

CURS DE NIVELL I en GIMNÀSTICA RÍTMICA

CODI PT PT091501GIGR-MANRESA-A

INFORMACIÓ

Segons Resolució del secretari general de l'esport - President del Consell Català de l'Esport - de 20 de maig de 2015

BLOC COMÚ / BLOC ESPECÍFIC / PERÍODE DE PRÀCTIQUES

ORGANITZACIÓ: Consell Català de l'Esport/Escola Catalana de l'Esport – Federació Catalana de Gimnàstica.

Dates i lloc de celebració:

***PROVA D'ACCÉS.** 25 de juny del 2015, de 17:00 a 20:00 h . ATENEU LES BASES, C/. Cintaires, 30-32 . 08242 MANRESA

***BLOC ESPECÍFIC:** ATENEU LES BASES, C/. Cintaires, 30-32 . 08242 MANRESA.

Del 09 de juliol del 2015 al 20 de setembre de 2015

Dates i horaris: *(Els horaris definitius es lliuraran el dia de la presentació del curs)*

De dilluns a dissabte: de 09:00 a 13:15 i de 14:15 a 18:30 h

Juliol: 09-10-11-14-15-16-17-18-20-21-22-23-24-25-27-28-30-31 (PRESENCIALS)

Juliol: 13-29 (NO PRESENCIALS)

Exàmens BE:

* Convocatòria ordinària: els exàmens de la convocatòria ordinària, s'aniran celebrant a mida que es vagi acabant cada assignatura.

* Convocatòria extraordinària: 19 i 20 de setembre de 2015 de 09:00 a 15:00 h

***BLOC COMÚ:** Escola Catalana de l'Esport. C/ Sant Mateu, 27-37. 08950

Esplugues de Llobregat. (*) Recordem que l'alumne podrà inscriure's per fer el Bloc Comú a qualsevol centre a Catalunya que convoqui el Bloc Comú de Nivell I, format LOE; per tant, el pagament d'aquest bloc, l'haurà de fer al centre on s'inscriu.

Del 16 de setembre de 2015 al 25 de novembre de 2015

Dates i horaris: *(Els horaris definitius es lliuraran el dia de la presentació del curs)*

Dilluns i dimecres: de 16:00 a 21:30 h

Setembre: 16-23-30 (PRESENCIAL) // 21-28 (NO PRESENCIAL)

Octubre: 07-19-26 (PRESENCIAL) // 05-14-21-28 (NO PRESENCIAL)

Novembre: 04-11 (PRESENCIAL) // 02-09 (NO PRESENCIAL)

Exàmens BC:

Convocatòria Ordinària: Els exàmens de la convocatòria ordinària s'aniran realitzant a mida que s'acabi la matèria de cada assignatura.

Convocatòria extraordinària: 25 de novembre de 2015 de 16:00 a 21:30 h

**** Recordem que l'alumne podrà inscriure's per fer el Bloc Comú a qualsevol centre a Catalunya que convoqui el Bloc Comú de Nivell I, format LOE:**

INSTITUT RAMBLA PRIM (BCN)
INSTITUT JAUME I (Salou)
INSTITUT LA POBLA DE SEGUR (La Pobla)
INSTITUT ROCAGROSSA (Lloret de mar)
INSTITUT SERRALLARGA (Blanes)
INSTITUT JOAN ORÓ (Lleida)
INSTITUT PERE ALSIUS I TORRENT (Banyoles)
EFTE Escola Catalana de l'Esport (Esplugues)
INSTITUT MOLLERUSSA (Mollerussa)
INSTITUT ALEXANDRE SATORRAS (Mataró)
INSTITUT AGUSTÍ SERRA I FONTANET (Sabadell)
INSTITUT ILLA DE RODES (Roses)
INSTITUT DE TECNIFICACIÓ (Amposta)

Per a més informació, consulteu la pàgina web del Departament d'Ensenyament:

www.gencat.cat/ensenyament/

***PERÍODE DE PRÀCTIQUES: Del 03 de d'agost de 2015 al 03 d'agost de 2016**

El període de pràctiques es realitzarà en finalitzar el període lectiu sempre i quan es compleixin els següents requisits:

- que l'alumnat hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Específic i, que l'alumnat hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Comú o com a mínim hi estigui matriculat.

