



Gimnasia rítmica: creación de presentación

GIMNASIA RÍTMICA: CREACIÓN DE PRESENTACIÓN

Para realizar el montaje coreográfico de los ejercicios se deben conocer previamente las características psicológicas y físicas de las alumnas y a partir de ahí, entonces, definir el tema, ritmo y estilo de la composición a utilizar, una vez que se hayan vencido los ejercicios a impartir en cada categoría, que se encuentran dentro del Plan de Preparación del Deportista y de los Programas de Enseñanza del deporte.



Por otra parte, se ha de educar desde edades muy tempranas el oído musical de las alumnas, pues a estas no les sería posible apreciar la música desde los ejercicios ejecutados si no oyeran inteligentemente la música, si no fueran capaces de sentir todo lo que pasa en ella y si no ven claro toda la emoción que les pueda despertar en su interior, ya que según Copland (2, 7)... *"es más importante para el oyente tener sensibilidad para el sonido musical que saber el número de vibraciones que lo producen"*.

La etapa de iniciación deportiva en la Gimnasia Rítmica ocurre alrededor de los 5 años, un período caracterizado por el dominio de nuevas acciones de percepción de los objetos y de los fenómenos de la realidad; donde sobreviene un aumento de la agudeza de la visión, la fineza de distinción de los colores y sus matices, se desarrolla además el oído fonemático y de altos sonidos y la mano se convierte en un órgano de tacto activo.

Le corresponde entonces a la entrenadora de las áreas deportivas, realizar un trabajo sistemático con la música como medio de expresión deportiva en los entrenamientos, sin límites de géneros, para lograr que la niña aprenda de música todo cuanto pueda ser útil para sus ejecuciones y así elevar su cultura musical a la vez que la familiarice con ella.

Será necesario no restarle importancia a este contenido de la preparación general de las gimnastas y dedicarle tiempo de trabajo en los entrenamientos, ya que aspectos como: nociones elementales sobre metro rítmica: determinación del acento métrico, tiempo, compás con palmadas y movimientos, realizar audiciones musicales con determinados objetivos, además de juegos musicales e improvisaciones sencillas, serán de gran valía en el arsenal de la gimnasta cuando tenga que realizar los ejercicios sobre una base melódica, que solamente podrá hacerla suya si la comprende y la interioriza de forma muy especial.