

**FITXA IDENTIFICATIVA****DADES DE L'ASSIGNATURA**

Codi: 33209
Nom: Gimnàstica
Cicle: Grau
Crèdits ECTS: 6
Curs acadèmic: 2026-27

TITULACIONS

Titulació	Centre	Curs	Període
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	1	Primer quadrimestre, Segon quadrimestre
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	1	Segon quadrimestre
1938 - Doble grado en Nutrición Humana y Dietética y CAFD	Facultat de Farmàcia i Ciències de l'alimentació	1	

MATÈRIES

Titulació	Matèria	Caràcter
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	Fonaments dels Esports Individuals	OBLIGATÒRIA
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	Fonaments dels Esports Individuals	OBLIGATÒRIA
1938 - Doble grado en Nutrición Humana y Dietética y CAFD		

COORDINACIÓ

SANCHIS BERTOMEU JOSE FRANCISCO

RESUM

El seu objectiu és el de situar l'assignatura dins del conjunt d'estudis que constitueixen la titulació oferint als alumnes un coneixement del medi gimnàstic esportiu que li permeta utilitzar-ho en un entorn professional.

/span>

CONEIXEMENTS PREVIS**RELACIÓ AMB ALTRES ASSIGNATURES DE LA MATEIXA TITULACIÓ**

No s'ha especificat restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.



ALTRES TIPUS DE REQUISITS

Aquesta matèria no requereix coneixements previs.

COMPETÈNCIES / RESULTATS D' APRENENTATGE

1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i accessibilitat universal de les persones amb discapacitat, de solidaritat i de protecció mediambiental, i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i d'accessibilitat universal de les persones amb discapacitat i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics

Aplicar les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) a l'àmbit dels esports individuals

Conèixer i comprendre els àmbits d'aplicació dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els aspectes reglamentaris dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els fonaments, les estructures i les funcions de les habilitats i patrons de la motricitat humana

Conèixer i comprendre els fonaments del joc i de l'esport

Conèixer i comprendre els fonaments didàctics dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els fonaments tècnics i tàctics dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre l'evolució històrica dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Dissenyar, desenvolupar i avaluar els processos d'ensenyament-aprenentatge relatiu a l'activitat física i l'esport, amb atenció a les característiques individuals, col·lectives i contextuals de les persones

Planificar, desenvolupar i avaluar el procés d'entrenament d'habilitats motrius en els seus diferents nivells i entorns de pràctica

Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població

1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i accessibilitat universal de les persones amb discapacitat, de solidaritat i de protecció mediambiental, i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i d'accessibilitat universal de les persones amb discapacitat i els valors propis d'una cultura



de la pau i de valors democràtics

Aplicar les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) a l'àmbit dels esports individuals

Conèixer i comprendre els àmbits d'aplicació dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els aspectes reglamentaris dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els fonaments, les estructures i les funcions de les habilitats i patrons de la motricitat humana

Conèixer i comprendre els fonaments del joc i de l'esport

Conèixer i comprendre els fonaments didàctics dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre els fonaments tècnics i tàctics dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Conèixer i comprendre l'evolució històrica dels esports individuals (atletisme, gimnàstica i natació)

Dissenyar, desenvolupar i avaluar els processos d'ensenyament-aprenentatge relatius a l'activitat física i l'esport, amb atenció a les característiques individuals, col·lectives i contextuals de les persones

Planificar, desenvolupar i avaluar el procés d'entrenament d'habilitats motrius en els seus diferents nivells i entorns de pràctica

Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Introducció a la Gimnàstica Esportiva: Història i Concepte.

1.1.- Història: Antecedents històrics. Origen i evolució de la G.E. Situació actual. A nivell Internacional, Nacional i de la Comunitat Valenciana.

1.2.- Concepte de G.E. i les diferents modalitats gimnàstiques o Activitats Gimnàstiques Esportives. Característiques fonamentals.

2.1.- Fonaments Esportius de la G.E. F. Motriu. Concepte. Tipus: Físic i Estètic. F. Reglamentari. Concepte. F. Tècnic. Concepte. F. Tàctic. Concepte. F. Psicològic. Concepte. Psicologia Evolutiva: Fases formació del gimnasta. Psicologia Aplicada a les sessions de E. Física, a l'entrenament i a la competició.

