

ACROSPORT

Índice

- Introducción
 - ◆ Historia
 - ◆ Competiciones
- Relación del acroport con la educación física
 - ◆ Objetivos en la educación física
 - ◆ ¿Cómo ha llegado a practicarse en la asignatura de educación física?
 - ◆ Maneras de imposición del acroport
- Descripción grafica y por orden ascendente de dificultad
 - ◆ 3 pirámides de 4 personas
 - ◆ 3 pirámides de 5 personas
 - ◆ 3 pirámides de 6 personas
 - ◆ 3 pirámides de 7 personas
 - ◆ 3 pirámides de 8 personas
 - ◆ 3 pirámides de 9 personas
- ◆ Conclusiones
- ◆ Bibliografía

Introduccion

Podemos definir la palabra acroport, como el deporte de la acrobacia y acróbata es según la Real Academia Española: persona que da saltos, hace habilidades sobre un trapecio, la cuerda floja o ejecuta cualesquiera otros ejercicios gimnásticos en los espectáculos públicos.

Documentos gráficos sobre el antiguo Egipto ya reflejan artistas llevando a cabo distintas actuaciones acrobáticas, malabarísticas,..., pero no fue hasta el siglo XVIII, cuando estas actividades se desarrollaron plenamente en el Circo. En España las primeras manifestaciones provienen de los juglares.

Cada ejercicio circense puede tener correspondencia con un aparato de la Gimnasia Artística:

ð Los trapecistas, barristas, anillistas se relacionan claramente con los aparatos gimnásticos.

ð Los acróbatas de tapiz o alfombra... destacándose entre ellos los equilibristas y los volteadores mano a mano.

En los ejercicios circenses de acrobacia se observan dos funciones bien diferenciadas: el PORTOR (persona que sujeta) y el AGIL o VOLTEADOR (persona que realiza elementos de equilibrio y flexibilidad encima del portor o grandes saltos acrobáticos en fase aérea mediante lanzamientos de los portores para recepcionar de nuevo sobre ellos o en el suelo.)

La construcción de Pirámides humanas se observa a lo largo de la historia como un fenómeno muy lejano, exponente de la cultura de los pueblos que obedece a diversas formas de manifestación a lo largo de su evolución histórica. , En nuestro país tan rico en Danzas tradicionales que generalmente culminan con una composición estática o dinámica en la que unos ascienden sobre otros formando una torre, un castillo o una pirámide, destaca en la actualidad los Castells que se realizan en Cataluña.

Deporte Acrobático–Coreográfico donde se integra tres elementos fundamentales:

- Formación de Figuras o Pirámides Corporales.
- Acrobacias y elementos de fuerza, flexibilidad y equilibrios como transiciones de unas Figuras a otras.
- Elementos de danza, saltos y piruetas gimnásticas como componente coreográfico, que le otorga a este deporte el grado de artístico

También se define como un deporte Sociomotriz, donde existe siempre la presencia de uno o varios compañeros que sincronizan sus acciones motrices en un espacio estable reglado, para conseguir la realización de figuras o pirámides humanas. Por tanto, se trata de un deporte eminentemente cooperativo, donde los acróbatas realizan unas habilidades motrices específicas establecidas de antemano, en busca de una gran perfección técnica y coreográfica.

Igualmente, podemos decir que el Acrosport, es un deporte que es practicado por gimnastas con tipologías diferentes, ya que el cuerpo en esta modalidad ha de realizar dos funciones bien diferenciadas el "**portor o base**" persona que sujeta y el "**ágil o volteador**" persona que realiza los elementos de flexibilidad, equilibrio y combinaciones encima del portor o, grandes saltos acrobáticos (mortales simples, dobles, con piruetas, etc) en fase aérea mediante propulsiones de los portores para recepcionar de nuevo sobre ellos o en el suelo.

Son cinco las Categorías competitivas existentes en esta modalidad: parejas masculinas, parejas femeninas, parejas mixtas, tríos femeninos y cuartetos masculinos.

