


**FULL D'AVALUACIÓ TÈCNICA D'ESQUÍ NÒRDIC**  
**ESPORT BLANC ESCOLAR - CURS 2017-2018**

MARCA AMB UNA CREU EL NIVELL DEL GRUP  	NOM DEL CENTRE D'ENSENYAMENT:																
	NOM DEL RESPONSABLE DEL CENTRE D'ENSENYAMENT:																
		DATA	HORA D'INICI I FINAL	TÈCNIC	ESTACIÓ	ESTAT METEO											
	SESSIÓ 1																
SESSIÓ 2																	
SESSIÓ 3																	
<b>PATUFET</b>	<b>Objectiu de nivell: Desplaçar-se de manera eficient i segura en terrenys amb poca pendent.</b>	Conèixer el medi i utilitzar el material de manera conscient.	Mantenir la posició bàsica en situacions de petits desequilibris i coordinacions senzilles.	Realitzar el desplaçament bàsic en terrenys plans de manera eficient.	Realitzar el pas altern elemental sense perdre la posició.	Realitzar el descens elemental en pendents suaus controlant la velocitat.											
<b>ESQUIROL</b>	<b>Objectiu de nivell: Controlar la velocitat de manera coordinada segons el nivell de la pista.</b>	Baixar pendents mitjanes controlant la velocitat mitjançant la cunya.	Superar pujades mitjançant la divergència d'espàtules (tisora).	Controlar l'entrada i la sortida de la traça.	Mantenir la posició bàsica en situacions de desequilibri i coordinacions complexes.	Controlar els canvis de direcció mitjançant la cunya de manera conscient.											
<b>ISARD</b>	<b>Objectiu de nivell: Coordinar tots el moviments en qualsevol situació.</b>	Realitzar canvis de pes alternatius.	Realitzar el derrapatge en el desplaçament lateral.	Realitzar canvis de direcció en cunya adaptant la velocitat al tipus de pista i neu.	Aguantar la velocitat en descensos llargs.	Lliscar i projectar-se sobre un sol esquí amb el pas patinador											
<b>L I S T A T D' A L U M I N E S</b>	NÚMERO DE SESSIÓ	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	
	INDICADOR	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	
	1																
	2																
	3																
	4																
	5																
	6																
	7																
	8																
	9																
	10																
	11																
12																	
INDICADOR	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	A B C D	
NÚMERO DE SESSIÓ	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3	Sessió 1	Sessió 2	Sessió 3		
OBSERVACIONS DEL GRUP - INCIDÈNCIES - ASPECTES A TENIR EN COMPTE																	

**FULL D'AVALUACIÓ TÈCNICA D'ESQUÍ NÒRDIC**  
**ESPORT BLANC ESCOLAR - CURS 2017-2018**

**NIVELLS**

---

Els nivells és la classificació més general en que agrupem els diferents nivells dels alumnes. Aquest s'ordenen de més bàsic a més desenvolupat en la següent escala: Patufet (fàcil) / Esquirol (mitjà) / Isard (complicat).

El tècnic assignarà al grup un dels tres nivells per conèixer quins són els objectius a treballar i avaluar.

Cada nivell està compost per un objectiu de nivell i 5 objectius tècnics.

**OBJECTIU DE NIVELL**

---

Els objectius de nivell representa el punt cap a on el tècnic està dirigint el seu treball, i que per tant l'alumne hauria d'assolir al final de les 3 sessions.

Cada objectiu de nivell està compost per 5 objectius tècnics.

**OBJECTIUS TÈCNICS**

---

Els objectius tècnics són aquells elements tècnics bàsics que considerem que l'alumne ha d'adquirir per tal d'assolir l'objectiu de nivell.

Els objectius tècnics no tenen cap ordre ni progressió metodològica, doncs segons les característiques de cada alumnes, poden donar-se diferents evolucions o camins per arribar a l'objectiu de nivell.

Cada objectiu tècnic es divideix en 3 sessions i 4 indicadors.

**SESSIONS I INDICADORS**

---

Cada sessió està dividida en 4 indicadors que mostren el procés d'aprenentatge en que es troba l'alumne/a, en relació a l'objectiu tècnic.

Els indicadors es classifiquen de la següent manera:

- \* **A:** L'alumne/a no ha assolit l'objectiu tècnic.
- \* **B:** L'alumne/a aplica l'element tècnic en algunes situacions.
- \* **C:** L'alumne/a domina l'objectiu en la majoria de situacions.
- \* **D:** L'alumne/a ha integrat l'objectiu tècnic.

**AVALUACIÓ**

---

Els tècnics marcaran una creu a l'indicador de la sessió que hagin realitzat, segons l'objectiu i el nivell en el que es troba el grup amb qui treballen.