



CURSO AUTONÓMICO DE ENTRENADOR DE GIMNASIA RÍTMICA FEDERACIÓN DE GIMNASIA DE CASTILLA Y LEÓN

La Federación de Gimnasia de Castilla y León organiza el curso de Formación: "Entrenador Autonómico de Gimnasia Rítmica", que capacitará a los alumnos que lo superen para "ejecutar el entrenamiento deportivo en la Especialidad de Gimnasia Rítmica a grupos de gimnastas de nivel escolar", según la clasificación que actualmente rige la práctica de este deporte en nuestra comunidad.

Para la participación se exigirá una titulación mínima de Graduado en Educación Secundaria o equivalentes académicos. También podrán hacerlo las personas matriculadas en centros públicos o privados de la provincia de Valladolid, en estudios que permitan la obtención de dicho título durante el presente curso.

Se impartirá durante 52 horas, y los contenidos serán los correspondientes al Plan Formativo de esta especialidad publicados en el BOE, según resolución 7 de febrero de 2012 de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, adaptados al número de horas impartidas en cada materia; hacen referencia a la formación técnica del entrenador de Gimnasia Rítmica. En los demás aspectos que sean de aplicación, se estará a lo dispuesto en la orden ECD/158/2014 de 5 de febrero sobre actividades de formación deportiva. Se desarrollará en las materias de: Técnica Corporal, Cinta, Aro, Pelota, Mazas, Cuerda, Conjunto y Reglamento, según ANEXO I.

Al finalizar, la Federación de Gimnasia de Castilla y León extenderá un diploma a aquellas alumnas que superen todas las asignaturas y estén en posesión de la titulación académica mínima exigida. Dicho diploma reflejará las materias, contenidos y carga horaria. El resto recibirá un certificado de asistencia con la misma información, pero relativa a las materias superadas.

Fechas: se realizará los días del 28 febrero al 4 marzo y el 8 marzo de 2025, durante las cuales tendrá lugar una charla sobre Hábitos Saludables que se impartirá por personal del Ayuntamiento de Valladolid, y se decidirá otro día de los marcados.

Las clases se desarrollarán en instalaciones deportivas de la ciudad de Valladolid, debiendo aportar los inscritos los aparatos gimnásticos requeridos para las correspondientes clases.

HORARIO:

HOMANIO	•				
	Horario mañana	Horario tarde			
		REGLAMENTO			
28 febrero		Sala PRENSA. P. Pisuerga			
viernes		DE 16:00-21:00 HORAS			
04	PELOTA	ARO			
01 marzo sábado	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL			
Sabado	DE 09:00-14:00 HORAS	DE 16:00-21:00 HORAS			
02 marzo	CUERDA	CINTA			
domingo	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL			
domingo	DE 09:00-14:00 HORAS	DE 16:00-21:00 HORAS			
03 marzo	CONJUNTO	MAZAS			
lunes	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL			
lulies	DE 08:00 13:00 HORAS	DE 13:30-18:30 HORAS			
	TECNICA CORPORAL	TECNICA CORPORAL			
04 marzo martes	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL	POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL			
	DE 08:00-13:00 HORAS	DE 13:30-18:30 HORAS			
08 marzo sábado	DE 09.00-12:00 HORAS EXÁMENES				
	DE 12:00 a 14:00 HORAS HÁBITOS SALUDABLES				
	SALA DE PRENSA DE POLIDEPORTIVO PISUERGA				

POLIDEPORTIVO DE PARQUESOL

C/ PADRE LLANOS N.º 1

VALLADOLID

POLIDEPORTIVO PISUERGA

PLAZA MEJICO S/N

VALLADOLID

MATERIAS: SEGÚN ANEXO I.

FORMACIÓN TÉCNICA DEL ENTRENADOR DE GIMNASIA RÍTMICA.

1. Objetivos generales.

Proporcionar al alumno la competencia de:

"Promocionar, fomentar y realizar la iniciación básica de Gimnasia Rítmica, y acompañar y tutelar a los deportistas durante su participación en actividades y competiciones propias del deporte escolar o federado y conforme a la normativa que regula estas actividades".

