

ALFONSO  
ESCRIG VARA

# ACROSPORT APLICAT A MUNTATGES COREOGRÀFICS

**BUSQUES UNA ACTIVITAT  
INCLUSIVA, COOPERATIVA I  
APLICABLE 100% A L'ABPA?**

Donem-li sentit i estructura a les  
coreografies del nostre alumnat amb un  
treball competencial treballant la força,  
l'ADM i l'equilibri



GENERALITAT  
VALENCIANA  
Conselleria d'Educació,  
Investigació, Cultura i Esport

TOTS  
A UNA  
VELL



cefire

ABPA: APRENENTATGE BASAT EN PROJECTES ARTÍSTICS



**"Acrosport aplicat a muntatges coreogràfics "**

Elaborat per *Alfonso Escrig Vara* per al CEFIRE Artísticoexpressiu.

Subdirecció General de Formació del Professorat. Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport  
Baix llicència Reconeixement-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional[1]

---

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

---

# ÍNDEX

---

- 1.- INTRODUCCIÓ
- 2.- OBJECTIUS DE LA CÀPSULA
- 3.- QUÈ ENTENEM PER ACROSPORT
- 4.- LA IMPORTÀNCIA DEL CONTEXT
- 5.- ENTORN CURRICULAR
- 6.- DISSENY D'UNA COREOGRAFIA APLICADA
- 7.- L'AVAUACIÓ
- 8.- RECURSOS



( Fig. 1 El meu alumnat; IES Marcos Zaragoza, La Vilajoiosa )

# ABPA, COREOGRAFIES I ACROSPORT?

## 1 // INTRODUCCIÓ

L'ACROSPORT A LA NOSTRA PROGRAMACIÓ D'EDUCACIÓ FÍSICA; JA SIGA DINS D'UNA UDI, D'UN PROJECTE D'ÀREA, COM D'UN MÉS AMBICIÓS INTERDISCIPLINAR; ENS DONA LA POSSIBILITAT DE TREBALLAR DIFERENTS CONTINGUTS DEL CURRÍCULUM DE MANERA CREATIVA I COOPERATIVA

(ex. mesures de seguretat), la resolució de conflictes propis del treball cooperatiu i el treball de les emocions entre altres justifiquen l'elecció d'aquest contingut dins d'un ABPA.

La següent càpsula busca ajudar en la creació del disseny de muntatges coreogràfics basats en l'acrosport dins d'una metodologia basada en projectes (ABPA). Considerant el context pròxim (APS) i l'entorn curricular propi. D'aquesta manera intentem donar cabuda a la majoria dels elements inherents al procés d'aprenentatge buscant l'adquisició de competències en l'àmbit intel·lectual, físic i social (K.Robinson, 2015).

La creació d'una trama, la transformació d'un espai amb decorats i atrezzo, l'assoliment d'habilitats motrius, el treball de la condició física (força i ADM) i la salut



( Fig. 2 El meu alumnat; IES Vilafranca & IES Benassal, Vilafranca )





# SI NO SAPS ON ANAR NO IMPORTA EL CAMÍ QUE AGAFES

*(Alice's Adventures in Wonderland, Lewis Carroll).*

## 2 // OBJECTIUS DE LA CÀPSULA

---

### OBJECTIUS GENERALS

- Millorar els recursos dels nostres docents.
- Donar a conèixer i reconèixer l'acroport o gimnàstica acrobàtica així com el disseny de muntatges coreogràfics com a recurs per a una metodologia ABPA.

### OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Crear un disseny pilot de muntatge coreogràfic d'acroport.
- Aplicar alguna de les fases del "projecte" a l'aula.
- Ampliar els recursos que ofereix la càpsula creant un repositori 2.0
- Proporcionar suport i feedback personalitzat i cooperatiu.
- Realitzar una coavaluació entre tots i totes les participants de la càpsula.