2.2.- Àmbits i nivells d'aplicació. Les Activitats Gimnàstiques en el mig educatiu de l'Activitat Física i la seua dimensió múltiple. Àmbits i Nivells d'aplicació.



2. Fonaments esportius de la Gimnàstica Esportiva. Àmbits i nivells d'aplicació en la societat actual. Organismes que els regulen. Instal·lacions i mitjans materials per a la seua pràctica.

2.1.- Fonaments Esportius de la G.E. F. Motriu. Concepte. Tipus: Físic i Estètic. F. Reglamentari. Concepte. F. Tècnic. Concepte. F. Tàctic. Concepte. F. Psicològic. Concepte. Psicologia Evolutiva: Fases formació del gimnasta. Psicologia Aplicada a les sessions de E. Física, a l'entrenament i a la competició.

2.3.- Organismes Reguladors: les federacions, els municipis, els col·legis i els clubs privats.

2.4.- Instal·lacions i mitjans materials per a la seua pràctica: Instal·lació, Sala, Aparells i Material Auxiliar (de seguretat i facilitador).

3. Estructura, classificació i representació de l'Exercici Gimnàstic basant-se en les habilitats motrius específiques de la Gimnàstica Esportiva.

3.1.- Estructura del gest gimnàstic: Característiques. Tipus de gestos:(Aspecte extern del gest). Fases de l'exercici gimnàstic.

3.2.- Classificació dels moviments gimnàstics.

3.3.- Representació i nomenclatura dels exercicis gimnàstics.

4. El Calfament en la Gimnàstica Esportiva.

4.1.- Generalitats sobre el calfament.

4.2.- Importància i característiques del calfament en la Gimnàstica.

4.3.- Tipus de calfament per als diferents àmbits i nivells d'aplicació.

4.4.- El calfament en els distints períodes de l'entrenament.

4.5.- El calfament en les diferents modalitats gimnàstiques.

4.6.- El calfament com a via de l'acondicionament Físic i Preparació Tècnica en la Gimnàstica Esportiva.

5. La Dansa en la Gimnàstica Esportiva.

5.1.- Importància de les Danses en la G. E.. 5.2.- La Dansa Clàssica en la G.E.: Aspectes Tècnics Bàsics.

5.2.1.- Conceptes Generals i Terminologia. 5.2.2.- Posicions Bàsiques de cames i braços. 5.2.3.- Exercicis en Barra. 5.2.4.- Exercicis en Centre. 5.2.5.- Enllaços i combinacions. 5.3.- La Dansa Clàssica com a via de

l'acondicionament Físic i Preparació Tècnica en la G.E.

6.1.- Fonaments tècnics i metodològics dels elements gimnàstics en Sòl: 6.1.1.- Posicions bàsiques 6.1.2.- Equilibris: Planxes i invertits. 6.1.3.- Evolucions menors: Desplaçaments, girs, bots. 6.1.4.- Evolucions majors o Acrobàcies: rotacions avant, voltejos de mans avant, voltejos avant i laterals, rotacions arrere i voltejos arrere. 6.1.5.- Tumbling. 6.1.6.- Enllaços, coreografia i composició d'un Exercici de Sòl. 6.1.7. Familiarització amb els diferents aparells específics de la G.A.E. Masculina: Sòl, Bot, Anelles, Cavall amb arcs, Paralleles i Barra Fixa i de la G.A.E. Femenina: Sòl, Bot, Barra d'Equilibri a través dels recorreguts generals. 6.2.- Generalitats del Reglament de Competició en G.A.E. 6.2.1.- Finalitat del codi de puntuació i



6. La Gimnàstica Artística Esportiva Femenina i Masculina.

Tipus de Concursos. 6.2.2.- El jurat i la seua organització. 6.2.3.- Puntuació per a cada modalitat: G.A.E Femenina i Masculina. 6.2.4.- Característiques dels diferents aparells: Sòl, Bot, Cavall amb arcs, Anelles, Paralleles, Barra Fixa, Barra d'Equilibri i Paralleles Asimètriques. 6.2.5.- Criteris bàsics per a la Composició i l'Execució dels Exercicis de Competició per a la G.A.E. F. I M. basats en el codi de puntuació.

