

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

## SÍLABO

### I. INFORMACIÓN GENERAL

- |                                      |   |  |
|--------------------------------------|---|--|
| 1.1. Programa de estudio profesional | : | Educación física y deportes  |
| 1.2. Curso virtual                   | : | Gimnasia Artística   |
| 1.3. Semestre                        | : | 2021 – II  |
| 1.4. Régimen                         | : | Regular  |
| 1.5. Código                          | : | PCFD0326   |
| 1.6. Área curricular                 | : | Formación pedagógica profesional de especialidad   |
| 1.7. Créditos                        | : | 03   |
| 1.8. Horas de teoría y de práctica   | : | 05 – T:1 y P:4   |
| 1.9. Promoción y sección             | : | 2019 – F1, F2 y F3.  |
| 1.10. Horario                        | : | Martes– Jueves   |
| 1.11. Duración                       | : | 16 semanas: 06 de Setiembre del 2021 al 16 de Diciembre 2021   |
| 1.12. Docente                        | : | Mg. Manuel Felipe Álvarez Espinoza.<br>Lic. David Dagoberto Timoteo Chero  |
| 1.13. E – mail                       | : | <a href="mailto:malvarez@une.edu.pe">malvarez@une.edu.pe</a><br><a href="mailto:dtimoteo@une.ude.pe">dtimoteo@une.ude.pe</a> |
| 1.14. Director de Departamento       | : | Mg. Moisés Alberto Villena Rojas   |

### II. SUMILLA

La asignatura de Gimnasia Artística, comprende el dominio y metodología de enseñanza de los elementos y aparatos gimnásticos Mano libre, caballo de saltos, viga de equilibrio, barras paralelas, barra fija, caballo con arzones barras asimétricas. Tiene como prerrequisito el curso de gimnasia educativa

En este ciclo se ha seleccionado como valores para ser trabajados a manera de temas transversales: Responsabilidad y Respeto como aspectos permanentes a lo largo del desarrollo del ciclo.

### III. OBJETIVOS

#### 3.1 Perfil del Área de formación profesional de especialidad.

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



## FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Demostrar una sólida formación pedagógica que le permita comprender y solucionar problemas relacionadas con el desarrollo de las capacidades motrices básicas y la expresión corporal, del niño y del adolescente

### 3.2. Objetivo general del curso.

Dotar a los futuros profesores de educación física con las herramientas necesarias para su desempeño laboral óptimo, básicamente con aquellas relacionadas con la gimnasia artística como un proceso de orientación y encauzamiento de las capacidades innatas del individuo en la búsqueda del bienestar y progreso del hombre y las sociedades humanas, considerando el objetivo de perfeccionar e incrementar dichas capacidades, contribuyendo a la formación de una mejor personalidad.

### IV. PROGRAMACIÓN DE LAS UNIDADES DE APRENDIZAJE

4.1 UNIDAD I:		CLASIFICACIÓN GENERAL DE LA GIMNASIA.		Nº semanas	4
Objetivos específicos		4.1.1. Analizar las diversas variedades de la gimnasia y conocer de cada uno de ellas la importancia en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes.			
Nº semana	Contenidos	Actividades/Estrategias virtuales		Recursos didácticos y herramientas digitales	Producto de aprendizaje
		Del docente	Del estudiante		
Semana 1	Reconocimiento del Aula Virtual. Presentación del Silabo. Interacción entre el docente y alumnos. Foro sencillo. Definición y clasificación de la gimnasia. Importancia de la Gimnasia como medio de la educación Física. Definiciones sobre la Gimnasia Artística Metodología de la Gimnasia Artística	Presentación del curso en videoconferencia.	Revisión de recursos del aula virtual. Entornos virtuales: asincrónicos y Sincrónicos: videoconferencia.	Aula virtual Equipo multimedia Power Point Word, pdf Aplicativo: Google Meet Lecturas Repositorio Biblioteca digital une.edu.pe	Revisión de recursos del curso. Participación en videoconferencia de orientación.