---

**"ELS CANVIS ENS PORTEN FORA DE LA NOSTRA ZONA DE CONFORT I ENS FORCEN A FER LES COSES DIFERENTS, I AIXÒ ES DUR. ELS REPTES ENS FAN REPENSAR LA NOSTRA POSICIÓ I AIXÒ ÉS INCÒMODE"**

*(The Servant, James C. Hunter).*

---

# GIMNÀSTICA ACROBÀTICA, ACROSPORT, ACROBALANCE...



## 3 // QUÈ ENTENEM PER ACROSPORT

A l'hora d'arribar a un acord sobre que entenem per acrosport, ens trobem, en general, amb dos termes bàsics, el mateix acrosport i gimnàstica acrobàtica. La bibliografia actual utilitza ambdós termes encara que l'AVL (Acadèmia Valenciana de la Llengüa) només admet gimnàstica acrobàtica. Així és nomenada la disciplina també a la RFEG (Real Federación Española de Gimnasia).

Per altra banda, trobem el terme acrobalance com a art acrobàtic que combina elements d'Adagio (entés com a performance on una persona aguanta o alça una altra en diferents posicions) i Hand balancing (entés com a performance acrobàtica en la qual el cos canvia de posició o aguanta posicions equilibrant-se únicament amb una o ambdues mans). ➡



(Fig. 3 Tuccaro, 1599;  
Disponible mediante cc search)

"Esport acrobàtic-coreogràfic que integra tres elements fonamentals: formació de figures o piràmides corporals, acrobàcies i elements de força, i flexibilitat a més d'equilibris com a transicions entre figures."



(Gimnàstica Acrobàtica. (sf). Disponible en Viquipèdia)

NEVER FORGET WHAT YOU ARE, FOR SURELY THE WORLD WILL NOT. MAKE IT YOUR STRENGTH. ARMOUR YOURSELF IN IT, AND IT WILL NEVER BE USED TO HURT YOU.” ➡

(Tyron Lannister, en *A Song of Ice and Fire*, George R.R. Martin)

## 4 // LA IMPORTÀNCIA DEL CONTEXT



(Fig. 4 Word cloud; ApS & Lion, A. Escrig)

Com diu la cita hem de fer del nostre entorn una fortalesa. L'habilitat que tinguem com a docents en integrar l'educació física a la vida del nostre alumnat afavorirà un aprenentatge basat en contextos reals i propers a l'alumnat (González, 2014). L'escola ha de dissenyar situacions d'ensenyament que connecten el currículum amb les pràctiques socials i culturals del seu entorn per aconseguir un enfocament competencial real (Moya, 2008).

