

Les opinions i els punts de vista expressats només comprometen el seu autor i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea o els de l'Agència Executiva Europea d'Educació i Cultura (EACEA).

LA AVALUACIÓ D'ESGRIMA EN CADIRA DE RODES



Cofinanciado por
la Unión Europea



FITXA 1: AVALUACIÓ DE CONEIXEMENTS TEÒRICS

1. Quina és la funció del "rulo" en l'esgrima?

- A) Connecta l'arma de l'esgrimista al sistema de puntuació electrònica
- B) Marca el final de la pista
- C) Indica l'inici del combat

1.2. Què passa si un esgrimista surt de la pista amb els dos peus durant un combat al final de la pista?

- A) Perd un punt.
- B) Es reinicia l'assalt desde el centre de la pista.
- C) Rep una tarjeta groga

3. Quina tarjeta emet l'àrbitre com a avís per infraccions lleus?

- A) Targeta vermella
- B) Targeta groga
- C) Targeta negra

4. En una competició per equips, quin és el nombre total de combats que es disputen?

- A) 5 combats
- B) 7 combats
- C) 9 combats

5. En quina fase de la competició individual d'esgrima són els combats de fins a un màxim de 5 tocs o 3 minuts?

- A) Fase de poules
- B) Ronda d'eliminació directa
- C) Semifinals

6. Què diu l'àrbitre quan comença un combat o un nou tocat?

- A) Preparats, llestos, endavant
- B) Preparats, en guàrdia, endavant
- C) En guàrdia, preparats, endavant

7. Es penalitza amb targeta roja:

- A) No saludar (abans o després) l'oponent o l'àrbitre.
- B) L'esgrimista que provoca contacte físic amb l'oponent.
- C) Girant l'esquena a l'oponent o sortir del costat de la pista.

8. Quina acció defensiva en esgrima consisteix a desviar o aturar l'atac de l'oponent?

- A) Atac
- B) Parada
- C) Resposta

9. Com es diu l'acció ofensiva que es realitza després de parar l'atac de l'oponent?

- A) Resposta
- B) Contraatac
- C) Marxa

10. En esgrima, com s'anomena el moviment cap endavant per acortar la distància amb l'adversari?

- A) Estocada
- B) Marxa
- C) Retirada

11. Quin moviment s'utilitza en esgrima per retirar-se i augmentar la distància de l'oponent?

- A) Fons
- B) Trencar
- C) Fletxa

12. What is the basic stance from which the attacking and defensive movements begin in fencing?

- A) Guard
- B) March
- C) Retreat

13. In wheelchair fencing, what technique is used to lean forward and attack the opponent?

- A) Advance
- B) Lunge
- C) Retreat

14. What concept in fencing defines the maximum length of the fencer's lunge extension?

- A) Short distance
- B) Medium distance
- C) Distance

15. Which weapons are affected by the convention in fencing?

- A) Epee and foil
- B) Foil and sabre
- C) Epee and sabre

RESPUESTAS:

1	A
2	A
3	B
4	C
5	A

6	C
7	B
8	B
9	A
10	B

11	B
12	A
13	B
14	C
15	B

12. Quina és la postura bàsica des de la qual comencen els moviments d'atac i defensa en esgrima?

- A) Guàrdia
- B) Marxa
- C) Retirada

13. En l'esgrima amb cadira de rodes, quina tècnica s'utilitza per inclinar-se cap endavant i atacar l'oponent?

- A) Avanç
- B) Estocada
- C) Retirada

14. Quin concepte en esgrima defineix la longitud màxima de l'extensió de gambada de l'esgrimista?

- A) Distància curta
- B) Distància mitjana
- C) Distància

15. Quines armes es veuen afectades per la convenció en esgrima?

- A) Espasa i floret
- B) Floret i sabre
- C) Espasa i sabre

RESPOSTES:

1	A
2	A
3	B
4	C.
5	A

6	C.
7	B
8	B
9	A
10	B

11	B
12	A
13	B
14	C.
15	B

FITXA 2: AVALUACIÓ DE LES HABILITATS TÈCNIQUES

GUARDIA EN CADIRA DE RODES

ELEMENTS A AVALUAR

L'AVANTBRAÇ ARMAT ESTÀ COL·LOCAT PARAL·LEL AL TERRA.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL BRAÇ ARMAT LLEUGERAMENT FLEXIONAT, SENSE CONTACTE AMB LA CADIRA NI AMB L'ALTRA MÀ.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL TRONC ES MANTÉ MÉS O MENYS EN VERTICAL.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL CAP ES MANTÉ DRET I LA MIRADA ESTÀ SEMPRE DIRIGIDA A L'ADVERSARI.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>

AVANÇ

ELEMENTS HA AVALUAR

S'INCLINA EL TRONC CAP AVANT DES DE LA CINTURA, TRASLLADANT EL PES AL MALUC DEL BRAÇ ARMAT.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL BRAÇ NO ARMAT ES MANTÉ SEMIFLEXIONAT PER A AJUDAR L'EQUILIBRI O AGAFAT A LA CADIRA.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
RETORN IMMEDIAT A LA POSICIÓ DE GUÀRDIA DESPRÉS DE COBRIR LA DISTÀNCIA.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL CAP ES MANTÉ DRET, MIRANT SEMPRE L'ADVERSARI.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>

RETIRADA

ELEMENTS HA AVALUAR

S'INCLINA EL TRONC CAP ARRERE DES DE LA CINTURA.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
DURANT EL MOVIMENT, EL TIRADOR CONSERVA L'EQUILIBRI I L'ESTABILITAT MANTENINT FERM EL BRAÇ ARMAT.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL BRAÇ NO ARMAT ES MANTÉ SEMIFLEXIONAT O AGAFAT A LA CADIRA PER A REFORÇAR L'ESTABILITAT.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL CAP ES MANTÉ DRET, MIRANT SEMPRE L'ADVERSARI.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>

