

# Programación rítmica 2008/2009

## OCTUBRE

JUEGOS CONOCIMIENTO: Ajuste, repaso normas  
PRESENTACIÓN MASCOTA: Explicación  
ACROBACIAS CON AYUDA  
TÉCNICA APARATO: Cuerda  
TÉCNICA CORPORAL: Ballet, posiciones base  
TALLER: Fotografías para registro página web  
BAILE: Hip-Hop

## NOVIEMBRE

JUEGOS CON BASE MUSICAL  
ACROBACIAS SIN AYUDA  
TÉCNICA CORPORAL: Desarrollo de la flexibilidad  
DIFICULTADES CORPORALES: Básicas  
EXHIBICIÓN: Escoger músicas de actuación  
TÉCNICA APARATO: Pelota  
BAILE: Aerobic infantil  
TALLER: Elaboración mayott mascota telas

## DICIEMBRE

ACROBACIAS POR PAREJAS  
TÉCNICA CORPORAL: Desarrollo del equilibrio  
BAILE: Tango  
TÉCNICA APARATO: Aro  
TALLER: Postal navideña con imagen rítmica  
VELOCIDAD: Desarrollo de la misma

## ENERO

ACROBACIAS POR TRÍOS  
TÉCNICA CORPORAL: Desarrollo del giro  
EXHIBICIÓN: Montaje del ejercicio y creación  
BAILE: Con gasas  
TÉCNICA APARATO: Mazas  
CALENTAMIENTO: Montaje  
TALLER: Vídeo gimnasia conjunto e individual

## FEBRERO

ACROBACIAS POR GRUPOS  
TÉCNICA CORPORAL: Desarrollo del salto  
EXHIBICIÓN: Montaje y creación  
TÉCNICA APARATO: Cinta  
BAILE: Valls  
TALLER: Lentajuelas y brillo para mayott mascota

## MARZO

INICIACION ACROSPORT  
CALENTAMIENTO: Montaje  
TÉCNICA APARATO: Cuerda  
EXPRESIÓN CORPORAL: Mímica  
TÉCNICA CORPORAL: Repaso de flexibilidad  
EXHIBICIÓN: Repaso  
TÉCNICA APARATO: Aro  
TALLER: Elaboración de vídeo para colgar web  
BAILE: Rock and roll

## ABRIL

EXHIBICIÓN: Repaso  
TÉCNICA APARATO: Pelota  
TALLER: Peinado de gimnastas  
TÉCNICA CORPORAL: Repaso del equilibrio  
BAILE: Kalinka rusa  
RESISTENCIA: Desarrollo de la misma

## MAYO

EXHIBICIÓN: Repaso  
CALENTAMIENTO: Repaso  
TÉCNICA CORPORAL: Repaso del giro  
EXHIBICIÓN: Repaso y puesta a punto  
TÉCNICA APARATO: Mazas  
EXHIBICIÓN: Repaso y puesta a punto  
TALLER: Maquillaje de gimnasta  
BAILE: Música moderna

## JUNIO

BALLET: Trabajo en barra y con música  
TÉCNICA APARATO: Cinta  
JUEGOS: Con aparatos de rítmica  
TALLER: Elaborar mural de despedida  
TÉCNICA CORPORAL: Repaso del salto  
BAILE: Repaso de todos los estilos