2. Objetivos generales.

- -Conocer los elementos fundamentales de la técnica y la táctica de Gimnasia Rítmica.
- -Conocer la influencia de las capacidades condicionales y las cualidades perceptivomotrices en el aprendizaje de Gimnasia Rítmica.
- -Emplear la terminología específica de Gimnasia Rítmica.
- -Conocer la reglamentación básica de Gimnasia Rítmica.
- -Conocer las características de los materiales que intervienen en la práctica de Gimnasia Rítmica, así como su cuidado y mantenimiento.
- -Conocer las características de las instalaciones para la práctica deportiva.
- 3. Contenidos de la formación.
- -Características generales de la técnica de Gimnasia Rítmica.
- -Estudio de los gestos técnicos fundamentales de Gimnasia Rítmica.
- -Estudio de las tácticas básicas de Gimnasia Rítmica.
- -Las capacidades físicas condicionales y su relación con la ejecución técnica de Gimnasia Rítmica.
- -Las cualidades perceptivo-motrices y su relación con la ejecución técnica de Gimnasia Rítmica.
- -Reglamentos de Gimnasia Rítmica.
- -Materiales técnicos de Gimnasia Rítmica.
- -Características de las instalaciones donde se realiza la práctica de Gimnasia Rítmica.
- -Cuidado y mantenimiento preventivo del material específico y de las instalaciones.

EVALUACIÓN

Se harán las pruebas que determine el profesorado en cada una de las materias, al menos una será por escrito y se realizará a su finalización. Estas materias se calificarán numéricamente de 0 a 10, siendo positivas las obtenidas de 5 a 10 puntos, lo que significará su superación. La presencia será obligatoria en cada una de ellas, no

pudiendo ser objeto de evaluación aquellos alumnos con asistencia menor de un 80% de su horario, en cuyo caso recibirán la calificación de 0 puntos. Este porcentaje de asistencia se requerirá para superar cada una de las materias de que consta el curso.

Para aquellas materias no superadas se realizará una prueba extraordinaria, que será fijada a criterio del profesorado en cada una de ellas, no siendo posterior a un mes desde la finalización del curso.

TÉCNICA CORPORAL	CUERDA	ARO	PELOTA	MAZAS	CINTA	CONJUNTO	REGLAMENTO
Objetivos	Objetivos	Objetivos	Objetivos	Objetivos	Objetivos	Objetivos	Objetivos
formativos:	formativos:	formativos:	formativos:	formativos:	formativos:	formativos:	formativos:
a. Diseñar tareas de	a. Adquirir la	a. Adquirir la	a. Adquirir la	a. Adquirir la	a. Adquirir la	a. Describir las	a. Conocer la
enseñanza dirigidas	técnica y	técnica y	técnica y	técnica y	técnica y	generalidades y	reglamentación
al trabajo y logro de	metodología de	metodología de	metodología de	metodología de	metodología de	características	básica de la
la correcta postura	enseñanza de los	enseñanza de los	enseñanza de los	enseñanza de los	enseñanza de los	de la modalidad	especialidad
corporal.	elementos	elementos	elementos	elementos	elementos	de conjunto.	deportiva.
b. Identificar la	característicos del	característicos del	característicos	característicos del	característicos del	b. Emplear la	b. Identificar las
corrección postural	aparato.	aparato.	del aparato.	aparato.	aparato.	metodología	exigencias
del gimnasta.	b. Describir las	b. Describir las	b. Describir las	b. Describirlas	b. Describir las	apropiada a la	técnicas de nivel
c. Elaborar tareas de	progresiones	progresiones	progresiones	progresiones	progresiones	enseñanza y	promoción,
aprendizaje y mejora	pedagógicas que	pedagógicas que	pedagógicas que	pedagógicas que	pedagógicas que	aprendizaje de	escolar,
de la capacidad de	posibilitan el	posibilitan el	posibilitan el	posibilitan el	posibilitan el	la modalidad de	autonómico.
ritmo.	aprendizaje de los	aprendizaje de los	aprendizaje de	aprendizaje de los	aprendizaje de los	conjunto.	
d. Establecer	elementos básicos	elementos básicos	los elementos	elementos básicos	elementos	c. Reconocer	Contenidos:
progresiones de	característicos del	característicos del	básicos	característicos del	básicos	las exigencias	 Generalidades
enseñanza para los	aparato.	aparato.	característicos	aparato.	característicos del	técnicas básicas	del código de
elementos básicos de	c. Emplear la	c. Emplear la	del aparato.	c. Emplear la	aparato.	de la modalidad	puntuación.
los grupos	metodología	metodología	c. Emplear la	metodología	c. Emplear la	de conjuntos de	- Concursos y
corporales saltos,	apropiada a la	apropiada a la	metodología	apropiada a la	metodología	nivel escolar,	programas.
equilibrios, giros,	enseñanza y	enseñanza y	apropiada a la	enseñanza y	apropiada a la	autonómico y	– Jurados.
flexibilidad y onda.	aprendizaje de los	aprendizaje de los	enseñanza y	aprendizaje de los	enseñanza y	nacional de	 Modalidades de
e. Detectar y saber	elementos básicos	elementos básicos	aprendizaje de	elementos básicos	aprendizaje de los	iniciación.	juicio.
corregir los errores	del aparato.	del aparato.	los elementos	del aparato.	elementos	d. Diseñar una	- Practicable.
más comunes de	d. Distinguir los	d. Distinguir los	básicos del	d. Distinguir los	básicos del	composición de	- Aparatos
ejecución de los	defectos de	defectos de	aparato.	defectos de	aparato.	manos libres	(normativa FIG y
elementos básicos de	ejecución técnica,	ejecución técnica,	d. Distinguir los	ejecución técnica,	d. Distinguir los	con la	RFEG).
los grupos	saber	saber	defectos de	saber	defectos de	combinación de	 Atuendo de las
corporales saltos,	identificarlos,	identificarlos,	ejecución	identificarlos,	ejecución técnica,	elementos	gimnastas.