EL FONS

ELEMENTS HA AVALUAR

INCLINACIÓ DECIDIDA DEL TRONC CAP AVANT DES DE LA CINTURA, AMB L'OBJECTIU D'AMPLIAR L'ABAST MÀXIM.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL BRAÇ IX ABANS QUE EL MOVIMENT DE LA CINTURA.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EL BRAÇ NO ARMAT ROMAN SEMIFLEXIONAT, A PUNT PER A ESTABILITZAR EL COS.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>
EN ACABAR EL MOVIMENT NO ES PERD L'EQUILIBRI.	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>	DE VEGADES <input type="checkbox"/>

ELS ATACS SIMPLES

ELEMENTS HA AVALUAR

EL BRAÇ S'ESTIRA I LA MÀ S'ELEVA A L'ALÇADA DE L'ESPATLA PER A TOCAR.

SÍ NO DE VEGADES

EL BRAÇ ARMAT S'ESTÉN COMPLETAMENT CAP AL BLANC.

SÍ NO DE VEGADES

LA MIRADA ESTÀ FIXADA EN DIRECCIÓ AL BLANC, AMENAÇANT L'ADVERSARI.

SÍ NO DE VEGADES

LA TRAJECTÒRIA DE LA PUNTA CAP AL BLANC ÉS CORBA I CAP AVALL.

SÍ NO DE VEGADES

LES PARADES

ELEMENTS HA AVALUAR

LA PARADA ACABA EN LA POSICIÓ PRECISA QUE COBREIX EL BLANC.

SÍ NO DE VEGADES

LA PARADA ES SINCRONITZA AMB EL FINAL DE L'ATAC DEL RIVAL.

SÍ NO DE VEGADES

LA FULLA QUEDA PERPENDICULAR O PARAL·LELA AL SÒL.

SÍ NO DE VEGADES

DESPRÉS DE PARAR, LA RESPOSTA ÉS IMMEDIATA

SÍ NO DE VEGADES

LA PARADA/RESPOSTA. EN AMBDÓS CASOS

ELEMENTS HA AVALUAR

EN LA RESPOSTA, ESTENEM EL BRAÇ I PROJECTEM LA MÀ CAP AVANT,
ELEVANT-LA FINS A L'ALÇADA DE L'ESPATLA

SÍ NO DE VEGADES

EL TRONC ESTÀ DRET, NO DESPLAÇAT CAP AVANT.

SÍ NO DE VEGADES

EL TRONC ES MANTÉ ESTABLE.

SÍ NO DE VEGADES

ELS MOVIMENTS ES REALITZEN AMB VELOCITAT PERÒ SENSE
VIOLÈNCIA.

SÍ NO DE VEGADES

FITXA 3: AVALUACIÓ DE L'ACTITUD I EL COMPORTAMENT

ELEMENTS HA AVALUAR

EXPERIÈNCIES PRÈVIES

HE PRACTICAT MÉS D'UN ESPORT EXTRAESCOLAR	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
ACTUALMENT, PRACTIQUE UN O MÉS D'UN ESPORT EXTRAESCOLAR	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
HE PRACTICAT ESGRIMA O ACTIVITATS DE LLUITA AMB ANTERIORITAT	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

PREDISPOSICIÓ

M'AGRADA FER ESPORT	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADA JUGAR I DIVERTIR-ME FENT EXERCICI	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADA COMPETIR A MOLTS ESPORTS	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADARIA APRENDRE ESGRIMA	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

FITXA 3: AVALUACIÓ DE L'ACTITUD I EL COMPORTAMENT

ELEMENTS HA AVALUAR

EXPERIÈNCIES PRÈVIES

HE PRACTICAT MÉS D'UN ESPORT EXTRAESCOLAR	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
ACTUALMENT, PRACTIQUE UN O MÉS D'UN ESPORT EXTRAESCOLAR	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
HE PRACTICAT ESGRIMA O ACTIVITATS DE LLUITA AMB ANTERIORITAT	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

PREDISPOSICIÓ

M'AGRADA FER ESPORT	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADA JUGAR I DIVERTIR-ME FENT EXERCICI	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADA COMPETIR A MOLTS ESPORTS	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
M'AGRADARIA APRENDRE ESGRIMA	SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

CONeixEMENT

PER A FER ESGRIMA ÉS NECESSARI UN VESTIT ESPECIAL

SI

NO

EN L'ESGRIMA ES DONEN COLPS.

SI

NO

EN ESGRIMA HI HA DIFERENTS TIPUS D'ARMES.

SI

NO

CONDUCTAS QUE HAY QUE OBSERVAR

ELEMENTOS HA EVALUAR

MAI-MA. A VEGADES-AV. SOVINT-SO. SEMPRE-SE

REALITZA LES TASQUES PROPOSADAES AMB FACILITAT.

MA

AV

SO

SE

ATÉN DURANT LES EXPLICACIONS.

MA

AV

SO

SE

TÉ INTERÉS PER L'ESPORT I HO DEMOSTRA.

MA

AV

SO

SE

COL-LABORA AMB ELS COMPANYS EN EL DESENVOLUPAMENT DE LES SESSIONS.

MA

AV

SO

SE

COL-LABORA AMB EL PROFESSOR EN EL DESENVOLUPAMENT DE LES SESSIONS.

MA

AV

SO

SE

PARTICIPA ACTIVAMENT EN ELS JOCS I ACTIVITATS PROPOSATS.

MA

AV

SO

SE



Cofinanciado por
la Unión Europea