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



## FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Semana 2	Identifica las características y métodos de una sesión de clase de Gimnasia Artística en hombre y mujeres. Estudia los diferentes métodos de la Gimnasia Artística.	Presentación PPT: clasificación de la gimnasia	Análisis del PPT Entorno virtual asincrónico. Foro 1.	Aula virtual Revisión referencias virtuales	Participación en FORO 1: Clasificación general de la gimnasia
Semana 3	Analiza las técnicas de preparación de la Gimnasia Artística. Interpreta los procesos de evaluación de la Gimnasia Artística				
Semana 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gimnasia artística, Vídeos gimnasia artística (Varones)</li> <li>Gimnasia artística, Vídeos gimnasia artística (Damas)</li> </ul>	Presentación del tema Vídeos	Análisis de la clasificación general de la gimnasia (Damas y varones)	Aula virtual Equipo multimedia Rúbrica de foro PPT.	Presentación de TAREA: actividad 1. Participación en videoconferencia
Valores y actitudes	Respeto. Respeta las normas de convivencia adoptadas en el reglamento de uso del aula virtual Responsabilidad: cumple con las tareas asignadas en el aula virtual.				
Referencias	Echezarreta José 2004. Apuntes del curso de entrenadores de la Habana Cuba. Federación Internacional de Gimnasia 2014. Reglamento Técnico de Gimnasia. FIG				

<b>4.2 UNIDAD II: GIMNASIA ARTÍSTICA: MANOS LIBRES</b>		<b>Nº semanas</b>	<b>4</b>
Objetivos específicos	4.2.1 Analizar y ejecutar los elementos de la gimnasia a Manos Libres		

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Enrique Guzmán y Valle

"Alma Mater del Magisterio Nacional"



## FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

N° semana	Contenidos	Actividades/Estrategias virtuales		Recursos didácticos y herramientas digitales	Producto de aprendizaje
		Del docente	Del estudiante		
Semana 5	Experimenta ejercicios a manos libres, codificados, series y desplazamientos	Google Meet: Videoconferencia de orientación	Participación, entorno virtual sincrónico: Google Meet Actividad 2	Videos	Participación en videoconferencia
Semana 6	Metodología de Enseñanza del rodamiento adelante y rodamiento hacia atrás.	Video sobre el tema Lectura	Participación, entornos virtuales asincrónicos Foro 2	Aula virtual Videos.	Participación en FORO 2.
Semana 7	Metodología de Enseñanza de la vertical invertida con 3 y 2 apoyos	Videos del Tema	Participación entorno virtuales asincrónico: Google Meet		
Semana 8	Metodología de enseñanza de la Media Luna o Voltereta lateral o Aspa de Molino y el Rondó	Videos del tema	Participación entorno virtuales asincrónico: Google Meet	Aula virtual Videos You Tube	Comentarios de videos observados
Semana 8	Metodología de enseñanza de la Rondó o Rondada. <b>EVALUACIÓN PARCIAL</b>	Evaluación	Demostración, drill gimnástico.	Aula virtual Video	Actividad 2:
Valores y actitudes	Respeto. Respeta las normas de convivencia adoptadas en el reglamento de uso del aula virtual Responsabilidad: cumple con las tareas asignadas en el aula virtual.				
Referencias	w.w.w. ecured. Gimnasia artística				

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

4.3 UNIDAD III: GIMNASIA ARTÍSTICA: VIGA DE EQUILIBRIO Y BARRA FIJA				Nº semanas	4
Objetivos específicos		Analizar los elementos gimnásticos.			
Nº semana	Contenidos	Actividades/Estrategias virtuales		Recursos didácticos y herramientas digitales	Producto de aprendizaje
		Del docente	Del estudiante		
Semana 9	Aplica técnicas básicas en viga de equilibrio, asumiendo medios de asistencia.	Google Meet: Videoconferencia de orientación	Participación, entorno virtual sincrónico: Google Meet Actividad 3	Videos	Participación en videoconferencia
Semana 10	Aplica técnicas básicas, en la barra fija, asumiendo medios de asistencia	Video sobre el tema	Participación, entornos virtuales asincrónicos Actividad 3	Aula virtual Vídeos.	Participación en Actividad 3.
Semana 11	Desarrolla, series rutinas y progresiones gimnásticas en ambos aparatos	Videos del tema	Participación entorno virtuales sincrónico: Google Meet	Aula virtual You Tube	Comentarios de videos observados
Semana 12	Expone métodos adquiridos para cada modalidad.	Evaluación	Demostración, drill gimnástico con pelotas	Aula virtual Video	Actividad 3: Presentación del video: drill gimnástico con aros
Valores y actitudes	Respeto. Respetar las normas de convivencia adoptadas en el reglamento de uso del aula virtual Responsabilidad: cumple con las tareas asignadas en el aula virtual.				
Referencias	<a href="http://www.yashi.com.br/documentos/2017/CoP_WAG_2017-2020_ESP.pdf">http://www.yashi.com.br/documentos/2017/CoP_WAG_2017-2020_ESP.pdf</a>				

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Enrique Guzmán y Valle

"Alma Mater del Magisterio Nacional"



## FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

4.4 UNIDAD IV: GIMNASIA ARTÍSTICA: SALTOS EN EL TABURETE Y CABALLO DE SALTOS		Nº semanas	4		
Objetivos específicos		4.4.1 A Analizar elementos del Taburete y caballo de saltos.			
Nº semana	Contenidos	Actividades/Estrategias virtuales		Recursos didácticos y herramientas digitales	Producto de aprendizaje
		Del docente	Del estudiante		
Semana 13	Aplica técnicas básicas en saltos, con el taburete, asumiendo medios de asistencia.	Google Meet: Videoconferencia de orientación	Participación, entorno virtual sincrónico: Google Meet Actividad 4	Internet Laptop Modelos de Unidades	Participación en videoconferencia
Semana 14	Aplica técnicas básicas, en el caballo con arzones, asumiendo medios de asistencia,	Video sobre el tema Lectura	Participación, entornos virtuales asincrónicos Foro 3	Aula virtual Equipo multimedia Documentos en pdf Vídeos.	Participación en FORO 3.
Semana 15	Desarrolla, series rutinas y progresiones gimnásticas en ambos aparatos	Videos del tema	Participación entorno virtuales sincrónico: Google Meet	Aula virtual Equipo multimedia Documentos en pdf Vídeos.	Comentarios de videos observados
Semana 16	Evaluación Final	Evaluación		Aula virtual Equipo multimedia Google Meet	Actividad 4: Presentación del videos
Valores y actitudes	Respeto. Respeta las normas de convivencia adoptadas en el reglamento de uso del aula virtual Responsabilidad: cumple con las tareas asignadas en el aula virtual.				
Referencias	<a href="file:///C:/Users/usuario/Downloads/libroparadesallargimnasiaartistica-140423150327-phpapp01.pdf">file:///C:/Users/usuario/Downloads/libroparadesallargimnasiaartistica-140423150327-phpapp01.pdf</a>				

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

## V. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

### 5.1 Orientaciones Generales.

El curso se desarrollará mediante exposiciones virtuales explicativas, sincrónicas y asincrónicas a través de plataforma virtual de la UNE.

### 5.2 Recursos Didácticos.

#### Del Docente

**Métodos:** Exposiciones virtuales, asignación de actividades, foros.

**Medios:** Internet, Foros, videoconferencias

**Materiales y recursos.** Lecturas sobre Gimnasia Educativa, aula virtual, laptop, manual de plataforma virtual. Videos.

**Procedimientos:** accesos a la plataforma virtual, lectura, recojo y análisis de documentos de trabajo Videos y envío de tareas programadas con retroalimentación recurrente.

**En relación con responsabilidad social.** Se ha programado producción de videos referente a los temas tratados, uso de Google Meet.

**En relación con la investigación formativa en el curso,** se realizará un análisis de documentos referidos a la Gimnasia Educativa

**En relación con ética y practica de valores,** estas se realizarán de manera permanente a lo largo del ciclo, promoviendo su práctica y control a través de lista de escala de Likert mediante auto y heteroevaluación.

#### Del estudiante:

Mediante internet ingresando a la plataforma virtual de la UNE, uso de aplicativo Google Meet para participar en clase virtual, foros y envío de actividades.

## VI. ORIENTACIÓN DE EVALUACIÓN

### 6.1 Requisitos:

- Ingreso en un 70% mínimo a la plataforma virtual, según reglamento.
- Presentación de trabajos en las fechas indicadas.
- Participación en foros y videoconferencias.

### 6.2 Tipo de Evaluación:

- La evaluación será formativa de proceso y sumativa comprende:
  - Presentación de trabajo relacionado con la investigación formativa en la asignatura.
  - Entrega de trabajos como parte de la responsabilidad social del curso.
  - Promedio de aspectos: en rubros y práctica de valores (30%). Estas últimas incluidas dentro de actividades de espacios de comunicación sincrónica, de deliberación y entrega de tareas.
- Autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación, mediante:
  - Presentación de trabajos, estrategias de deliberación (foros), sustentación de trabajo final y práctica de actitudes programadas.

## UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



### FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

➤ Rubros de Evaluación.