7. Activitats Gimnàstiques amb suport elàstic: El Trampolí (Llit Elàstic) i el Minitramp.

7.1.- Aspectes generals: Referències històriques i Reglament de competició. 7.2.- Fonaments tècnics del Trampolí o Llit Elàstic, del Minitramp i Doble Minitramp. 7.2.1.- Trampolí o Llit Elàstic: Bots verticals en diferents posicions, Caigudes, Bots amb rotació i Bots i caigudes amb rotació. 7.2.2.- Minitramp i Doble Minitramp: Bots verticals sense volteig, Bots verticals sense volteig amb rebot d'un minitramp a un altre i Combinació de bots verticals en diferents posicions. 7.3.- Fonaments metodològics: Mesures de seguretat i Didàctica específica i seqüència de continguts. 7.4.- Importància de la utilització de les activitats gimnàstiques amb suport elàstic en el currículum d'Educació Física i la seua transferència a altres esports. 7.5.- Criteris bàsics per a la Composició i l'Execució dels Exercicis de Competició per al Trampolí i el Minitramp basats en el codi de puntuació.

8. Activitats Gimnàstiques Cooperatives: La Gimnàstica Acrobàtica.

8.1.- Aspectes generals: Referències històriques i Reglament de competició. 8.2.- Fonaments tècnics i metodològics dels elements gimnàstics en la Gimnàstica Acrobàtica: Les preses, Característiques i perfil, de l'àgil i del portor, Repertori d'elements per a les diferents modalitats de competició: parelles, trios i quartets. 8.3.- Criteris bàsics per als Exercicis de Competició en G.A. Basats en el codi de puntuació. Generalitats del Codi de Puntuació i Exigències de composició per als Exercicis d'Equilibri (Balance), Dinàmics (Tempo) i Combinats en les diferents modalitats de competició. 8.4.- Importància de la utilització i organització de les Activitats gimnàstiques cooperatives en el currículum de l'Educació Física.

9. La Gimnàstica Rítmica Esportiva.

9.1.- Fonaments tècnics i metodològics dels elements gimnàstics de Tècnica Corporal i en els diferents aparells específics de la G.R.E.: Pilota, Corda, Cèrcol, Cinta i Maces. Exercicis i Jocs (individuals i en grup). 9.2.- Iniciació al treball col·lectiu: sense aparells (Relació espai-cos a través del treball de parelles, trios, quartets i grup: La sincronia, El contrast, La successió, Els encadenaments) i Amb aparells: Treball de parelles, Treball individual amb dos aparells, Treball de grup amb un o més aparells: Exercicis de ritme amb balons i maces, Exercicis grupals amb cordes i Exercicis de grans dibuixos amb cinta. 9.3.- Coreografia grupal. 9.4.- Generalitats del Reglament de Competició en G.R.E. 9.4.1.- Finalitat del codi de puntuació i Tipus de Concursos. Practicable. Aparells. Gimnastes. Disciplina. 9.4.2.- El jurat i la seua organització. 9.4.3.- Puntuació per a cada modalitat: G.R.E Individual i Conjunts. 9.4.4.- Elements Corporals: Grups tècnics i Dificultats Corporals. 9.4.5.- Característiques dels diferents aparells: Pilota, Corda, Cèrcol, Cinta i Maces. 9.4.6.- Acompanyament musical. 9.4.7.- Duració dels Exercicis. 9.4.8.- Aparells (contactes, pèrdues, ruptures). 9.4.8.- Criteris bàsics per a la Composició i l'Execució dels Exercicis de Competició per a la G.R. D. Individual i Conjunts basats en el codi de puntuació.⁹



10. El Rhönrad o la Roda Alemanya.

10.1.- Fonaments generals: Referències històriques i Reglament de competició. 10.2.- Fonaments tècnics i metodològics dels elements gimnàstics amb Roda Alemanya: Preses de peus i de mans. Rodaments rectilinis o Geraneturnen. Rodaments en espiral o Spiraleturnen. Bots o Sprung i Jocs. 10.3.- Propostes educatives i d'organització en les diferents àrees d'aplicació de la Roda Alemanya o Rhönrad.

11. La Gimnàstica Aeròbica.

11.1.- Fonaments tècnics i metodològics dels Grups de Dificultats: Força Estàtica, Força Dinàmica, Bots i Equilibri/Flexibilitat. 11.2.- Iniciació al treball individual, per parelles, trios i grups. Exercicis i Jocs. 11.3.- Generalitats del Reglament de Competició en G. Aeròbica.

12. Altres activitats gimnàstiques alternatives:

12.1.- El Rope Skipping.

