



FEDERACIÓN NAVARRA
DE GIMNASIA
NAFARROAKO
GIMNASTIKA FEDERAZIOA



**CURSO DE MONITOR/A DE
GIMNASIA ARTÍSTICA DE NIVEL
1 NAVARRA 2021**



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN	3
1.1.	Información general sobre el desarrollo del curso	3
2.	PLAN DE FORMATIVO	4
2.1	Bloque Común (60 horas).....	4
2.2	Bloque Específico (145 horas).....	5
2.3	Periodo de prácticas (150 horas)	5
3.	LUGAR DE REALIZACIÓN DEL CURSO	6
4.	REQUISITOS DE ACCESO	6
4.1	Requisitos generales	6
4.2	Requisitos específicos	6
5.	CONVALIDACIONES	8
6.	PROFESORADO	8
7.	FECHAS Y HORARIOS	9
8.	DETALLES DEL CURSO	10
8.1	Alojamiento.....	10
8.2	Número de Plazas.....	10
8.3	Precio del curso	11
9.	INCRIPCIONES.....	11
9.1	Preinscripción.....	11
9.2	Formalización matrícula definitiva	11



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

1. INTRODUCCIÓN

Conforme a lo publicado en el Plan Formativo de la especialidad de Gimnasia Artística en el BOE nº 50 de fecha 7 de febrero de 2012, la Federación Navarra de Gimnasia, en colaboración con el Escuela Navarra del Deporte (Fundación Miguel Indurain Fundazioa), convoca un **"Curso de Monitor/a de Gimnasia Artística de Nivel I"** (formación de enseñanza reglada en periodo transitorio) en Navarra, que se desarrollará desde julio de 2021 hasta el mes de mayo de 2022.

Mediante este curso, la Federación Navarra de Gimnasia tiene como objetivo mantener la formación por la vía reglada e ir en consonancia con los objetivos en el ámbito de la formación del Instituto Navarro del Deporte. De esta manera se pretende asegurar una formación de calidad que haga crecer este deporte en nuestra comunidad, ya que la base de la progresión de la FNG depende de la formación y cualificación de nuestros técnicos.

Este curso está sujeto a lo que se establece en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, por la que se regulan los aspectos curriculares, los requisitos generales y los efectos de las actividades de formación deportiva, a los que se refiere la disposición transitoria del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre.

En consecuencia, las personas que lo superen podrán obtener la equivalencia profesional o la correspondencia formativa con las enseñanzas deportivas de régimen especial una vez reconocida esta formación por el órgano competente en materia de deporte del Gobierno de Navarra. La obtención de estos beneficios está condicionada al cumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

La Federación Navarra de Gimnasia, como promotora del curso, se compromete a mantener el cumplimiento de la normativa contenida en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, a conservar la documentación que sea de aplicación y a adaptarse a las modificaciones legales que pudieran producirse durante el desarrollo de la actividad, así como a su presentación al Instituto Navarro del Deporte. En este sentido la Federación Navarra de Gimnasia se declara responsable del incumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

1.1. Información general sobre el desarrollo del curso

Para la obtención del Título de Monitor/a de Gimnasia Artística de Nivel 1, el alumnado deberá superar cada uno de estos tres bloques:

- **Bloque común online (60h.):** La organización del Bloque Común corresponde a la Escuela Navarra del Deporte, con metodología a distancia y exámenes presenciales.
- **Bloque específico (145h.):** La organización de la prueba de acceso, del Bloque Específico y de las prácticas corresponde a la Federación Navarra de Gimnasia.
- **Periodo de prácticas (150h.):** El control del período de prácticas corresponde a la Federación Navarra de Gimnasia, en colaboración con los clubes.



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

2. PLAN DE FORMATIVO

2.1 Bloque Común (60 horas)

Conocimientos transversales a varias modalidades deportivas de carácter general. Impartido por profesores de la Escuela Navarra del Deporte a distancia a través del Aula Virtual *Aulaceimd* (los exámenes serán presenciales). Es imprescindible que el alumno disponga al menos de:

- Un ordenador con conexión a internet con el que poder conectarse al curso y contactar con los profesores.
- Una cuenta de correo electrónico.

Fecha: Del 8 de octubre al 11 de diciembre de 2021.

Fecha exámenes: 11 de diciembre de 2021 convocatoria ordinaria y 14 de enero de 2022 convocatoria extraordinaria.

Lugar: Las sesiones presenciales se impartirán en el CEIMD (Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte del Gobierno de Navarra, Calle de Sangüesa, 34, 31005 Pamplona). Los contenidos online se trabajarán mediante la plataforma del CEIMD (aulaceimd.navarra.es).

