

CURS DE TEE DE GIMNÀTICA ARTÍSTICA FEMENINA ESCOLAR



Dies: 27-28 de desembre, 3-4 de gener

Horari: de 9h a 13h i de 14:30 a 19h

TEMARI

DIA 27 DE DESEMBRE:

- **Matí:**

La sessió

Escalfament, preparació física i elements fonamentals de base

- **Tarda:**

APARELL DE TERRA:

Preparació específica del terra

Elements tècnics acrobàtics

Elements tècnics gimnàstics

Metodologia de l'ensenyament tècnic en edat escolar

DIA 28 DE DESEMBRE:

- **Matí: pràctic**

Preparació específica del terra

Elements tècnics acrobàtics

Elements tècnics gimnàstics

Metodologia de l'ensenyament de la tècnica per gimnastes escolars

- **Tarda:**

APARELL DE BARRA:

Preparació específica del barra

Elements tècnics acrobàtics

Elements tècnics gimnàstics

Metodologia de l'ensenyament de la tècnica per gimnastes escolars

DIA 29 DE DESEMBRE:

- **Matí:** Primers auxilis (de 9 a 12h)

DIA 30 DE DESEMBRE:

- **Matí:** Psicologia (de 9 a 14h)
- **Tarda:** Pedagogia (de 15 a 20h)

DIA 3 de GENER:

- **Matí:** pràctic

Preparació específica de barra

Elements tècnics acrobàtics

Elements tècnics gimnàstics

Metodologia de l'ensenyament de la tècnica per gimnastes escolars

Tarda:

APARELL DE POTRO:

Preparació específica de potro

La carrera

El salt

Metodologia de l'ensenyament de la tècnica per gimnastes escolars

DIA 3 de GENER:

- **Matí:**

La sessió

El rol de l'entrenador de nivel escolar

Tarda:

Posada en pràctica del treball realitzat a casa

Ressolució de dubtes