Requisits per a la inscripció:

- Edat mínima: 16 anys complerts en el moment de la inscripció.
- Disposar del títol de graduat en educació secundària obligatòria (o equivalent, o superior a efectes acadèmics) o bé, document acreditatiu de la superació de la prova d'accés a cicles formatius de grau mitjà o de grau superior
- Disposar d'una fotografia de carnet
- Disposar de la llicència federativa vigent.
- Disposar del document justificatiu de l'ingrés de l'import de les proves d'accés

Imports del curs:

Prova d'accés: 49,25 €

Bloc Comú : 136 €

Bloc Específic + Període de Pràctiques + Varis: 717,50 €

TOTAL: 902,75€

*** El pagament de la inscripció a les proves d'accés s'haurà d'efectuar a través de la pàgina web de la Federació Catalana de Gimnàstica: www.gimcat.com. Un cop tramitada la inscripció, el pagament del Bloc Específic, el Període de Pràctiques i els Varis, es realitzarà mitjançant una targeta de crèdit o dèbit a través del mateix programa".**

*** El pagament del BLOC COMÚ, s'haurà d'efectuar mitjançant un ingrés a l'entitat financera La Caixa CC:**

ES29 2100 0148 5602 0059 7260

Terminis:

Inscripció: fins el 11/06/2015
Llista provisional admesos a la prova d'accés: 16/06/2015
Llista definitiva d'admesos a la prova d'accés: 22/06/2015
Acta definitiva de la prova d'accés: 29/06/2015
Llista definitiva d'admesos al curs: 03/07/2015
Terminis de pagament: del 03/07/2015 fins el 09/07/2015

Inscripcions:

- Les sol·licituds d'inscripció s'han de presentar a:
Federació Catalana de Gimnàstica Passeig Olímpic 17-19 08038 Barcelona
Telèfon – 93 426 94 78
- Els impresos estaran a disposició dels interessats a:
www.gencat.cat/esports
www.gimcat.com/

Número de places:

- El mínim serà de 25 alumnes i el màxim de 35 alumnes
- (La Federació Catalana de Gimnàstica i l'Escola Catalana de l'Esport es reserven el dret d'anul·lar el curs en cas de no arribar al mínim d'alumnes establert)

PLA FORMATIU.- : PF112GIGR01(TOTAL: 350 h)

(Segons Resolució de 7 de febrero de 2012, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publica el plan formativo de las especialidades de gimnasia artística, gimnasia rítmica, gimnasia trampolín, gimnasia acrobática y gimnasia aeróbica, pertenecientes a la modalidad deportiva de gimnasia. BOE Núm. 50 Martes 28 de febrero de 2012 Sec. III. Pág. 17191.

• BLOC COMÚ

Bases del comportament esportiu	30 hores
Primers auxilis	20 hores
Activitat física adaptada i discapacitat	10 hores
Organització esportiva	20 hores
TOTAL	80 hores

• BLOC ESPECÍFIC

Tècnica corporal	15 hores
Ballet i dansa	12 hores
Corda	12 hores
Cèrcol	12 hores
Pilota	12 hores
Maces	12 hores
Cinta	12 hores
Conjunt	15 hores
Reglament	10 hores
Didàctica de l'acondicionament físic específic	15 hores
Seguretat e higiene en l'ensenyança de la gimnàstica rítmica	08 hores
Administració, gestió i desenvolupament professional	05 hores
TOTAL	140 hores

• PERÍODE DE PRÀCTIQUES **150 hores**

PROVA D'ACCÉS CURS DE NIVELL I EN GIMNÀSTICA RÍTMICA

Estructura de la prova.

L'alumne realitzarà les següents dificultats corporals i elements tècnics:

Tècnica corporal:

- 1 salt (lliure).
- 1 equilibri (lliure).
- 1 gir (lliure).
- 1 flexibilitat/ona (lliure).

Pilota:

- 1 rodament pels braços de mà a mà per davant.
- 1 moviment en vuit.
- 1 llançament amb una mà i recepció a una mà.

Corda:

- Sèrie de tres saltets per dins de la corda.
- 1 escapada simple.
- 1 llançament.

Cèrcol:

- 1 rodament de retrocés pel terra.
- Rotacions del cercol amb la mà en diferents plànols i rotacions del cercol sobre el seu eix al terra.
- 1 llançament d'una mà i recollida d'una mà.

Maces:

- Petites rotacions en diferents plànols.
- Petit llançament de les dues maces.
- Gran llançament d'una maça.

Cinta:

- Espirals amb ambdues mans.
- Serpentines amb ambdues mans.
- Escapada.

* Cada alumne segons el seu nivell tècnic triarà la complexitat de cada requisit tècnic.

Criteri d'avaluació:

- 5 punts: execució exempta d'errors tècnics.
- 4 punts: execució amb errors lleus.
- 3 punts: execució amb errors mitjos que no impossibiliten la realització de l'element.
- 2 punts: errors greus que dificulten o distorsionen en gran manera l'execució de l'element.
- 0 punt: no ser capaç d'executar.

L'alumne serà apte sempre que assoleixi un mínim de 9 punts a cada un dels aparells i 12 punts en tècnica corporal.