equilibrios, giros,	conocer sus	conocer sus	técnica, saber	conocer sus	saber	básicos.	- Disciplina.
flexibilidad y onda.	causas y aplicar	causas y aplicar	identificarlos,	causas y aplicar	identificarlos,		- Juez
f. Emplear la	los métodos y	los métodos y	conocer sus	los métodos y	conocer sus	Contenidos:	coordinador.
metodología	medios para su	medios para su	causas y aplicar	medios para su	causas y aplicar	_	- Ejercicios
apropiada a la	corrección.	corrección.	los métodos y	corrección.	los métodos y	Generalidades	individuales.
enseñanza y	e. Emplear la	e. Emplear la	medios para su	e. Emplear la	medios para su	(n.º de	 Ejecución.
aprendizaje de los	terminología	terminología	corrección.	terminología	corrección.	gimnastas,	Música.
elementos básicos de	específica de la	específica de la	e. Emplear la	específica de la	e. Emplear la	duración del	Técnica corporal.
los grupos	modalidad	modalidad	terminología	modalidad	terminología	ejercicio,	Técnica de
corporales saltos,	deportiva.	deportiva.	específica de la	deportiva.	específica de la	aparatos,	aparato.
equilibrios, giros,			modalidad		modalidad	colocación	– Dificultad (D).
flexibilidad y onda.	Contenidos:	Contenidos:	deportiva.	Contenidos:	deportiva.	sobre el	Dificultad
g. Emplear la	 Familiarización 	 Características 		 Características y 		practicable,	corporal.
terminología	con el aparato:	y normas del	Contenidos:	normas del	Contenidos:	atuendo de las	Grupos corporales
específica de la	sujeción, agarre,	aparato.	 Características 	aparato.	- Características	gimnastas).	obligatorios
modalidad deportiva.	ejecución.	 Familiarización 	y normas del	 Familiarización 	y normas del	- Conceptos	(GCO).
	- Elementos	con el aparato:	aparato.	con el aparato:	aparato.	básicos del	Generalidades.
Contenidos:	básicos de los	sujeción, agarre,	_	sujeción, agarre,	 Familiarización 	valor de	Grupos
 Criterios básicos 	grupos técnicos:	ejecución.	Familiarización	ejecución.	con el aparato:	dificultad.	fundamentales.
de la técnica	manejos	- Elementos	con el aparato:	- Elementos	sujeción, agarre,	 Dificultades 	– Dificultad de
corporal: trabajo	(balanceos,	básicos de los	sujeción,	básicos de los	ejecución.	con	aparato.
postural, alineación	circunducciones,	grupos técnicos:	ejecución.	grupos técnicos:	- Elementos	intercambio,	– Bases de los
corporal.	movimientos en	manejos	- Elementos	manejos	básicos de los	dificultad sin	distintos aparatos.
– Enseñanza e	ocho, velas,	(balanceos,	básicos de los	(balanceos,	Grupos técnicos:	intercambio.	– Normativa
iniciación en el ritmo	transmisiones,	circunducciones,	grupos técnicos:	circunducciones,	manejos	_	Nacional
y movimiento con	espirales), pasos a	movimientos en	manejos	movimientos en	(balanceos,	Colaboraciones.	Campeonatos de
secuencias de	través en salto,	ocho, impulsos,	(balanceos,	ocho,	circunducciones,	- Conceptos	base.
elementos	saltitos,	transmisiones),	circunducciones,	rodamientos,	movimientos en	básicos del	
corporales:	rotaciones,	rodamientos,	movimientos en	rotaciones,	ocho,	valor artístico.	
desplazamientos,	manejo de la	pasos a través,	ocho,	reimpulso, toques,	rodamientos,	- Sistemas y	
saltitos,	cuerda estirada,	rotaciones,	inversiones,	transmisiones),	rotación,	métodos de	

