
	SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL I.E. GIMNASIO GRAN COLOMBIANO	PAG 1	
	GESTION DE CALIDAD PROCESO DE APOYO BIBLIOGRAFICO Y EDUCATIVO	A-BE-GS-2	
	GUIA DE APRENDIZAJE	V1 MAR. 2021	

ÁREA(S): EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NIVEL: BACHILLERATO

GRADO: NOVENO

FECHA DE PUBLICACIÓN: 12 DE JULIO 2021

FECHA DE ENTREGA: 25 JULIO 2021

OBJETIVO: Utilizar los ejercicios básicos de aprendizaje de la gimnasia como medio para el desarrollo de habilidades físicas y técnicas de éste deporte.

ESTÁNDAR: Por medio de la gimnasia y la aplicación guiada de ejercicios concernientes con su técnica, se potencian sus habilidades motoras gruesas y finas.

COMPETENCIA: Técnica básica de la gimnasia y su reglamentación.

DBA: Mejorar el proceso de desarrollo físico – motor por medio de la práctica de la gimnasia.

RESULTADO DE APRENDIZAJE ESPERADO: Mejoramiento de las habilidades físicas y técnicas concernientes al deporte a desarrollar (gimnasia), adquisición de conocimientos y comprensión de conceptos importantes dentro del deporte su historia y desarrollo.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA: FUNDAMENTOS TECNICOS DE LA GIMNASIA.

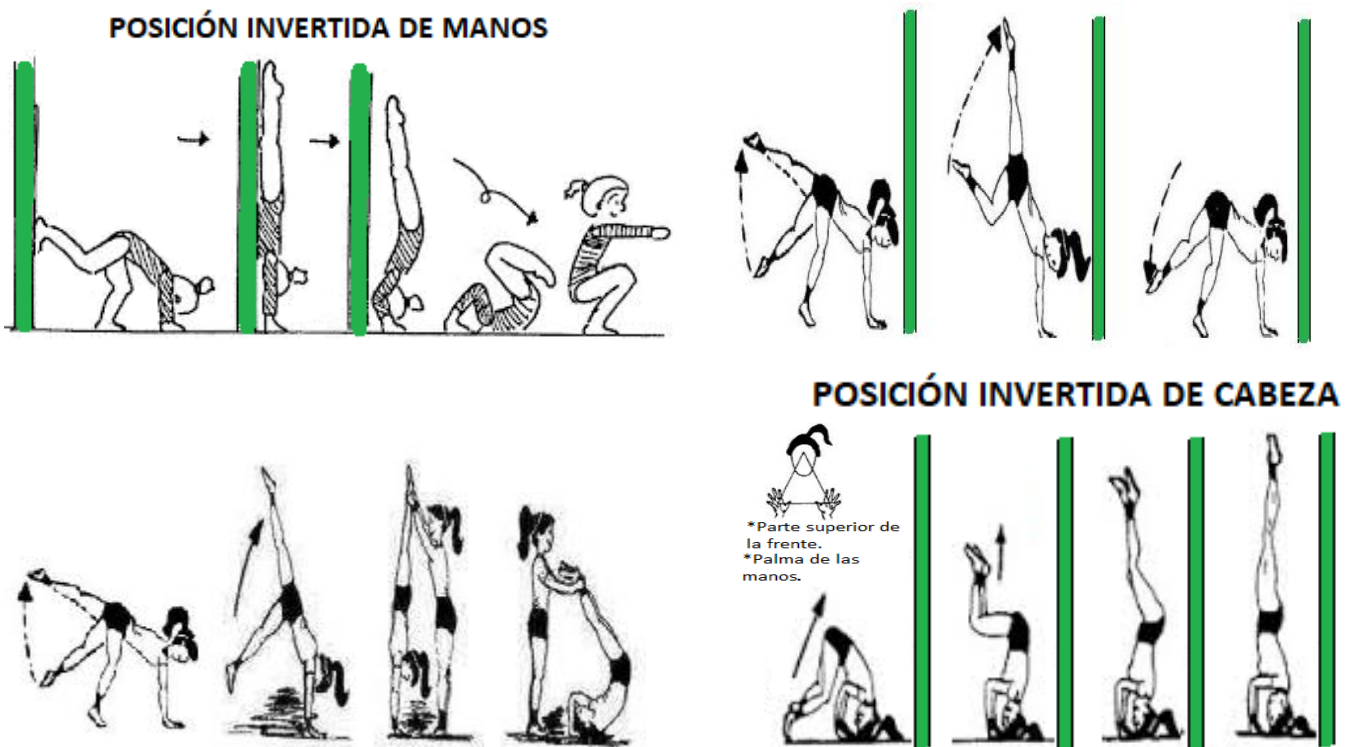
La competición: Los hombres compiten en seis aparatos: anillas, salto, paralelas, barra fija, caballo con arcos, y suelo. Las mujeres compiten en cuatro: barras asimétricas, barra de equilibrio, salto, y suelo. Hay competición individual, por equipos, y de forma separada en cada aparato. Cada gimnasta en la competición individual y por equipos tiene una sola actuación en cada aparato, salvo las mujeres en el salto que realizan dos, tomándose como resultado la media de ambos. Los gimnastas determinan el contenido del ejercicio, pero siempre teniendo en cuenta los tipos y dificultades de las técnicas que han de realizar.