Los competidores en cada una de estas categorías han de realizar tres ejercicios de competición con una duración máxima de 2,30 minutos. El primer ejercicio es de **Balance o Equilibrio** La característica de los elementos de equilibrio es que los dos (o varios) compañeros están en contacto todo el tiempo durante la realización de la figura o pirámide. Al segundo ejercicio se le denomina de **Tempo o Dinámico**. Las características de los elementos de tempo es que el ágil es propulsado por el portor o portores para realizar movimientos aéreos, con lo cual, el contacto entre los compañeros es breve. Y por último, existe un *Ejercicio Combinado* que como su nombre indica está compuesto de elementos característicos de Posiciones de Equilibrio (Balance) y de elementos dinámicos de vuelo (Tempo).

Este deporte acrobático es un gran desconocido en nuestro país dada su escasísima tradición y práctica. Este hecho, conlleva inevitablemente ciertas limitaciones en el entrenamiento, atendiendo fundamentalmente a su proceso de enseñanza–aprendizaje, construcción y mejora de las capacidades motoras que sustentan ese aprendizaje y su proceso de perfeccionamiento, y por supuesto a una óptima organización de la planificación de la disciplina.

el estudio pretenda analizar los tiempos de intervención de cada una de las acciones motrices que hemos considerado más características

EN EL PORTOR:

Posiciones de base

- Definición: Superficie de apoyo para formar diferentes posiciones estáticas (Vernetta y col, 1996).

- Criterio de observación: Desde el momento en el que el portor mantiene una posición sosteniendo al ágil hasta que varía dicha posición por transición o bajada.

Arrancadas

- Definición: Acción en la que el portor alza al ágil en un movimiento explosivo de empuje con una flexo-extensión de piernas.
- Criterio de observación: Desde el momento en el que el portor inicia el movimiento en contacto con el ágil hasta que adquiere una posición de base.

Propulsiones

- Definición: Acción en la que el portor lanza al ágil a una evolución aérea.
- Criterio de observación: Partiendo de una posición en contacto con el ágil (suele ser con brazos flexionados), desde el instante que inicia la acción propulsiva hasta el momento en el que pierde contacto con él (suele ser con brazos extendidos).

Capturas

- Definición: Elemento dinámico en el que el vuelo del ágil termina sobre el portor sin llegar a tocar el suelo (Sports Acrobatic Handbook, 1999).
- Criterio de observación: Desde el momento en el que el portor toma contacto con el ágil, después de un vuelo de éste, hasta que equilibra su posición.

EN EL ÁGIL:

Posiciones de equilibrio

- Definición: Postura estática mantenida por el ágil sobre el portor cuya dificultad radica tanto en el acceso como en el mantenimiento de la posición.
- Criterio de observación: Desde el momento en el que el ágil mantiene una posición estática sobre el portor hasta que varía dicha posición por transición o bajada.

Subidas

- Definición: Movimiento progresivo en el que el ágil varía de una posición más baja a otra más alta sobre el portor.
- Criterio de observación: Desde el momento en el que el ágil inicia el movimiento ascendente en contacto con el portor hasta que adquiere una posición de equilibrio sobre él.

Saltos

- Definición: Movimientos en los que se produce una pérdida de contacto con la superficie de apoyo tras propulsión del portor.
- Criterio de observación: Desde el momento en el que el ágil inicia el movimiento de flexión previa hasta que despega del contacto con el portor.

Recepciones

- Definición: Movimiento en el que el ágil toma contacto con el portor o con el suelo, después de un vuelo, equilibrando su posición.

- Criterio de observación: Desde el momento en el que el ágil toma contacto con el portor o con el suelo, después de un vuelo, hasta que equilibra su posición.

AMBOS:

Transiciones

- Definición: Movimiento de una posición o elemento a otra sin vuelta al suelo o al apoyo sobre el portor. (Sports Acrobatic Handbook, 1999).
- Criterio de observación: Desde el momento en el que se inicia el movimiento para pasar de una posición estática a otra.