Calendario Bloque Común

Semana	Materias no presenciales	Sesiones presenciales obligatorias
8 octubre 2021 (Viernes)		Presentación del curso en el CEIMD (17:30 – 18:30 h.)
1ª semana: 9 octubre / 17 octubre	- El tratamiento educativo de la iniciación deportiva - La actuación del primer interviniente	
2ª semana: 16 octubre / 24 octubre	- La motivación en la iniciación deportiva - El primer interviniente en patologías no traumáticas	
3ª semana: 23 octubre / 31 octubre	- El primer interviniente en patologías traumáticas - La comunicación en la iniciación deportiva	
4ª semana: 30 octubre / 7 noviembre	- Actividad física adaptada y discapacidad - Soporte vital básico	
5ª semana: 6 noviembre / 14 noviembre	- Soporte vital instrumentalizado - Crecimiento, maduración, desarrollo y actividad física	
6ª semana: 13 noviembre / 21 noviembre	- La responsabilidad civil en las actividades deportivas - Los padres y madres de los deportistas en la iniciación deportiva	
7ª semana: 20 noviembre / 28 noviembre	- Organización y modelo asociativo del deporte en Navarra - La dinámica y el control del grupo en la iniciación deportiva	
		11 de diciembre: Examen presencial (9:00 – 12:00 h.)



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

2.2 Bloque Específico (145 horas)

La duración total del bloque específico del nivel I es de 145 horas. Contiene los módulos de formación deportiva, técnica corporal, aparatos y reglamento, propios de la gimnasia artística.

Fecha. Del 1 de julio al 17 de julio de 2021.

Lugar: - Residencia Fuerte Príncipe: Goroabe 36 (31005, Pamplona).
- Polideportivo Municipal de Zizur Mayor, C/ Kirolaldea 2, (31180, Zizur Mayor).
- A.D.San Juan, Avda. Sancho El Fuerte S/N, (31001 Pamplona).

ÁREA	Horas
Suelo	11
Petro con arcos	11
Anillas	11
Salto	11
Paralelas masculinas	11
Barra fija	11
Paralelas asimétricas	11
Barra de equilibrios	11
Ballet y técnica corporal	10
Reglamento G.A.M	9
Reglamento G.A.F	9
Composición musical	5
Didáctica del acondicionamiento físico específico	10
Seguridad e higiene en la enseñanza de gimnasia artística	8
Administración, gestión y desarrollo profesional	6
TOTAL HORAS	145

Para ver los objetivos y contenidos de cada una de estas áreas, ver la resolución del 7 de febrero de 2012 de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publica el plan formativo de la especialidad de gimnasia artística: BOE N° 50 de 28 de febrero de 2012.

2.3 Periodo de prácticas (150 horas)

El periodo de prácticas del nivel 1 tiene una duración de 150 horas y se realizará tras finalizar el período lectivo del bloque específico. Podrá iniciarse siempre y cuando se cumplan los siguientes requisitos:

- Que el alumno haya superado la totalidad de las áreas del Bloque Específico.
- Que se encuentre matriculado en el Bloque Común.

Se llevará a cabo en el Club de cada alumno siendo tutorizado por un entrenador de nivel superior dando el visto bueno de la FNG antes de comenzar las prácticas y siguiendo las directrices del cuadro docente. En caso de no tener la posibilidad de realizarlo en ningún club o tutor, la FNG pondría uno a su disposición.



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

Fechas. Del 1 de agosto de 2021 hasta el 30 de mayo de 2022.

Lugar. Clubes adscritos a la Federación con Licencia en vigor.

Horario. A convenir con el club.

3. LUGAR DE REALIZACIÓN DEL CURSO

Prueba de acceso: A.D. San Juan, Avda. Sancho El Fuerte S/N, (31001 Pamplona).

Clases presenciales y exámenes del Bloque Específico:

- Residencia Fuerte Príncipe: C/ Goroabe 36 (31005, Pamplona).
- Polideportivo Municipal de Zizur Mayor, C/ Kirolaldea 2, (31180, Zizur Mayor).
- A.D. San Juan, Avda. Sancho El Fuerte S/N, (31001 Pamplona).

Los exámenes presenciales del Bloque Común se realizarán en el CEIMD (Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte del Gobierno de Navarra, Calle de Sangüesa, 34, 31005 Pamplona).

4. REQUISITOS DE ACCESO

Para poder realizar este curso se deberán acreditar tanto los requisitos generales como específicos de acceso.

