



## PLA DOCENT

<b>Curs:</b> 3r i 4t
<b>Especialitat:</b> Pedagogia de la Dansa i Coreografia i Interpretació
<b>Matèria:</b>
<b>Codi de l'assignatura:</b> 450012
<b>Títol de l'assignatura:</b> Acrobàcia
<b>Subtítol:</b>
<b>Tipus d'assignatura:</b> Optativa
<b>Adscripció de l'assignatura:</b>
<b>Crèdits ECTS de l'assignatura:</b> 3
<b>Hores totals de l'assignatura:</b> 75h totals. 45h lectivitat presencial (60%) - 30 h de treball autònom de l'alumne (40%)
<b>Impartició:</b> Semestral
<b>Professors/es:</b> A determinar segons POA
<b>Descriptor:</b> L'assignatura és una iniciació a l'acrobàcia individual, en parella <i>i en grup</i> . Amb us de material divers i la seva integració en el moviment individual de dansa, de duet, i de grup, com a eina per a enriquir el moviment, superar pors, millorar el condicionament físic, i la consciència corporal.
<b>Requisits:</b>
<b>Observacions:</b> S'adequarà l'aprenentatge al nivell i capacitats tècniques de l'alumnat.

### COMPETÈNCIES QUE ES TREBALLARAN A L'ASSIGNATURA:

#### Competències transversals:

- CT1 Solucionar problemes i prendre decisions que responguin als objectius del treball que es realitza.
- CT2 Treballar de forma autònoma i valorar la importància de la iniciativa i l'esperit emprenedor en l'exercici professional.

#### Competències generals:

- CG1 Tenir un coneixement ampli de les tècniques i els llenguatges de la dansa, del moviment i de les disciplines corporals, així com el repertori des del punt de vista tècnic, estilístic i interpretatiu.
- CG2 Adquirir capacitat per assumir riscos i tolerància per a les decepcions.
- CG3 Conèixer i integrar competentment, llenguatges, disciplines i eines artístiques, tecnològiques, escèniques, musicals, visuals, entre d'altres..., amb l'objecte de desenvolupar les capacitats i destreses.

#### Competències específiques:

- CEC1 Ser conscient del propi cos i fer-ne un us saludable.
- CEC2 Interaccionar el llenguatge d'acrobàcia amb el de la dansa
- CEC3 Potenciar la consciència crítica, aplicant una visió constructiva en el treball sobre sí mateix.
- CEC4 Fomentar l'autonomia, la intel·ligència emocional i l'autoregulació en l'àmbit de l'entrenament corporal.

#### Altres competències de l'assignatura:

1. Ser capaç d'executar amb correcció les tècniques acrobàtiques bàsiques individuals i en parella



2. Adquirir els hàbits de preparació i entrenament corporal necessaris.

#### RESULTATS DE L'APRENTATGE:

---

##### Coneixements:

- C1 Conèixer els fonaments de les tècniques acrobàtiques individuals i grupals més complexes.
- C2 Conèixer i saber realitzar els exercicis de preparació física específics per l'acrobàcia.
- C3 Conèixer les pròpies limitacions i potencialitats psicomotrius.
- C4 Conèixer i saber utilitzar els ajuts manuals per al treball acrobàtic.

##### Habilitats, procediments o destreses:

- H1 Executar les tècniques acrobàtiques individuals sense fase aèria: verticals de mans, verticals de cap, vertical-secant, pont des de diverses posicions i rodes.
- H2 Executar tècniques acrobàtiques bàsiques amb fase aèria: tombarella saltada i rondada.
- H3 Treballar les tècniques acrobàtiques individuals encadellades,
- H4 Treballar les tècniques acrobàtiques amb material divers i aparells especialitzats: verticals, tombarelles, peix, paloma, flic-flac, mortal endavant.
- H5 Treballar exercicis d'acrobàcia en parella i grup. Desenvolupar les qualitats físiques específiques i un bon estat psicofísic general.
- H6 Capacitat de recerca del moviment.