12.1.1.- Fonaments tècnics i metodològics dels Exercicis amb: Corda individual, amb doble corda i gran corda. Jocs específics adaptats. 12.1.2.- Importància de la utilització i organització del Rope Skipping en el currículum de l'Educació Física.

12.2.- Activitats Gimnàstiques Acrobàtiques Aèries.

12.2.1.- Fonaments tècnics i metodològics dels Exercicis amb: cércol aeri, teles, trapezi, straps, xarxa, hamaca, pole aèria, espiral i les últimes tendències. Jocs específics adaptats.

12.2.2.- Importància de la utilització i organització de les Activitats Gimnàstiques Acrobàtiques Aèries en el currículum de l'Educació Física.

13. Principis didàctics Coreogràfics en la G.E.

13.1.- Elements bàsics coreogràfics: Estudi dels Exercicis (Muntatges o Coreografies). Concepte de d'Element, Enllaç, Combinació, Sèrie, Part i Sencer.

13.2.- Importància de l'aspecte musical i/o el ritme en la composició i l'execució dels Exercicis.

13.3.- Seqüència per a la construcció de les coreografies.

14. Principis didàctics per a la Programació i Planificació de la G.E.

14.1.- Elements del procés Ensenyança-Aprenentatge per a la programació i planificació de la G.E.: Anàlisi de la situació inicial. Definició d'Objectius. Selecció de Continguts. Procediments Didàctics: Estils d'ensenyança i Estratègia en la pràctica. Tècniques d'ensenyança o intervenció didàctica i Avaluació. 14.2.- La Sessió en els diferents àmbits d'aplicació Escolar, Iniciació i Alt Rendiment.

VOLUM DE TREBALL (HORES)

ACTIVITATS PRESENCIALS



Activitat	Hores
Pràctiques a l'aula	60,00
Total hores	60,00

ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	10,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	20,00
Estudi i treball autònom	20,00
Preparació de classes	6,00
Preparació d'activitats d'avaluació	20,00
Resolució de casos pràctics	0,00
Total hores	76,00

METODOLOGIA DOCENT

El desenvolupament de l'assignatura s'estructura entorn de 2 sessions teòricopràctiques a la setmana, de dos hores de duració. L'important contingut tècnic requereix d'una conscient participació activa en les classes pràctiques.

Es treballarà mitjançant metodologies actives i/o cooperatives amb la condició d'afavorir el treball individual i grupal, guiat per part del professorat, distribuint este, les tasques.

S'utilitzaran, entre altres, els següents mètodes d'ensenyança:

- Aprenentatge en grups:
 - o Dinàmiques de grup.
 - o Aprenentatge cooperatiu.
 - o Estudi de cas.
 - o Aprenentatge orientat a projectes.
- Aprenentatge autònom.

Les tutories, individuals o grupals, formaren part del procés d'aprenentatge.

El mètode d'avaluació podrà ser modificat o adaptat en cas de necessitat.

AVALUACIÓ

El sistema d'avaluació es realitzarà tenint en compte aspectes teòrics i pràctics, mitjançant treballs, l'assistència, la puntualitat, l'actitud, la col·laboració i la participació activa en les activitats. L'avaluació de l'assignatura serà en modalitat contínua o final.

L'AVALUACIÓ CONTÍNUA, en primera i segona convocatòria, estarà formada per la suma de diferents apartats, cada un dels quals s'ha d'aprovar per separat:

- a) Assistència, puntualitat, actitud i col·laboració, respecte a les classes teòric pràctiques: 10%.



L'assistència amb participació activa a les classes pràctiques és molt important. L'alumnat que no complisquen amb el 80% d'assistència no podrà acollir-se a l'avaluació contínua, havent d'avaluar-se de tota la matèria en modalitat d'avaluació final. En este supòsit, en l'avaluació final, no es guardaran les notes de les avaluacions parcials per a poder optar a l'aprovat.

b) Examen pràctic: 25%.

Prova o proves pràctiques que derivaren en una nota individual i una nota grupal.

c) Examen teòric: 25%.

Contingut: tot el temari impartit i desenrotllat, a nivell teòric i pràctic, per el/la professor/a. Este examen escrit valora aspectes relacionats amb el suport teòric i amb la teoria de la pràctica a través de preguntes tipus test, preguntes curtes i/o de desenrotllament.

d) Treballs acadèmics: 40%.

Treballs relacionats amb el temari de l'assignatura que hauran de ser entregats en data i forma que sol·licite el professorat.