4.1 Requisitos generales

(BOE, Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero)

- Estar en posesión del **Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria (ESO)**, o titulación equivalente a efectos de acceso de acuerdo con lo establecido en la disposición adicional duodécima del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre. (También se puede acceder acreditando la superación de la prueba de acceso a ciclos formativos de grado medio o superior).

Importante: Informamos a los interesados que el título de Graduado Escolar no es equivalente a efectos formativos al título de graduado en ESO.

4.2 Requisitos específicos

(BOE, Resolución de 7 de febrero de 2012, de la presidencia del CSD en la que se establece el plan formativo de la especialidad de gimnasia artística)

Prueba de acceso específica: El alumno realizará las siguientes dificultades corporales y elementos técnicos:



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

Ejercicios en suelo:

Realización de la siguiente serie de elementos enlazados:

1. Rueda lateral- $\frac{1}{4}$ de giro adelante- seguido de pino- voltear- sapo (2 seg.)- juntar piernas- círculo de brazos atrás- apoyo dorsal (2 seg)- $\frac{1}{2}$ giro apoyo facial (2 seg)- ballestear a piernas entre los brazos y salto arriba en extensión- voltereta atrás agrupada a piernas juntas y rectas- salto gimnástico desde «chassé» (galope o agrupado o zancada)- dos o tres pasos de carrera voltereta saltada adelante o rondada o paloma.

Ejercicios de salto:

Elección de uno de los tres elementos especificados a continuación, demostrativos del conocimiento mínimo de la estructura básica del salto.

- Pídola: con carrera y saltando en el trampolín saltar la tabla de salto a una altura de 1.20 m., con apoyo de manos y con piernas abiertas y extendidas a la recepción de pies juntos.
- Salto vertical desde técnica del aparato de salto: desde carrera ante salto a impulso en el trampolín y elevación a posición de pie (sin apoyo de manos) en tabla de salto, colchoneta o plinto a 1 metro de altura.
- Paloma: desde carrera ante salto a impulso en el trampolín y ejecución del salto paloma en tabla de salto o en colchoneta a caer en posición tumbados. (1 metro de altura).

Ejercicios en barra fija/paralelas asimétricas:

Realización de una serie de elementos que implican demostración de unos mínimos conocimientos básicos de los aparatos que requieren suspensiones, vuelos e impulsos:

1. De suspensión elevar piernas rectas a ángulo (2 seg) – bajar piernas y flexionando brazos y cadera subir por delante realizando vuelta de tripa atrás con piernas juntas y flexionadas (vuelta canaria)-despegue piernas juntas y rectas - vuelta de tripa atrás con piernas juntas y rectas- vuelos en banda superior de paralelas asimétricas o barra fija. Bascular por delante a balanceo adelante- balanceo atrás- balanceo adelante- balanceo atrás- soltar por detrás a la recepción.

Criterio de evaluación:

- 5 puntos: ejecución sin errores técnicos y logrados en su totalidad.
- 4 puntos: ejecución con errores técnicos no fundamentales (leves).
- 3 puntos: errores técnicos que no imposibilitan la ejecución del elemento o enlace (mediano).
- 2 puntos: graves errores técnicos que dificultan en gran medida la ejecución del elemento o enlace.
- 0 punto: no ejecutar.

El alumno deberá alcanzar un mínimo de 9 puntos en total para ser apto.



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

Espacios y equipamientos:

- Pista de suelo o tira de 10-12 metros de colchonetas de 2 x 1 x 0.05 m.
- Tabla de salto (en su defecto caballo de salto o plinto a 1.20 m a lo ancho). trampolín homologado (Reuther), colchoneta quitamiedos 3 x 2 x 0,3 m.
- Barra fija GAM o paralelas asimétricas. Posibilidad de utilización de colchonetas quitamiedos.

Exenciones: Quedarán exentos de la prueba de acceso aquellos alumnos que acrediten su condición de Deportista de Alto Nivel.

5. CONVALIDACIONES

- **Bloque Común:** Aquellos alumnos que acrediten la superación de enseñanzas oficiales del ámbito de la actividad física y el deporte, tienen la opción de convalidar módulos del bloque común.
- **Bloque Específico:** Quienes acrediten la condición de deportista de alto nivel o deportista de alto rendimiento estarán exentos de cumplir la prueba de acceso.
- **Periodo de prácticas:** En el caso de los alumnos que estén en posesión de la titulación de técnico y licencia en vigor (previa al inicio del bloque específico), podrán solicitar la convalidación de las prácticas, presentando documento que acredite tener un mínimo de 300 horas de experiencia laboral o deportiva (como técnico federativo en el ámbito de la iniciación a la gimnasia artística). Si se solicita la convalidación, deben entregar el documento "Solicitud exención periodo de prácticas" junto con el certificado del club, entidad, ayuntamiento o el lugar que hayan realizado esa labor, en el que certifican que han realizado 300 horas.