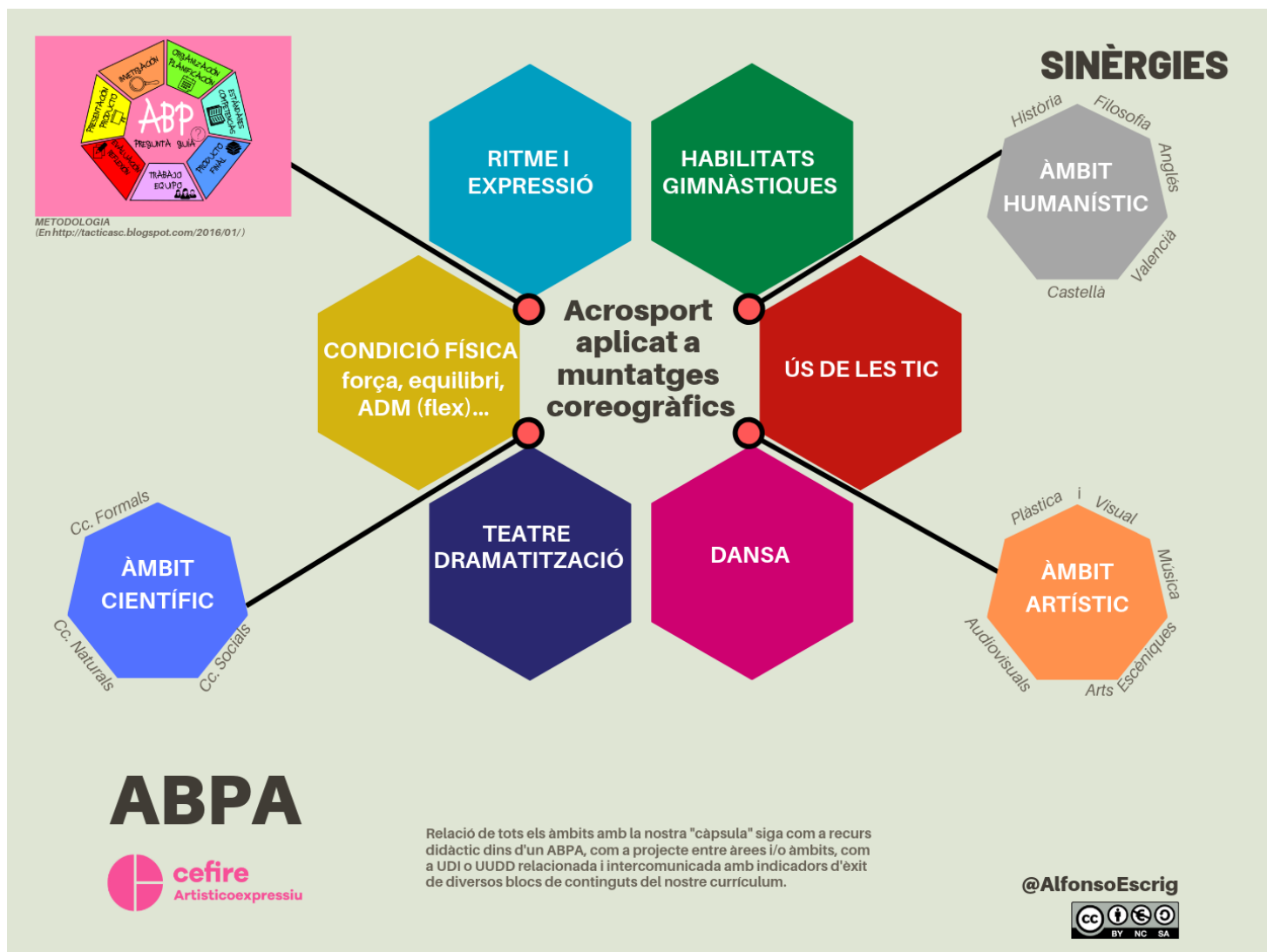
Això ens porta a la primera fase del nostre muntatge coreogràfic aplicat a l'acrosport. Quina motivació tenim per fer-ho? Perquè ho fem? Hem de buscar tant en el nostre claustre com entre l'alumnat i el seu entorn lúdic, social i emocional una raó i un sentit al nostre treball. Tal volta volem fer un espectacle solidari (ex. violència de gènere), emocionar als nostres majors (avis, una profe que es jubila...) o als nostres germans xicotets, pensem-ho...

### QUÈ HE DE FER?

- 1.- Busca i fes una proposta basada en el teu entorn real, donant-li un sentit al treball artístic que farem.
- 2.- Aquest treball pot servir d'inici a una possible trama o història per al nostre muntatge coreogràfic d'acrosport.
- 3.- Inclou la teua proposta a la plantilla final.

# BUSQUEM SINÈRGIES

## 5 // ENTORN CURRICULAR



(Fig. 5 Sinèrgies ABPA Acrosport, A. Escrig)

## QUÈ HE DE FER?

- 1.- Busca al menys 4 indicadors d'èxit al "document pont" de la teua àrea en blocs diferents.
- 2.- Pensa i inclou un possible contingut a mode de títol tant de l'àmbit científic, humanístic com artístic.
- 3.- Inclou la teua proposta a la plantilla final.



**"NO SÉ... ME SIENTO MUY BIEN. AL PRINCIPIO ESTOY AGARROTADO, PERO CUANDO EMPIEZO A MOVERME LO OLVIDO TODO. Y... ES COMO SI DESAPARECIERA, COMO SI DESAPARECIERA Y TODO MI CUERPO CAMBIARA. COMO SI TUVIERA FUEGO DENTRO Y ME VEO VOLANDO, COMO UN PÁJARO. SIENTO COMO ELECTRICIDAD. SÍ, COMO ELECTRICIDAD."** ↪

(Billy Elliot, en la prova d'admissió del Royal Ballet, respon a un membre del jurat que li pregunta que se sent al ballar; disponible en [https://es.wikiquote.org/wiki/Billy\\_Elliot](https://es.wikiquote.org/wiki/Billy_Elliot))

## 6 // DISSENY D'UNA COREOGRAFIA APLICADA



A continuació fent **clic** a la imatge del "cervell blau" tindràs accés a un mapa mental amb l'aplicació **mind42** ↪

### QUÈ HE DE FER?

1.- Obri una finestra amb el mind42 (pots centrar, obrir i tancar els nodes, ampliar i reduir amb aquests botons).