L'alumnat que no seguisca l'avaluació contínua haurà de realitzar l'avaluació final.

L'AVALUACIÓ FINAL estarà formada per la suma de les següents parts:

a) Examen pràctic: 40%.

b) Examen teòric: 40%.

c) Treball acadèmic: 20%

PD: "La còpia literal total o parcial d'obres alienes presentant-les com a pròpies es considera una conducta inacceptable en l'àmbit acadèmic". D'altra banda i per la llei de protecció intel·lectual, estan habitualment prohibides les reproduccions totals o parcials de les obres alienes, podent donar lloc el seu incompliment a les corresponents faltes o delictes penals.

BIBLIOGRAFIA

- Bodo Schmid, A. (1985). "Gimnasia Rítmica Deportiva" Hispano Europea. Barcelona. Brozas, MP. (2004). Fundamentos de las actividades gimnásticas y acrobáticas. Universidad de León.
- Canalda Llobet, A. (1997). Gimnasia Rítmica Deportiva. Teoría y práctica. Paidotribo. Barcelona.
- Estapé Tous, E. (1993). La iniciación deportiva en la escuela. Las habilidades gimnásticas. En VV.AA: Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria, Vol,II. Colección la Educación Física en...Reforma. Inde. Barcelona.
- Estapé, E. ; López, M. y Grande, I. (1999). Las Habilidades Gimnásticas y Acrobáticas en el ámbito educativo. Colección la E.F. en...Reforma. Inde. Barcelona.
- Federación Internacional de Gimnasia. (2008-2012). Códigos de Puntuación: "Gimnasia Artística Femenina", "Gimnasia Artística Masculina", "Cama Elástica y Doble Minitramp", "Gimnasia Rítmica Deportiva", Gimnasia Acrobática, Gimnasia Aeróbica. Últimas ediciones en la web de la Real Federación Española de Gimnasia. Madrid.
- Fernández del Valle, A. (1989). "Gimnasia Rítmica Deportiva. Fundamentos". Federación Española de Gimnasia. Madrid.
- García, J.I. (1999). Acrogimnasia. Ecir. Paterna (Valencia). (Acompañan Cuadernos de actividades 1,2 y 3).
- Gerling, E. (2003). Gimnasia Infantil cooperativa: ayudar y asegurar: a partir de 6 años. Tutor. Madrid.
- Ginés, J. (1985). "Gimnasia Deportiva Básica. Suelo y Potro. Alhambra. Madrid.
- Ginés, J. (1986). "Cama elástica". Alhambra. Madrid.