6. PROFESORADO

El profesorado del bloque específico será:

- D^a. Gemma Urdániz García de Madinabeitia - Entrenador Nacional Nivel 3
- D. Enrique Sangüesa Ortega - Entrenador Nacional Nivel 3
- D^a. Maite Sota Sola - Entrenador Nacional Nivel 3
- D. Álvaro Montesinos Yago - Entrenador Nacional Nivel 3
- D. Ismael Israel Sánchez Salgado - Entrenador Nacional Nivel 3
- D^a. Zuriñe Sanz Gómez de Segura - Juez Nacional GAF
- D. Pablo Carriles García - Juez Nacional GAM
- D^a. Patricia Marzo Maeztu - Graduada en Administración y Dirección de empresas
- D^a. Rachel Gahigiro Sarriguren - Bailarina de ballet profesional y Experta en la materia
- D. Alejandro Aranda Muñoz - Director Artístico en la Academia Navarra de Teatro musical y Experto en la materia

Una vez se disponga del programa definitivo, se podrá incluir algún profesor adicional para impartir alguna parte específica de alguna de las áreas.



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

El profesorado del Bloque Común será el que la Escuela Navarra del Deporte designe para este curso.

7. FECHAS Y HORARIOS

Prueba de acceso

Fecha: miércoles 30 de junio de 2021.
Lugar: A.D. San Juan, Avda. Sancho El Fuerte S/N, CP:31001
Hora: 18:00 horas.
Importante: Deben realizarla todos aquellos alumnos que NO acrediten la condición de DAN.

Bloque específico

- 145 horas.
- Exámenes presenciales del Bloque Específico se realizarán al final de cada asignatura.

Horario	1 Julio	Instalaciones	2 Julio	Instalaciones	3 Julio	Instalaciones	4 Julio	Instalaciones
8:30-9:00	Presentación							
9:00-10:00	Paralelas asimétricas	San Juan	Paralelas asimétricas	San Juan	Paralelas asimétricas	San Juan	Suelo	San Juan
10:00-11:00					Suelo			
11:00-12:00								
12:00-13:00								
13:00-14:00								
14:00-15:00	Comida							
15:00-16:00								
16:00-17:00	Seguridad e higiene	Residencia Fuerte del Príncipe	Seguridad e higiene	Residencia Fuerte del Príncipe	Didáctica del Acond. Físico	Residencia Fuerte del Príncipe	Didáctica del Acond. Físico	Residencia Fuerte del Príncipe
17:00-18:00								
18:00-19:00								
19:00-20:00								

CALENDARIO E INSTALACIONES DEL BLOQUE ESPECÍFICO - CURSO DE MONITOR/A DE GIMNASIA ARTÍSTICA DE NIVEL 1 - 2021 NAVARRA

Horario	5 Julio	Instalaciones	6 Julio	Instalaciones	7 Julio	Instalaciones	8 Julio	Instalaciones	9 Julio	Instalaciones	10 Julio	Instalaciones	11 Julio	Instalaciones
9:00-10:00	Composición musical	Residencia Fuerte del Príncipe	Barra fija	Ardoi	Barra fija	Ardoi	Anillas	Ardoi	Salto	San Juan	Salto	San Juan	Ballet	San Juan
10:00-11:00														
11:00-12:00														
12:00-13:00														
13:00-14:00														
14:00-15:00	Comida													
15:00-16:00														
16:00-17:00	Didáctica del Acond. Físico	San Juan	Barra fija	Ardoi	Anillas	Ardoi	Anillas	San Juan	Reglamento GAF	Residencia Fuerte del Príncipe	Reglamento GAF	Residencia Fuerte del Príncipe	Reglamento GAF	Residencia Fuerte del Príncipe
17:00-18:00	Suelo													
18:00-19:00														
19:00-20:00														

Horario	12 Julio	Instalaciones	13 Julio	Instalaciones	14 Julio	Instalaciones	15 Julio	Instalaciones	16 Julio	Instalaciones	17 Julio	Instalaciones
08:00-9:00												
9:00-10:00	Ballet	San Juan	Potro con arcos	San Juan	Potro con arcos	San Juan	Barra	San Juan	Barra	San Juan	Paralelas masculinas	San Juan
10:00-11:00												
11:00-12:00												
12:00-13:00												
13:00-14:00												
14:00-15:00	Comida											
15:00-16:00												
16:00-17:00	Reglamento GAM	Residencia Fuerte del Príncipe	Reglamento GAM 15-20h	Residencia Fuerte del Príncipe	Administración 17-20h	Residencia Fuerte del Príncipe	Paralelas masculinas	San Juan	Paralelas masculinas	San Juan		
17:00-18:00												
18:00-19:00												
19:00-20:00												