2.- Fes una primera ullada general. El "3" està repetit perquè implica decidir i/o saber si hem trobat eixa sinergia de col·laboració amb altres àrees. En cas contrari haurem d'agafar ambdós rols.

3.- En cas d'unitats o sessions prèvies tècniques podem passar al punt "clau" TÈCNICA.

4.- Disseny 2 figures d'element imatge a figura d'acroport i 2 de dibuix a figura: 1 individual, 1 figura de parelles, 1 figura de 4uds, i 1 gran grup ( més de 4).

5.- Comparteix els teus dibuixos o fotos al fòrum de Moodle de la càpsula i a la plantilla final.

6.- Si vols un treball més enriquidor prova ja mateix a fer-ho amb el teu alumnat, que siguem ells qui dibuixen les figures amb la temàtica determinada. Veuràs quins resultats! ;)

# RUBRICANT LA PRÀCTICA

## 7 // L'AVALUACIÓ

I tot això com ho avaluem? Aquesta és una qüestió clau. Amb l'aplicació iDoceo, d'Apple ( Additio per a Android), vos he fet una rúbrica molt millorable, incompleta i que de fet no vos serà útil a tots/es tal qual... Correspon a un curs de 3r ESO. Baix al costat de "Què he de fer" teniu un enllaç de descàrrega per a poder-la modificar i al costat podeu veure una captura de pantalla original fent clic damunt de la imatge.

Opcionalment, jugueu amb ella per adaptar-la al vostre context i sobretot a l'hora d'avaluar competencialment utilitzeu el document pont corresponent, fent una gradació dels indicadors d'èxit que indiquen el nivell d'assoliment dels descriptors. Els % per a obtenir una qualificació numèrica com tot també és modificable i s'ha de concretar en cada entorn per a que l'avaluació siga individualitzada.

Si els descriptors estan ben redactats, podràs inclús plastificar-la i donar-la als grups per a què, pegant gomets, puguen fer una coavaluació entre iguals (peer to peer).

Editar	Provar	Exportar	Acrosport @AlfonsoEscrib	Cancelar	Guardar			
			Premi Goya	Cirque du Soleil	Grans Artistes	Molt millorable	No apareix	
			Valoració Emocional Criteris: empatia, aprofundiment de les diferències i contactats dels companyes.	Es conflictes produïxen situacions de diàleg i mediació fent de les dificultats possibilitats, s'ajuden i animen.	Tot funciona però amb una clara guia de 1 o 2 fides. Hi ha ajudes i alguns animen al grup.	Tot funciona però hi ha moments que fa d'intercedir el docent per resoldre conflictes. S'animen.	Falta ajuda o aprofundiment de les diferències de grup i s'animen	Apareixen conflictes que trenquen el grup
			Temàtica Social original en relació amb el context de l'entorn	Relacionen el projecte amb el context més proper (Ap5)	No relacionen però es tracta un tema social d'actualitat (ex. Violència de gènere)	Comercial amb valors implícits (ex. Hakuna Matata)	Elements temàtics inconnexes i música, guó, ...performance ...)	Successió d'exercicis.
			Música Llisc amb components educatiu/social, propià o adaptació, diàls, copyright	Música Educativa comercial (drets socials, defensa d'una causa, temes del nostre entorn... Música de creació pròpia.	Música sense missatge: nouca però que té sentit amb la temàtica i figures proposades i a l'estructura de la performance	Música preparada però no entesa en intenció amb el muntatge i desmuntatge de figures	Agafen qualtevol, improvisen	No hi ha
			Temps / Duració	S'ajuda al temps 3 min	30seg > o <	1min > o <	2min > o <	+ / - 3min
			Disseny Artístic General	Efectes especials, maquillatge, vestuari, atrezzo, decorats, projeccions	Falta un element	Falten 2 elements	Tots i totes van d'un color o 2	Aporten algun element però sense massa cohesió o no aporten
			Disseny Artístic Interpretacions Figuratives	Relacionen totes les figures d'acrosport amb la temàtica entreguen dibuixos d'imatge a figura d'acrosport	Relacionen totes les figures d'acrosport amb la temàtica entreguen dibuixos de figura d'acrosport a imatge (silueta)	Més de la meitat de figures estan relacionades	Més de la meitat de figures estan relacionades	No hi ha cap relació, no entreguen res.
			Disseny Tècnic i Muntatge Storyboard & Timing	Entreguen un guió i l'ustrat, storyboard, comptes amb un timeline de l'aparició de les figures d'acrosport. App i/o vídeo	Esón ho fan en paper no fan un vídeo o utilitzen una App o aplicació 2.0.	Entreguen el l'ustrat falta elements.	Entreguen un paper a l'hora	No entreguen res de res
			Tècnica Seguretat i ajudes	Respecten els rols portanogl dependen del somnolent. Utilitzen rol ajudant. Desmuntatge. No postures ni zones perilloses (ex.lumbars)		@AlfonsoEscrib		Cap mesura s'ha tingut en compte. S'ha de practicar veient el perfil clar de lesions i/o s'ha produït un accident evitable
			Tècnica Figures	Mínim 2 1 de grup 2 1 de 4 2 puntes 1 trio individuals Amb moviment				
			Tècnica Dificultat		Inversions Figures compostes Implements	Figures compostes Implements		