##### Actituds:

- A1 Autonomia davant de l'aprenentatge
- A2 Desenvolupar la capacitat d'orientar-se en l'espai.
- A3 Desenvolupar la responsabilitat, respecte i rigor envers el treball propi i el col·lectiu.
- A4 Treballar la por i la presa de decisions en situacions arriscades.
- A5 Integrar les diferents dinàmiques i tècniques acrobàtiques en el moviment ballat.
- A6 Desenvolupar la capacitat d'inèrcia del propi cos per augmentar la capacitat de moviment i optimització de l'esforç.

#### CONTINGUTS FORMATIUS (TEMARI) :

---

1. Preparació física específica per l'acrobàcia des del cos del ballarí.
2. Tècniques acrobàtiques individuals sense fase aèria, variants i encadenaments de baixa complexitat.
3. Tècniques acrobàtiques individuals bàsiques amb fase aèria.
4. Tècniques acrobàtiques amb material divers (cadires, bancs, cubs...)
5. Acrobàcies amb aparells especialitzats: trampolí, plint...
6. Acrobàcia en parella i grup.

#### METODOLOGIA I ORGANITZACIÓ GENERAL DE L'ASSIGNATURA:

---

- Classes presencials amb treball individual, per parelles i per grups, en què l'aprenentatge es dona principalment a través de l'experimentació i l'acció.
- Progressions que facilitin l'aprenentatge i que disminueixin el nivell de risc o de por.
- Instrucció directa per a l'ensenyament d'aspectes tècnics, cercant la individualització.
- Ajuts, reforços i correccions.



- Activa i participativa.
- Estimuladora de la capacitat de creació personal de l'alumne.
- Integració de llenguatges (acrobàcia/dansa)

**AVALUACIÓ (CRITERIS, ESTRATÈGIES O ACTIVITATS I PONDERACIÓ):**

---

Avaluació continuada i personalitzada basada en:

- Avaluació continuada del treball fet a l'aula.
- Assoliment dels coneixements, habilitats i actituds detallats en el programa.
- Progrés individual al llarg del procés.
- Assignatura presencial que implica la obligatorietat de l'alumnat d'assistència a totes les sessions.
- Amb més del 20% de faltes d'assistència el professor té la facultat de suspendre automàticament l'alumne.

Ponderació:

ASSISTÈNCIA	ACTITUDS	CONEIXEMENTS O CONCEPTES	PROCEDIMENTS O HABILITATS
10%	20%	10%	60%: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 40% treball individual. 40% avaluació continuada i examen final</li> <li>- 10% treball amb material</li> <li>- 20% acrobàcia ballada: 15% avaluació continuada 5% treball final en grup</li> </ul>

**Avaluació única:**

La modalitat d'avaluació única es podrà establir en casos excepcionals que, un cop feta la matrícula, justifiquin documentalment una causa imprevista i sobrevinguda de força major que impedeixi l'assistència regular a l'assignatura i en casos de canvi o solapament horari provocats per l'escola amb posterioritat al període de matriculació. Es pot consultar el detall d'aquesta modalitat a la Guia de l'estudiant del CSD.

**Assistència:**

L'assistència mínima per aprovar l'assignatura és del 70%-80% segons el criteri del docent. Només es consideraran faltes justificades les absències per activitats acadèmiques aprovades per l'escola. Es poden consultar més detalls sobre l'assistència a la Guia de l'estudiant del CSD.

**BIBLIOGRAFIA, FONTS I RECURSOS DE DOCUMENTACIÓ:**

---

Lectures de consulta:

1. VERNETTA, M.; LÓPEZ, J. i PANADERO, F (1996) *El acrosport en la escuela*. INDE, Barcelona, 1996.
2. MATEU, MERCÈ (1998) *1300 ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnasticas*. Paidotribo, Barcelona, 1998
3. FODERO, J.M<sup>a</sup> i FURBLUR, E. (1989) *Creating gymnastinc pyramids and balances*. Leisure Press, Illinois USA, 1989.



Secundaris:

1. JACKMAN, J. i CURRIER, B. (1993) *Técnicas y juegos gimnásticos*. Paidotribo, Barcelona, 1993.
2. GINÉS, J. (1986) *Gimnasia deportiva básica (suelo y potro)*. Editorial Alhambra, S.A., Madrid, 1986.
3. Araújo, C. (2004). *Manual de ayudas en gimnasia*. Barcelona. Paidotribo.