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

Bloque común

60 horas on-line y examen presencial

- **Apertura de la plataforma online:** 8 de octubre de 2021
- **Cierre de la plataforma online:** 28 de noviembre 2021
- **Horario de la plataforma online:** 24 horas
- **Exámenes presenciales Bloque Común:**
 - Sábado 11 de diciembre de 2021: examen - convocatoria ordinaria (9:00)
 - Viernes 14 de enero 2022: examen - convocatoria extraordinaria (18:00)

Estas fechas pueden sufrir algún cambio por parte de la Escuela Navarra del Deporte que avisará con suficiente antelación.

8. DETALLES DEL CURSO

8.1 Alojamiento

En el caso de necesitar alojamiento durante el curso, la Federación Navarra de Gimnasia ha contactado con la **Residencia Fuerte del Príncipe** (Calle Goroabe, 36, 31005 Pamplona):

- **Habitación doble con baño:** Precio/noche 10€ por persona (8€ con Carnet Joven).
- **Habitación doble sin baño:** Precio/noche 8€ por persona (7€ con Carnet Joven).
- **Habitación individual con baño:** Precio/noche 16€ (14€ con Carnet Joven).
- **Habitación individual sin baño:** Precio/noche 14€ (12€ con Carnet Joven).
- **Desayuno:** 2,61€
- **Comida:** 8,25€
- **Cena:** 7,18€
- **Pensión completa:** 18,04€

* Estos **precios podrán ser orientativos y podrán ser modificados**, deberán ser confirmados con el alojamiento. La utilización de este alojamiento depende de la disponibilidad que tenga en cada momento, importante hacer las reservas con suficiente tiempo de antelación. Para realizar las reservas del alojamiento deberéis poneros en contacto directamente con la Residencia: rfprinci@navarra.es o en el teléfono 948 29 12 06.

8.2 Número de Plazas

El número máximo de alumnos será de treinta (30), que se adjudicarán por riguroso orden de inscripción.

El número mínimo de alumnos para la celebración del curso es de 16. En caso de que el número de alumnos inscritos sea inferior, la FNG se reserva el derecho de realizar o no este curso,



Nivel 1 Gimnasia Artística Navarra 2021

devolviendo los importes de la inscripción en ese caso. Bajo ninguna otra causa, se devolverá el importe de la preinscripción.

En caso de no superar la prueba de acceso se devolvería toda la cantidad aportada en el primer pago excepto 50€ que corresponde a los derechos de realización de la prueba de acceso.

8.3 Precio del curso

650 euros.

9. INCRIPCIONES

9.1 Preinscripción

La **fecha límite para realizar las preinscripciones** será el domingo 27 de JULIO de 2021 a las 23:59 horas.

El alumno deberá realizar la preinscripción al curso enviando la siguiente documentación por correo electrónico a la dirección de correo electrónico: scomunes.mikel@gmail.com

- Ficha de inscripción (se adjunta)
- Justificante de pago
- Fotocopia del DNI (por las dos caras)
- Fotografía tipo DNI escaneada
- Fotocopia del título académico indicado en la hoja de matrícula
- Fotocopia de la Lista de Deportistas de Alto Nivel / Élite (si procede)
- Certificado federativo del mérito deportivo (únicamente los que presenten mérito deportivo y no vayan a realizar la prueba de acceso)

Para la realización de la preinscripción se hará un **pago inicial de 350€** para realizar la reserva que no se podrá devolver. Se efectuará mediante transferencia bancaria al número de cuenta **ES30 3008 0145 28 4335375921** (Caja Rural), cuyo titular es la Federación Navarra de Gimnasia, indicando como concepto del ingreso, "**Nivel1 - nombre y apellido**".

9.2 Formalización matrícula definitiva

La **segunda cuota** se realizará una vez finalizada la inscripción del curso. Deberá pagarse antes del inicio del bloque común (08/10/2021) y será de un total de **300 euros**. El resguardo de la segunda transferencia se deberá entregar junto a la hoja de matrícula vía e-mail a scomunes.mikel@gmail.com

* Para aclarar cualquier duda o adquirir más información pueden contactar en el correo scomunes.mikel@gmail.com o llamar al 948 59 36 07 de 10 a 13 horas.