Tipo de evaluación	Rubros de evaluación	Cantidad total	Peso %
Formativa: de proceso	Foros	4	30
	Actividades	4	30
Formativa: de resultado	Evaluación parcial	1	20
	Evaluación Final	1	20

## VII. LINKOGRAFÍA

[https://portalacademico.cch.unam.mx/sites/default/files/gimnasia\\_para\\_todos\\_pdf.pdf](https://portalacademico.cch.unam.mx/sites/default/files/gimnasia_para_todos_pdf.pdf)

<https://www.amazon.es/GIMNASIA-EDUCATIVA-Luis-AGOSTI/dp/B00EUASLNY>

[http://www.museodelaeducacion.gob.cl/648/articles-71288\\_archivo\\_01.pdf](http://www.museodelaeducacion.gob.cl/648/articles-71288_archivo_01.pdf)

URI: <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/2768>

<http://www.educacionyfp.gob.es/revista-de-educacion/dam/jcr:c8c9d3b6-8669-421b-8df8-d69aedcd90f8/1955re33estudios01-pdf.pdf>

[http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.685/ev.685.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.685/ev.685.pdf)

[https://nanopdf.com/download/gimnasia-educativa\\_pdf](https://nanopdf.com/download/gimnasia-educativa_pdf)

<https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/1939/1/TGT-464.pdf>

[https://es.wikipedia.org/wiki/Gimnasia\\_r%C3%ADtmica](https://es.wikipedia.org/wiki/Gimnasia_r%C3%ADtmica)

[http://media.specialolympics.org/soi/files/sports/Spanish\\_rhythmic/Rhythmic\\_Gymnastics\\_Rules.pdf](http://media.specialolympics.org/soi/files/sports/Spanish_rhythmic/Rhythmic_Gymnastics_Rules.pdf) REGLAMENTO DE LA G.A.R.D.

<https://estoegimnasia.wordpress.com/gimnasia-artistica-masculina-gam/gimnasia-artistica-masculina-reglamentos/> Reglamento de la Gimnasia Artística (Varones)

[http://www.yashi.com.br/documentos/2017/CoP\\_WAG\\_2017-2020\\_ESP.pdf](http://www.yashi.com.br/documentos/2017/CoP_WAG_2017-2020_ESP.pdf) Código de Puntuación en Gimnasia Artística.



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

**CALENDARIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEL CURSO DE GIMNASIA EDUCATIVA**

<b>Semana</b>	<b>Tema</b>	<b>Modalidad y Material</b>
Semana 1	Analizar las diversas variedades de la gimnasia y conocer de cada uno de ellas la importancia en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes.	Aula virtual. PPT Silabo Lectura Videoconferencia: Google Meet
Semana 2	Identifica las características y métodos de una sesión de clase de Gimnasia Artística en hombre y mujeres. Estudia los diferentes métodos de la Gimnasia Artística.	Aula virtual Tarea 1: Lectura
Semana 3	Analiza las técnicas de preparación de la Gimnasia Artística. Interpreta los procesos de evaluación de la Gimnasia Artística	Aula virtual. Lectura: Actividad 1. Clasificación general de la gimnasia
Semana 4	Gimnasia artística, Vídeos gimnasia artística (Varones) Gimnasia artística, Vídeos gimnasia artística (Damas)	Videos para su análisis correspondiente.
Semana 5	Experimenta ejercicios a manos libres, codificados, series y desplazamientos	Aula virtual PPT. Lecturas
Semana 6	Metodología de Enseñanza del rodamiento adelante y rodamiento hacia atrás.	Aula virtual Foro 2:

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

Semana 7	Metodología de Enseñanza de la vertical invertida con 3 y 2 apoyos	Aula virtual. Revisión del video
Semana 8	<b>Evaluación Parcial</b>	Plataforma UNE. Aula virtual.
Semana 9	Aplica técnicas básicas en viga de equilibrio, asumiendo medios de asistencia.	Aula virtual PPT Videoconferencia: Google Meet
Semana 10	Aplica técnicas básicas, en la barra fija, asumiendo medios de asistencia	Aula virtual PPT Formato de Unidad Foro 3
Semana 11	Desarrolla, series rutinas y progresiones gimnásticas en ambos aparatos	Aula virtual
Semana 12	Expone métodos adquiridos para cada modalidad.	Aula virtual video
Semana 13	Aplica técnicas básicas en saltos, con el taburete, asumiendo medios de asistencia.	Aula virtual Foro 4
Semana 14	. Aplica técnicas básicas, en el caballo con arzones, asumiendo medios de asistencia,	Aula virtual Videoconferencia: Google Meet
Semana 15	Desarrolla, series rutinas y progresiones gimnásticas en ambos aparatos	Aula virtual
Semana 16	<b>Evaluación Final</b>	Plataforma Virtual

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

*Enrique Guzmán y Valle*

*"Alma Mater del Magisterio Nacional"*



**FACULTAD DE PEDAGOGÍA Y CULTURA FÍSICA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

---

Ciclo: 2021 – II  
Manuel Felipe, Álvarez Espinoza  
David Dagoberto Timoteo Chero.