

# GIMNASIA RÍTMICA

En esta actividad se realizará un trabajo encaminado al desarrollo de las habilidades físicas básicas, (saltos, desplazamientos, lanzamientos y recepciones y giros), para esto se utilizará material específico de gimnasia rítmica adaptado a la edad y nivel de las alumnas. A medida que avanzamos en el aprendizaje se irán introduciendo elementos simples ejecutados con cinta, cuerda, aro, pelota, etc. Estos serán la base sobre la cual se construirán los ejercicios gimnásticos, en pequeños grupos, que posteriormente ejecutarán las niñas en los festivales colegiales y competiciones.