circunducciones, esc	aanadaa	rotaciones	rotaciones,	molinos,	raimpulca	enseñanza	
,	- · · I		transmisiones),	movimientos	reimpulso, transmisiones),	apropiados al	
_	uilibrio	alrededor del eje,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		* *	1 1	
1	estable,	pasos por encima	rodamientos,	asimétricos,	espirales,	aprendizaje de	
	nzamientos	del aparato,	rebotes,	pequeños círculos,	serpentinas,	la modalidad de	
`1	equeños y	equilibrio	equilibrio	equilibrio	equilibrio	conjunto.	
1 1		inestable,	inestable,	inestable,	inestable,	– Normativa y	
*	nzamientos).	lanzamientos	lanzamientos	lanzamientos	escapadas,	conceptos	
, ,	Sistemas y	(pequeños y	(pequeños y	(pequeños y	boomerang,	básicos para la	
1 0	étodos de	grandes	grandes	grandes	lanzamientos	creación de	
	señanza	lanzamientos.	lanzamientos).	lanzamientos de 1	(pequeños y	coreografías de	
elementos básicos de apr	propiados al	– Sistemas y	Sistemas y	y 2 mazas).	grandes	manos libres.	
los grupos apr	orendizaje de los	métodos de	métodos de	– Sistemas y	lanzamientos).	 Realización 	
corporales saltos, ele	ementos básicos	enseñanza	enseñanza	métodos de	Sistemas y	de una	
equilibrios, giros, del	el aparato.	apropiados al	apropiados al	enseñanza	métodos de	composición de	
flexibilidad y ondas. — C	Características	aprendizaje de los	aprendizaje de	apropiados al	enseñanza	manos libres	
Detección y y n	normas del	elementos básicos	los elementos	aprendizaje de los	apropiados al	con elementos	
corrección de errores apa	parato.	del aparato.	básicos del	elementos básicos	aprendizaje de los	básicos.	
de ejecución. – E	Elementos	- Elementos	aparato.	del aparato.	elementos		
– Sistemas y téc	cnicos	técnicos	- Elementos	- Elementos	básicos del		
métodos de esp	pecíficos	específicos	técnicos	técnicos	aparato.		
enseñanza inc	cluidos en las	incluidos en las	específicos	específicos	– Elementos		
apropiados al nor	ormativas	normativas	incluidos en las	incluidos en las	técnicos		
1 1	colares,	escolares,	normativas	normativas	específicos		
2	tonómicas y	autonómicas y	escolares,	escolares,	incluidos en las		
*	cionales de	nacionales de	autonómicas y	autonómicas y	normativas		
	iciación.	iniciación.	nacionales de	nacionales de	escolares,		
			iniciación.	iniciación.	autonómicas y		
					nacionales de		
					iniciación.		