



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN
Y FORMACIÓN PROFESIONAL



UNIÓN EUROPEA
NextGenerationEU

SECRETARÍA GENERAL
DE FORMACIÓN PROFESIONAL

INSTITUTO NACIONAL
DE LAS CUALIFICACIONES

GLOSARIO DE TÉRMINOS

**CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: INICIACIÓN DEPORTIVA
EN GIMNASIA ACROBÁTICA.**

Código: AFD723

NIVEL: 2



Asertividad: Capacidad de comunicarse con autoridad mostrando opiniones propias sin agredir ni someter la voluntad de quienes reciben la información.

Base o Portor: en gimnasia acrobática, se denomina portor a los gimnastas que actúan como base en pirámides humanas.

Bosu: es una plataforma sobre la que se realiza el ejercicio que tiene tanto un lado plano como un lado cóncavo.

Clínics: palabra que se emplea para una demostración de un arte en particular, de carácter informal y pedagógico, donde uno o varios especialistas exponen desde su experiencia, estilos y técnicas particulares, generalmente ante una audiencia reducida que toma parte en la presentación haciendo preguntas.

Coreografiar: Serie de movimientos ordenados y estructurados, con un principio y final que se ejecutan dentro de una estructura musical y cuya finalidad principal consiste en el desarrollo de un entrenamiento cardiovascular específico.

Coxofemoral: del hueso coxal y el fémur o relacionado con ellos.

Escapulohumeral: articulación del hombro.

Extensión: movimiento de separación entre huesos o partes del cuerpo, en dirección posteroanterior.

Federación Internacional de Gimnasia (FIG): organismo mundial que regula las normas de gimnasia deportiva a nivel competitivo, así como de celebrar periódicamente competiciones y eventos en cada una de sus disciplinas.

Fitball: ejercicio físico que se realiza con el balón suizo para tonificar y fortalecer los músculos del organismo, al mismo tiempo que se mejora el equilibrio y la coordinación de todo el cuerpo.

Flexión: movimiento que consiste en doblar el cuerpo o uno de sus miembros, en especial cuando se hace como ejercicio gimnástico.

Fuerza isométrica: también se conoce como fuerza estática. La fuerza isométrica o fuerza estática se denomina así porque se trabajan los músculos de forma inmóvil y no se produce ningún cambio en la longitud muscular.

Gimnasia acrobática: disciplina gimnástica basada en rutinas que deben presentar giros, saltos y muestras de equilibrio y flexibilidad.



Hoja de control de mantenimiento: Sistema de registro de las operaciones de mantenimiento desarrolladas, en el que se deberá hacer constar la fecha, las instalaciones y equipamientos revisados, la identidad de la personas o personas que han realizado la inspección, el estado del equipamiento revisado y en caso de haber sido necesario, las acciones desarrolladas, así como cualquier otro aspecto deportivo o técnico que se considere oportuno.

Juego motor: representan un puente de unión entre percepción pensamiento, acción y la filogénesis biológica y motriz del movimiento humano.

Motricidad: acción del sistema nervioso central que determina la contracción muscular.

Promoción: Conjunto de acciones que tienen como objetivo el promover el consumo y conocimiento de los servicios o productos que ofrecemos.

Software: Conjunto de programas de cómputo, procedimientos, reglas, documentación y datos asociados que forman parte de las operaciones de un sistema de computación.