## QUÈ HE DE FER?

- 1.- Descarregat la rúbrica que he creat per avaluar el nostre projecte didàctic.
- 2.- Ara és el moment que agafes els indicadors d'èxit que vas escollir al punt 5 "Entorn curricular" i els introduïsqués a la rúbrica. Fes una gradació d'aquests.
- 3.- Per això, pots modificar els diferents descriptors d'assoliment (atributs a l'inici de cada fila de la rúbrica), crear-ne de nous o eliminar-los.
- 4.- Exemple: El primer descriptor - Valoració Emocional - La columna de màxima adquisició del descriptor correspon a un indicador (Curs 3r d'ESO, Bloc Transversal).

# L'APRENTATGE POT RESIDIR EN DISPOSITIUS NO HUMANS. EL DOCENT NO ÉS L'ÚNICA FONT DE CONTINGUT, GUIA EL PROCÉS (LEARNING BY DOING)

(Siemens (2004) Conectivismo una teoría de aprendizaje para la era digital)

## 8// RECURSOS

---

- Blázquez, D. (2017) Como evaluar bien Educación Física. Barcelona: INDE.
- Documents Pont Curriculum Primària (Disponible en <http://mestreacasa.gva.es/web/formaciodelprofessorat/dp> ).
- Documents Pont Curriculum de Secundària amb indicadors d'èxit. (Disponible en <http://mestreacasa.gva.es/web/formaciodelprofessorat/dpsecundaria> ).
- González C. Monguillot M. Zurita M. (2014) Una educación física para la vida. Barcelona: INDE.
- Liarte, J.L. (2018) Evaluación Fundamentos Técnicas Instrumento (Disponible en <https://youtu.be/xQhIpBWH81I> )
- Moya, J. (Coord.) (2008). De las competencias básicas al currículo integrado. Proyecto Atlántida. (Disponible en <http://www.proyectoatlantida.eu/wordpress/wp-content/uploads/2015/01/Competencias.pdf>).
- Quintero, L (s.f.) Sesión Acrosport 3ºESO [Blog post] Competencia Motriz [Blog] (Disponible en <http://www.competenciamotriz.com/search/label/Acrosport> )
- RFEG, sección acrobática. Tablas dificultad campeonato de España Alevín (Disponible en <http://rfegimnasia.es/especialidades/normativa/Especialidad/6> )
- Roudneff (s.f) Acrosport [Aplicació Flash] (Disponible en <http://tice-eps.roudneff.com/acrosportmenu.html> )
- Roudneff (s.f) Pyramides et figures d'acrosport en 3D (Disponible en <http://acrosport.roudneff.com/> )
- Siemens (2004) Conectivismo una teoría de aprendizaje para la era digital. (Disponible en <https://es.scribd.com/doc/201419/Conectivismo-una-teoria-del-aprendizaje-para-la-era-digital>).