

Rítmica (de 1r a 6è)

*"Vivir y crecer en su cuerpo. Sentir y crear con su cuerpo.
Expresar y comunicar con su cuerpo".*



Patricia Stokoe.

Entrenaments 1 cop a la semana, 1 hora i 30´
A partir de 3r participem a la competició local a Sant Cugat.

El fet de ballar engloba la descoberta, l'expressió, el joc, la cançó, la creació....;
i treballa diferents dimensions del camp de la música, des de les arts
plàstiques, el joc dramàtic....

Treballarem la globalitat, l'equilibri, la coordinació, la força, la velocitat, l'agilitat,
la flexibilitat, la resistència, els silencis i les pauses, les caigudes, les torsions,
els balanceigs, els pèndols i les voltes.

TREBALLAREM:

COS: Cos, col·locació, postures, ossos, músculs, respiració.

MOVIMENT: Moviments, tècniques, qualitats, imatges d'elements,
desplaçaments, pulsació, ritme.

AMB ELEMENTS: Pilotes, cintes, cordes