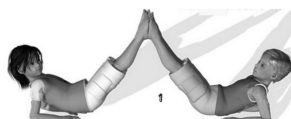
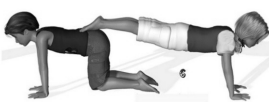


ACROSPORT 1/4 e 2/4		1º e 2º de ESO	
Sesión 1/4. Presentación da UD: Video e ppt sobre o acrosport. Fichas das figuras ordeadas segundo a dificultade. O traballo do portor, o áxil e as axudas. Presas. Normas de seguridade. Vídeos de coreografías.			
Sesión 2/4. Primeira sesión práctica.			
Materiais: colchonetas. Fichas das figuras.			
Competencias que se traballarán en todas as sesións: C.Lingüística, Interacción co mundo físico, Artística e cultural, Dixital, Social e cidadá, Autonomía e iniciativa persoal.			
Obxectivos: Practicar as técnicas básicas do acrosport, desenvolver a creatividade, valorar as normas de seguridade, mellorar as capacidades psicomotrices, crear coreografías con base musical, mellorar a autoestima, potenciar a cooperación entre os alumnos, coñecer as normas básicas de hixiene postural.			
Contidos: Terminoloxía do acrosport, quecemento específico para este deporte, diseño coreográfico, formas de axuda e prevención de lesións.			
Instrumentos de avaliación: folla de observación da U.D.			
Agrupamentos: Grupo clase para presentación e quecemento. Trios para o resto.			
TRABALLO PRÁCTICO			
Quecemento. (12') Xogos: as estatuas, brancos e negros. Ximnasia articular. Estiramentos.			
Parte principal. Repaso das normas de seguridade. Cada trío nas súas colchonetas. Xogos por trios para cohesionar e dar confianza ao grupo (Sumo, o bicho...) Principiaremos facendo figuras sinxelas de dous compoñentes. Cada compoñente do grupo fará, sempre que sexa posible de portor, de áxil e de axudante.			
			
			
			

Parte final. Estiramentos libres. Novas propostas de traballo. Recollida e colocación do material.