- Barta, A. y Durán, C. (1996). "1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva". Colección Deporte. Paidotribo. Barcelona. Bettoli, B., Mottyl, A. y Odermatt, B. (1995). Actividades Gimnásticas. Ejercicios y juegos. Hispano-Europea. Barcelona. Brozas, MP. Y Vicente, M. (1999). Actividades acrobáticas grupales y creatividad. Gymnos. Madrid. Carrasco, R. (1984). "L'activité du débutant: programmes pédagogiques". Vigot. París. Fernández del valle, A. (1991). "Gimnasia Rítmica". Comité Olímpico Español. Madrid. Fondero, J.M. y Furblur, E.E. (1989). "Creating Gymnastic Pyramids and Balances". Ed. Leisure press. Champaign. Illinois. García Ruso, H. (1997). La danza en la escuela. Inde. Madrid. Giraldes, M. y Dallo, A. (1983). "Metodología de las destrezas sobre colchoneta y cajón". Estadium. Buenos Aires. Junyent, M.V. y Montilla, M.J. (1997). 1.023 Ejercicios y juegos de equilibrios y acrobacias gimnásticas. Paidotribo. Barcelona. Koch, K. (1982). "Gimnasia escolar. Ejercicios con aparatos". Aedos. Barcelona. Kosel, A. (1996). Actividades Gimnásticas. La coordinación motriz. Hispano-Europea. Barcelona. Luque, F. y Luque, S. (1996). Guía de ejercicios escolares con bancos suecos. Gymnos. Madrid. Luque, F. y Luque, S. (1996). Guía de ejercicios escolares con espalderas. Gymnos. Madrid. Luque, F. y Luque, S. (1997). Guía de ejercicios escolares con plintons. Gymnos. Madrid.
- Ginés, J (1987). "Iniciación al Minitramp". Alhambra. Madrid. Jackman, J. and Currier, B. (1993). "Técnicas y juegos gimnásticos". Colección iniciación deportiva. Paidotribo. Barcelona. Haberling-Spöhel, U. (1996). 1000 Ejercicios y juegos de Gimnasia de aparatos. Hispano Europea. Barcelona. Lisitskaya, T. (1995). "Gimnasia Ritmica". Deporte & Entrenamiento. Paidotribo. Barcelona. Lloid Readhead (1993). "Manual de entrenamiento en G. Artística Masculina". Paidotribo. Barcelona. Martínez, C. (1997). "La Rueda Alemana: recurso alternativo en la enseñanza de la educación física". En VV.AA: La actividad deportiva en el ámbito escolar. Promolibro. Valencia. Mendizabal, S. (1986). "Iniciación a la Gimnasia Rítmica" (Vol. 1) Gymnos. Madrid. Mendizabal, S. (1988). "Iniciación a la Gimnasia Rítmica" (Vol. 2) Gymnos. Madrid. Peiró, C. et al. (2004). Un salto hacia la salud. Actividades y propuestas educativas con combas. Inde. Barcelona. Piard, C. et Piard, R. (1981). "Gimnasia deportiva femenina". Hispano Europea. Barcelona. Sensini, N. y Eid, L. (1999). Ritmo e movimento. Ginnastica Ritmica e piccoli attrezzi. Carabá. Milano. Smoleusky, V. y Gaverdouskiy, I. (1996). "Tratado general de gimnasia artística deportiva". Paidotribo. Barcelona. Thomas, L., Fiard, J., Souldard, C. y Chautemps, G. (1997). "Gimnasia Deportiva". Agonos. Lérida. Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (1996). "El Acrosport en la escuela". Colección la E.F. en...Reforma. Inde. Barcelona
- Luque, F. y Luque, S. (1998). Guía de ejercicios escolares con potro. Gymnos. Madrid. Luque, F. y Luque, S. (1998). Guía de ejercicios escolares con minitramps. Gymnos. Madrid. Martínez, C. (1999). Le capacita condizionali e coordinative nella Ginnastica Ritmica Sportiva. En Sensini, N. y Eid, L.: Ritmo e movimento. Ginnastica Ritmica e piccoli attrezzi. Pp. 11-24. Carabá. Milano. Martínez, J.M. (1999). La gimnasia artística como contenido dentro del ámbito escolar. Wanceulen. Sevilla. Mateu, M. (1992). "1.300 Ejercicios y juegos aplicados a las Actividades Gimnásticas". Paidotribo. Barcelona. Mendizabal, S (2001). Fundamentos de la gimnasia rítmica. Mitos y realidades. Gymnos. Madrid. Palmeiro, M. y Pochini, M. (2006). La enseñanza de las destrezas gimnásticas en la escuela. Stadium. Buenos Aires. Pock, K. (1981). "Gimnasia Básica 1". Gymnos. Madrid. Pock K (1982). "Gimnasia Básica 2". Gymnos. Madrid. Pock, K. (2002) "Gimnasia Básica 2. Paralelas, asimétricas, barra fija, anillas, plinton. Gymnos. Madrid. Sensini, N. y Mangiafico, E. (1997). "Ritmo e movimento". Carabá. Milano. Snaw, B. (1985). Primeros pasos en ballet. Parramón. Barcelona. Spöhel, U. (1987). "1000 Exercices et jeux de gymnastique aux agrès". Collection Sport+Enseignement. Vigot, París. Still, C. (1993). Manual de



Gimnasia Artística Femenina. Paidotribo. Barcelona. Ukran, M.L. (1978). "Metodología del entrenamiento con gimnastas". Acribia. Zaragoza.

- Ukran, M.L. (1981). "Gimnasia Deportiva". Acribia. Zaragoza. Universidad Autónoma de Madrid. (2003). Habilidades gimnásticas en el ámbito escolar. (DVD). Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (2000). "Unidades Didácticas para Secundaria XI. Habilidades Gimnásticas: minicircuitos". Colección Unidades Didácticas. Inde. Barcelona. Zapata, O y Aquino, F (1982). "Psicopedagogía de la educación motriz en la adolescencia". Trillas. Mexico. Zapata, O y Aquino, F (1982). "Psicopedagogía de la educación motriz en la adolescencia". Trillas. Mexico.