



Informació del Curs de Tècnic Esportiu Nivell I

2025 – PT092501GIAR

Modalitat: gimnàstica artística – EFTE MONTJUIC - A*

Dates del 18/03/2025 fins al 28/07/2026.

Inscripcions

Les sol·licituds d'inscripció a la **prova d'accés i període de pràctiques** s'han de presentar a INEFC Barcelona (Av. de l'Estadi, 30, Barcelona –) o a través del següent mail:

eftem@gencat.cat.

Requisits per a la inscripció al curs

- Títol de graduat en ESO (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 del certificat vigent de la prova específica d'accés

Per inscriure's al curs, cal disposar dels següents requisits, estar matriculat o cursant o realitzant l'itinerari:

- 1r curs - Esports individuals i d'adversari I
- 1r curs - Expressió corporal i dansa
- 2n curs - Aprenentatge i desenvolupament motor
- 3r curs - Primers auxilis i patologies de l'AF i l'esport
- 3r curs - Principis i bases de l'ensenyament de l'AF i l'esport adaptat
- 3r curs - Gestió de l'esport

(Us recordem que no es podrà emetre el certificat de Nivell I fins que no s'hagi superat tota la formació i es pugui acreditar la superació de totes aquestes matèries)

* Segons Resolució del Secretària General de l'Esport, president del Consell Català de l'Esport, d'acord amb l'Ordre del Ministeri d'Educació, Cultura i Esport, ECD/158/2014, de 5 de febrer.

Terminis per a la inscripció al curs:

Inscripció al curs i pagament de la prova d'accés	fins al 04/03/2025
Llista provisional admesos prova accés	11/03/2025
Llista definitiva d'admesos prova accés	14/03/2025
Acta definitiva de la prova d'accés	19/03/2025
Llista definitiva d'admesos al curs	20/03/2025
Terminis de pagament	del 21/03 fins al 2/04/2025

Imports del curs

Prova d'accés	49,25 €
Bloc Específic	76,12 €
Període Pràctiques	50,00 €
Altres	75,00 €
TOTAL	251,10 €

Prova d'accés*

Data: Dimarts 18 de març del 2025 de 11.30 a 13.00 h.

Lloc: INEFC Barcelona. Avinguda de l'Estadi 12-22. 08038. Barcelona.

*És obligatori presentar el DNI/passaport original per realitzar la prova d'accés. No s'admetran fotocòpies ni fotos al mòbil.

Bloc específic

Lloc: INEFC Barcelona. Avinguda de l'Estadi 12-22. 08038. Barcelona.

Dates i horaris:

- **Online síncron:** treball autònom establert entre els dies del 7 d'abril al 12 de maig de 2025.

Exàmens del Bloc Específic

- Convocatòria ordinària: a mesura que es vagi acabant cada matèria s'aniran fent els exàmens d'aquesta.
- Convocatòria extraordinària: 12 de juny de 2025 de 15:00 a 20:00 h.

Període de pràctiques

Del 12 de maig del 2025 fins al 28 de juliol del 2026.

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

- L'alumne hagi superat la totalitat dels continguts del bloc específic
- L'alumne hagi superat la totalitat de les assignatures que es requereixen per ésser admès al curs. Només es podran presentar les pràctiques a la Federació Catalana de Gimnàstica, una vegada s'hagin superat les matèries esmentades com a requisit i les del bloc específic.

Nombre de places

El mínim serà de 10 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 PF 112GIAR01 TOTAL: 375 hores

(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	80 h
Bases del Comportament Esportiu	30 h
Primers Auxilis	30 h
Activitat Física Adaptada i Discapacitat	10 h
Organització Esportiva	10 h
Bloc específic	145 h
Terra	11 h
Poltre amb arcs	11 h
Anelles	11 h
Salt	11 h
Paral·leles masculines	11 h
Barra fixa	11 h
Paral·leles asimètriques	11 h
Barra d'equilibris	11 h
Ballet i tècnica corporal	10 h
Reglament G.A.M.	09 h
Reglament G.A.F.	09 h
Composició musical	05 h
Didàctica i a condicionament físic específic	10 h
Seguretat i higiene en l'ensenyança de la gimnàstica artística	08 h
Administració, gestió i desenvolupament professional	06 h
Període de pràctiques	150 h

(*) Els alumnes admesos al curs, només cursaran les àrees en vermell.

Prova específica d'accés del curs de nivell I de gimnàstica artística en període transitori.

Estructura de la prova.

Exercicis a terra:

Realització de la següent sèrie d'elements enllaçats:

- Roda lateral - $\frac{1}{4}$ de gir endavant - seguit de pi – tombar - gripau (2 seg.) - ajuntar cames – cercle de braços enrere – suport dorsal (2 segons) - $\frac{1}{2}$ gir suport facial (2 segons) – ballestar a cames entre els braços i salt a dalt en extensió – tombarella enrere agrupada a cames juntes i rectes – salt gimnàstic des de «chassé» (galopi o agrupat o zancada) – dos o tres passos de carrera tombarella saltada endavant o rondada o colom.

Exercicis de salt:

Elecció d'un dels tres elements especificats a continuació, demostratius del coneixement mínim de l'estructura bàsica del salt.

- Saltar i parar: amb cursa i saltant al trampolí saltar la taula de salt a una altura de 1.20 m., amb suport de mans i amb cames obertes i esteses a la recepció de peus junts.
- Salt vertical des de tècnica de l'aparell de salt: des de carrera davant de salt a impuls al trampolí i elevació a posició dempeus (sense suport de mans) en taula de salt, matalàs o plinto a 1 metre d'altura.
- Colom: des de carrera davant de salt a impuls al trampolí i execució del salt colom en taula de salt o en matalàs a caure en posició ajaguts. (1 metre d'altura).

Exercicis en barra fixa/paral·leles asimètriques:

Realització d'una sèrie d'elements que impliquen demostració d'uns mínims coneixements bàsics dels aparells que requereixen suspensions, vols i impulsos:

- De suspensió elevar cames rectes a angle (2 segons) – baixar cames i flexionant braços i maluc pujar per davant realitzant volta de tripa enrere amb cames juntes i flexionades (volta canària) – despegue cames juntes i rectes – volta de tripa enrere amb cames juntes i rectes – vols en banda superior de paral·lels asimètrics o barra fixa. Bascular per davant a balanceig endavant- balanceig enrere – balanceig endavant – balanceig enrere – deixar anar per darrere la recepció.

Criteri d'avaluació:

- 5 punts: execució sense errors tècnics i aconseguits en la seva totalitat.
- 4 punts: execució amb errors tècnics no fonamentals (lleus).
- 3 punts: errors tècnics que no impossibiliten l'execució de l'element o enllaç (mitjà).
- 2 punts: greus errors tècnics que dificulten en gran manera l'execució de l'element o enllaç.
- 0 punt: no executar.

L'alumne haurà d'assolir un mínim de 9 punts en total per ser apte

Expedició de certificats

- Des del 31 de gener de 2014 i atenent a la LLEI 2/2014, de 27 de gener, de mesures fiscals, administratives, financeres i del sector públic, l'emissió del certificat de nivell I, nivell II i nivell III en període transitori té un cost de 22,80 €, 45,50 € i 68,25 € respectivament.
- La inscripció al ROPEC és gratuïta i es fa d'ofici en el moment d'expedir el certificat de nivell I.
- Un cop superats els 3 blocs (comú, específic i pràctiques) l'Escola Catalana de l'Esport es posarà en contacte amb l'alumne per comunicar-li que ja pot sol·licitar l'expedició del seu certificat, indicant-li la manera de fer-ho.