Elementos individuales

- Definición: Una habilidad desarrollada por un compañero sin la asistencia de otro.
- Criterio de observación: Desde el momento en que se inicia dicho elemento hasta que concluye, teniendo en cuenta el antesalto en las acrobacias.

las actividades gimnásticas y acrobáticas como contenido de Educación Física puede contribuir a desarrollar cualidades como la coordinación, la fuerza, la flexibilidad y también aspectos como la imagen mental del movimiento, la coordinación de varias habilidades y la construcción de enlaces, el trabajo del ritmo y la adaptación a la música, la cooperación y colaboración con el compañero, el conocimiento de las ayudas, el trabajo en grupo, etc. Con lo que su elección como contenido para abordarlo dentro de las clases de Educación Física puede ser acertada, y además, en muchos casos, motivante para el alumno.

El trabajo de este contenido se puede encuadrar en distintos bloques de contenidos, puesto que el trabajo gimnástico y acrobático ofrece distintas posibilidades, tales como acrobacia en suelo, acrobacia en aparatos, enlaces de habilidades gimnásticas y acrobáticas, acromontajes (acrospport), utilización de música y creación de coreografías sencillas donde se mezclen todos estos contenidos citados, etc. Por tanto, se podría tratar como una modalidad deportiva más, es decir, la gimnasia artística como deporte individual, o como actividades expresivas, dentro del bloque de ritmo y expresión. Al mismo tiempo que, como hemos visto, ofrecemos al alumno grandes posibilidades para el trabajo de cualidades físicas tales como la flexibilidad y la fuerza, y cualidades coordinativas como el equilibrio y la coordinación.

Con un carácter menos prescriptivo, se puede introducir este tipo de habilidades en el bloque de "Habilidades motrices" en el primer curso y en todos los cursos dentro del bloque de "Juegos y deportes" justificándolo como un deporte individual. Así, dentro de las posibilidades que ofrece el contenido acrobático, el acrospport, acromontaje o acrogimnasia es muy empleado actualmente dentro de las clases de Educación Física, agrupando dentro de éste todas las manifestaciones motrices de carácter gimnástico y acrobático ejecutadas en grupo, con el fin último de la exhibición sin carácter competitivo.

El acromontaje supone una experiencia global porque se pueden trabajar distintas materias tanto en Primaria (área de Educación Física, área de Artística, y área de Sociales) como en Secundaria (Educación Física, Música, Educación Plástica y Visual, Tecnología y Ciencias Sociales). Además, el acromontaje fomenta la creatividad, la desinhibición, el conocimiento del cuerpo, y es una actividad altamente motivadora

"cada vez más se plantean menos este tipo de habilidades acrobáticas y gimnásticas llegando incluso algunos docentes a desecharlas de su programación por el temor evidente al supuesto riesgo que presentan, por la falta de conocimiento de la materia y de las variables que inciden en el proceso de aprendizaje, por la búsqueda errónea de un objetivo de ejecución, a la poca participación del grupo en las tareas propuestas y también a los escasos recursos materiales que tienen los centros escolares. Otras veces es el desconocimiento del contenido

gimnástico y acrobático el que provoca la elección de otros contenidos que son menos complejos a la hora de llevarlos a la práctica".

Del total de encuestados el 46,7% imparte docencia en Enseñanza Secundaria Obligatoria (E.S.O.), y el 53,3% lo hace en Educación Primaria.

De los docentes que si incluyen este contenido en sus clases, obtenemos que en Enseñanza Primaria un 23,9% lo trabaja en el primer curso, un 32,6% lo hace en segundo curso y un 39,1% lo trabaja en el tercer curso.

En cuanto a la Enseñanza Secundaria Obligatoria, un 55,3% trabaja las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el primer ciclo, mientras que un 38,3% lo hace en segundo ciclo.

Uno de los motivos que llevan a los docentes a elegir el contenido de habilidades gimnásticas y acrobáticas es la utilización de recursos materiales.

