

ACROSPORT: la GIMNÀSTICA de la COOPERACIÓ

Amb origen en los acròbates del Circ i nascut de la gimnàstica esportiva i rítmica, L'ACROSPORT o GIMNÀSTICA ACROBÀTICA, afavoreix la cooperació entre alumnes, fomentant el treball en equip, assumint les diferències de nivell i la realització de distintes funcions dins del grup.

ORIGEN DEL ACROSPORT

És l'esport de l'acrobàcia. Documents de l'antic Egipte ja reflecteixen artistes fent diferents actuacions acrobàtiques, malabars..., però no és fins el segle XVIII, quan aquestes activitats es desenvolupen plenament en el Circ.

A Espanya les primeres manifestacions circenses que podem considerar com a tals provenen dels joglars.

S'observen dos funcions ben diferenciades:

- el PORTADOR: persona que subjecta i suporta el pes de la figura acrobàtica
- l' ÀGIL: persona que realitza elements d'equilibri i flexibilitat damunt el portador per tal de decorar la figura.

La construcció de Piràmides humanes s'observa al llarg de la història com un fenomen molt llunyà, exponent de la cultura dels pobles que obeeix a diverses formes de manifestació al llarg de la seva evolució històrica. , En el nostre país ric en danses tradicionals que generalment culminen amb una composició estàtica o dinàmica en la que uns ascendeixen sobre altres formant una torre, un castell o una piràmide, destaquen en l'actualitat a Catalunya, els Castells.

PRESENTACIÓ DE L'ESPORT

El acrosport es una disciplina esportiva inclosa en la Federació Internacional d'Esports Acrobàtics, fundada el 1973.

Es practica en un tapís de 12x12m. En el que se realitzen exercicis amb acompanyament musical. L'exercici ha de tenir elements acrobàtics i gimnàstics de flexibilitat, equilibri, salts i girs i moviments en cooperació entre els components del grup, executant formacions corporals, formant un conjunto harmònic amb elements coreogràfics. La duració de l'exercici es de entre 2' 15" y 2' 30" segons la categoria

Es valora: la dificultat, la tècnica i la dimensió artística de la composició.

QUALITATS PEDAGÒGIQUES DE L' ACROSPORT

Les principals característiques que destaquen d'aquesta activitat física per incloure-la com educativa són:

COOPERACIÓ: es bàsica, ja que el treball es realitza en grup sent fonamental la col·laboració de tots els membres.

CREATIVITAT: aquesta cooperació serà primordial per desenvolupar la creativitat. En el treball en grup es podran crear variades formes corporals i expressives amb l'objectiu de sorprendre i enriquir la resta de grups.

MOTRICITAT: millora el control corporal i les capacitats físiques. Tothom aporta el seu gra de sorra ja que els menys hàbils o més forts podran actuar de base en la construcció de las figures i els més lleugers podran pujar sobre aquestes bases. D'igual forma uns tindran més dots per ballar i altres per inventar formes... El treball mixt afavoreix el major contacte entre companys desenvolupant millor les relacions afectives i socials, millorant el clima del grup.

FIGURES PER PARELLES