Los jueces: Intervienen dos grupos de jueces. Uno de ellos, formado por dos jueces, califica la dificultad hasta un máximo de 10. El otro, compuesto por seis jueces, califica la ejecución técnica, deduciendo puntos a partir de la nota dada por los jueces de dificultad en función de las imperfecciones cometidas por el gimnasta. Se deduce 0,1 puntos por pequeños errores, 0,2 a 0,3 por errores medios, 0,4 por grandes fallos, y 0,5 en caso de caída. A diferencia de los jueces de dificultad, los de ejecución dan su nota de forma independiente. Se descartan la mayor y la menor, y se hace la media de las otras cuatro para obtener la nota final.

La puntuación: En la competición individual y por equipos se suman las puntuaciones logradas en cada aparato para determinar el resultado total. En la prueba individual los hombres pueden llegar hasta los 60 puntos y las mujeres hasta 40. Por equipos cuentan las cuatro mejores notas por lo que el máximo es de 240 y 160 respectivamente.

Rondas y finales: En la final individual compiten los 36 mejores gimnastas con un máximo de tres por nación. En la final de equipos actúan seis, y aunque cada equipo está formado por seis gimnastas sólo intervienen cinco en cada aparato. A las finales de cada aparato llegan los ocho mejores.

ACTIVIDAD A DESARROLLAR: Con ayuda de una pared y sobre una colchoneta, realice cada uno de los ejercicios con su correspondiente secuencia y plasme en un collage de fotografías el trabajo realizado. Se recomienda hacer estos mismos ejercicios por lo menos tres (3) veces por semana para afianzar su técnica deportiva. **No realice ningún ejercicio sin la supervisión de un adulto.**



CRITERIO(S) DE EVALUACIÓN:

1. Dibuje 5 ejercicios para lograr la fuerza de brazos.
2. Realice la evidencia fotográfica de los ejercicios trabajados.
3. Mencione el gimnasta olímpico con mayor número de medallas obtenidas.

TODAS LAS GUÍAS DEBEN CONTENER EN EL MOMENTO DEL ENVÍO LOS DATOS COMPLETOS DEL ESTUDIANTE (Número de guía, nombres y apellidos, curso).

DATOS DEL DOCENTE: Javier Arturo Chinome Jiménez

Dirección electrónica de envío de la guía de los estudiantes al docente: javier.chinome@gimnasiograncolombiano.edu.co o al classroom correspondiente