ellas.

| SISTEMA DE EVALUACIÓN   | CALIFICACIONES (% NOTA) |
|---|-------------------------|
| Presentación de trabajos y proyectos  | 30%                     |
| Pruebas de ejecución de tareas reales o simuladas                                 | 40%                     |
| Actividades académicas a las que les corresponde un porcentaje de la calificación | 10%                     |
| Proyecto creativo   | 10%                     |
| Pruebas escritas objetivas de elección, Autoevaluación.                           | 10%                     |

- **Modalidad B: Evaluación única**

1. Elaboración y entrega de todos los trabajos y propuestas realizados en la modalidad A (sin exigencia de asistencia mínima).
2. Examen: El examen será teórico-práctico de toda la materia impartida, y se realizará en las fechas previstas por el Decanato.
3. El alumno debe solicitar la "evaluación final" en secretaría los primeros 10 días de haberse matriculado.

**“Para que esta evaluación se lleve a cabo deben completarse los tres puntos mencionaos sin excepción”**

#### **EVALUACIÓN FINAL DE LA ASIGNATURA FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES II:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN: Evaluación: para poder promediar las partes de la asignatura, será imprescindible superar cada una de las partes por separado, siendo el 5 la nota mínima para aprobar cada una de ellas.

| PARTE DE LA ASIGNATURA | Calificación (% nota) |
|------------------------|-----------------------|
|------------------------|-----------------------|

|              |         |
|--------------|---------|
| BALONCESTO I | 33.33 % |
|--------------|---------|

|             |         |
|-------------|---------|
| BALONMANO I | 33.33 % |
|-------------|---------|

|                    |         |
|--------------------|---------|
| GIMNASIA RÍTMICA I | 33.33 % |
|--------------------|---------|

El 0,01% restante se computará como nota de partida de cada alumno en el comienzo de la Asignatura.

Nota: Para poder conseguir una Matricula de Honor será condición indispensable tenerla en al menos dos partes de la Asignatura.



**INFORMACIÓN ADICIONAL**

## Parte III: Gimnasia Rítmica

| CALIFICACIÓN % | SISTEMA DE AVALUACIÓN                             | COMPETENCIAS  |
|----------------|---|---|
| 30%            | Presentación de trabajos y proyectos              | <ul style="list-style-type: none"><li>-Capacidad de organización y planificación.</li><li>-Comunicación oral y escrita.</li><li>-Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma.</li><li>-Autonomía en el aprendizaje</li><li>-Motivación por la calidad</li><li>-Capacidad de aplicar los conocimientos a la práctica.</li><li>-Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la A.F. y D.</li></ul>   |
| 40%            | Pruebas de ejecución de tareas reales o simuladas | <ul style="list-style-type: none"><li>-Comunicación oral y escrita.</li><li>-Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma.</li><li>-Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la A.F. y D.</li><li>-Ejecutar suficientemente las técnicas básicas de la gimnasia rítmica.</li><li>-Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.</li><li>-Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de entrenamiento y de actividades físico deportivas.</li><li>-Diseñar y dirigir tareas progresivas para el aprendizaje de las habilidades específicas deportivas en el ámbito recreativo, educativo y de iniciación deportiva</li><li>-Ejecutar suficientemente las técnicas básicas de la gimnasia rítmica</li></ul> |



|     |   |   |
|-----|---|---|
| 10% | Actividades académicas a las que les corresponde un porcentaje de la calificación | -Motivación por la calidad  |
| 10% | Proyecto creativo   | -Capacidad de organización y planificación<br>-Destrezas informáticas y telemáticas<br>-Capacidad de trabajo en equipo --Autonomía en el aprendizaje<br>-Capacidad de creatividad<br>-Motivación por la calidad<br>-Capacidad de aplicar los conocimientos a la práctica. |
| 10% | Pruebas escritas objetivas de elección, Autoevaluación.                           | -Capacidad de trabajo en equipo<br>-Capacidad de aplicar los conocimientos a la práctica.   |