Si se les pregunta a los alumnos, que si disponen de material necesario para realizar acrosport, el 11,7% disponen de recursos suficientes, un 61% si dispone de recursos pero éstos no son suficientes, y un 27,3% responde que no existen recursos.

Al relacionar esta variable con la etapa en la que trabajan obtenemos que en Enseñanza Secundaria Obligatoria el 64,4% de los profesores incluyen este contenido gimnástico dentro de su programación, mientras que en Enseñanza Primaria el 71,1% de los maestros no lo enseñan

Entre las causas que llevan al docente a pensar que el alumno no se siente motivado hacia la gimnasia artística encontramos que en un 41,7% se debe al desconocimiento, en un 60,9% a las malas experiencias anteriores y en 45,5 % a la dificultad técnica.

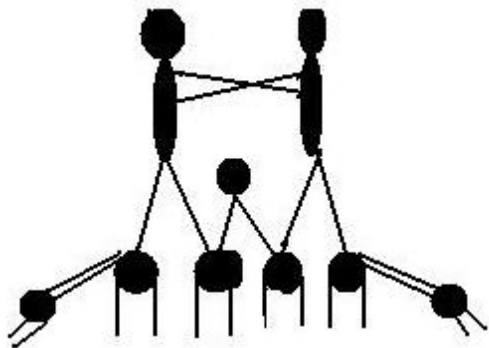
Por el contrario, entre las razones que llevan al docente a pensar que la gimnasia artística es un contenido motivante para el alumno, encontramos que un 62,1% piensa que es un contenido novedoso, y un 55,2% que implica cualidades distintas al resto de deportes.

El 83,3% de los profesores que imparten en Educación Secundaria Obligatoria consideran que los alumnos se sienten motivados hacia este tipo de contenido, mientras que el 48,1% de los maestros que imparten en Educación Primaria piensan que el contenido gimnástico no motiva a sus alumnos

Del total de docentes que trabajan el contenido de acrosport, encontramos diferencias significativas con los motivos que le llevan a elegirlo, observamos que entre aquellos que lo eligen un 78,6% de los profesores lo hacen porque les gusta esta modalidad, mientras que un 61,3% no lo trabajan porque no les gusta

Un 31% lo hacen porque les gusta el contenido, un 40% porque motiva más a los alumnos que otros contenidos y un 42% porque es uno de los contenidos mínimos que establece el currículo en Enseñanza Secundaria.

Entre los motivos por los que el docente elige el contenido de habilidades gimnásticas y acrobáticas para incluirlo en la programación, se encuentra su obligatoriedad como contenido mínimo curricular dentro de la etapa de Enseñanza Secundaria. Al establecer una relación de esta variable con el género del docente, se observa que lo incluyen por esta causa un 42,1% de las mujeres, mientras que el 88,5% de los hombres no lo incluyen dentro de la programación



Me ha gustado y he aprendido varias figuras y términos importantes sobre esta modalidad deportiva.

En conclusión se puede decir que el acroport es una modalidad de deporte en la que intervienen dos grupos de persona:

Portores y ágiles

Los portores son las bases de las pirámides y los ágiles son las personas o grupos de personas que realizan todo el trabajo de agilidad de ahí el nombre de ágiles existen campeonatos en los que se puntúan muchos términos y la dificultad de las formas, a parte de el montaje y el desmontaje, en las competiciones cada grupo de personas, tiene a aproximadamente unos 2,50 minutos para realizar 3 figuras, el acroport ha llegado a practicarse en la asignatura de educación física.

Se suele impartir en grupos de alumnos, según las características de cada uno, se les considera ágiles o portores.

Existen diferentes tipos de figuras para su realización cada una con un nivel de dificultad mayor, normalmente se empieza por la de nivel y dificultad baja, continuando hasta llegar a las más difíciles

- Paint
- Efdeportes.com
- Educaciónfísica.com
- Block.baleaerweb.net
- Enciclopedias