

Informació del Curs de Tècnic Esportiu Nivell I

2025 – PT092501GIGR

Modalitat: Gimnàstica rítmica Sant Cugat del Vallès*

Dates del 29/11/2025 fins al 18/01/2027

Inscripcions

Les sol·licituds d'inscripció a la **prova d'accés, bloc específic i període de pràctiques** s'han d'enviar a la Federació Catalana de Gimnàstica per correu electrònic a l'adreça escola@gimcat.com.

La inscripció al **bloc comú** convocat en aquest document o a qualsevol dels blocs comuns convocats per l'Escola Catalana de l'Esport (format LOE), es formalitzarà mitjançant la complementació [del formulari electrònic en els períodes de preinscripció de l'Escola Catalana de l'Esport](#), que son quatre: el maig, setembre, novembre i febrer

Requisits per a la inscripció al curs:

- a) 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.
- b) Llicència federativa vigent
- c) Disposar del certificat vigent de la prova específica d'accés.

Terminis per a la inscripció al curs:

Inscripció al curs i pagament de la prova d'accés	fins al 13/11/2025
Llista provisional admesos prova accés	17/11/2025
Llista definitiva d'admesos prova accés	18/11/2025
Acta definitiva de la prova d'accés	01/12/2025
Llista definitiva d'admesos al curs	02/12/2025
Terminis de pagament	del 02/12 fins al 10/12/2025

* Segons Resolució del secretari 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.

Imports del curs

Prova d'accés	49,25 €
Bloc Específic	367,50 €
Període Pràctiques	50,00 €
Varis	225,00 €
TOTAL	691,75 €

Import del bloc comú:

Bloc comú 136,00€*

*Aquest import correspon als preus públics vigents del departament d'educació i es fa efectiu al centre on s'imparteix aquest bloc formatiu.

Prova d'accés

Data: dissabte 29 de novembre del 2025 de 16.00 a 18.00h.

Lloc: Pista poliesportiva (Carrer Dos De Maig, 31, Sant Cugat del Vallès).

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

Bloc específic

Lloc: Pista poliesportiva (Carrer Dos De Maig, 31, Sant Cugat del Vallès)

Dates i horaris: Del 20 de desembre de 2025 al 18 de gener del 2026.

- **Presencial**
 - Els següents dissabtes i diumenges: 20, 21, 27 i 28 de desembre, i 3, 4, 10, 11, 17 i 18 de gener. Horari de 10.00 a 14.00 h, i de 16.00 a 20.00 h (excepte el 20 de desembre, 10 i 17 de gener, que és de 15.00 a 20.00 h).
- **Online síncron – presencial a distància:**
 - Desembre: 22, 23, 29 i 30 de 10.00 a 14.00 h, i de 16.00 a 20.00 h
 - Gener: el 2 de de 10.00 a 14.00 h, i de 16.00 a 20.00 h, i el 5, 7, 8 i 9, de 15.00 a 20.00 h.
- **No presencial – treball autònom asíncron:** 7, 8, 9, 12, 13, 14 i 15 de gener treball de manera autònoma en diverses franges horàries (mitjançant plataforma virtual d'aprenentatge MOODLE)

Informació del curs de tècnic esportiu nivell I de gimnàstica rítmica

Exàmens del Bloc Específic

- Convocatòria ordinària: els exàmens de la convocatòria ordinària, s'aniran realitzant dins l'horari de l'assignatura, a mesura que vagin finalitzant.
- Convocatòria extraordinària: El 21 de febrer de 2026 (pendent de confirmar).

Bloc comú

Lloc: Escola Catalana de L'Esport. Carrer Sant Mateu, 27 – 37. Esplugues de Llobregat.

Dates i horaris*: del 25 de juny al 16 de juliol del 2026. Curs amb distribució curricular flexible (classes presencials físiques, presencials online síncrones i hores de treball autònom asíncron amb plataforma MOODLE).

- **Presencial i presencial online síncron:**
 - Dijous 25 de juny, a les 16.00 h presentació del curs mitjançant videoconferència.
 - Dilluns 29 de juny, dimarts 30 de juny i dimecres 1 de juliol, de 16.00 a 20.30 h, classes presencials físiques a Esplugues de Llobregat.
 - Dijous 2, dilluns 6 i dimarts 7 de juliol, 08:30 a 14:00 h, i divendres 7 de novembre de 16.00 a 20.30 h, classes online síncrones mitjançant videoconferència.
- **No presencial – treball autònom asíncron:** 26, 27, 29 i 30 de juny i 1, 2, 3, 6, 7 i 8 de juliol, de manera autònoma en diverses franges horàries (mitjançant plataforma virtual d'aprenentatge MOODLE).

* Els horaris definitius es lliuraran el dia de la presentació del curs.

Exàmens del Bloc Comú

Convocatòria ordinària: els exàmens de la convocatòria ordinària, s'aniran realitzant dins l'horari de l'assignatura, a mesura que vagin finalitzant les diferents unitats formatives.

Convocatòria extraordinària: dimecres 15 de juliol, de 16.00 a 20.45 h.

Nota: el bloc comú es pot realitzar en qualsevol centre autoritzat per Departament d'Educació (Cicle Inicial LOE).

Convalidació: per sol·licitar la convalidació del bloc comú és necessari estar matriculat/da a un bloc comú. En funció de la titulació esportiva finalitzada podeu consultar les [convalidacions del bloc comú](#).

Període de pràctiques

Del 18 de gener del 2026 al 18 de gener del 2027.

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

- L'alumne hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Específic
- L'alumne hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Comú o com a mínim estigui matriculat. Només es podran presentar les pràctiques a la Federació Catalana de Gimnàstica, una vegada s'hagi superat el Bloc Comú.

Número de places

El mínim serà de 10 alumnes i el màxim de 32 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-112GIGR01 TOTAL: 370 hores

Segons Resolución 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	140 h
Tècnica corporal	15 h
Ballet i dansa	12 h
Corda	12 h
Cèrcol	12 h
Pilota	12 h
Maces	12 h
Cinta	12 h
Conjunt	15 h
Reglament	10 h
Didàctica del condicionament físic específic	15 h
Seguretat e higiene en l'ensenyança de la gimnàstica rítmica	08 h
Administració, gestió i desenvolupament professional	05 h
Període de pràctiques	150 h

Informació del curs de tècnic esportiu nivell I de gimnàstica rítmica

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

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.

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.

Informació del curs de tècnic esportiu nivell I de gimnàstica rítmica

Av. Països Catalans, 40-48
08950 Esplugues de Llobregat
Tel. 93 480 49 00
Fax 93 480 49 10