**Για τις εξετάσεις στο μάθημα της Ρυθμικής απαιτούνται:**

**Σύνθεση προγράμματος ελευθέρου σώματος**

12 μέτρων, στο οποίο θα περιέχονται όλες οι ρυθμικές αξίες

που έχουν διδαχθεί καθώς και όλες οι ομάδες-κατηγορίες

ασκήσεων του ελευθέρου σώματος,  που αντιστοιχούν σε

αυτές τις ρυθμικές αξίες. Το πρόγραμμα θα είναι

γραμμένο με τη μορφή που περιέχεται στο εγχειρίδιο του μαθήματος.
(ΠολυμένοπούλουΚ. , Καραδήμου Κ., Πολλάτου Ε. (2008)Ρυθμικές Ασκήσεις στη
Φυσική Αγωγή-Εκδόσεις Πατάκη)

Το πρόγραμμα θα εκτελεστεί  ρυθμικά με κρούση των

χεριών , ταμπουρίνου η με φωνή (π.χ 4/4 τα-τα-τα-τα)

Όταν το πρόγραμμα παρουσιάζεται από 2 άτομα θα είναι διάρκειας 16 μέτρων και

όταν συμμετέχουν  3-4 άτομα,

θα είναι διάρκειας 20 μέτρων. Θα γίνονται και κάποιες ερωτήσεις κατανόησης πάνω  στις ρυθμικές αξίες  που συνθέτουν το πρόγραμμα.

**Eκτέλεση του προγράμματος της μπάλας** όπως είναι στο βίντεο που είναι αναρτημένο στο e-class στο μάθημα της " Ρυθμικής".
Οι υπεύθυνες του μαθήματος

Ελιζάνα Πολλάτου, αναπ.καθ.ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Νάντια Καραδήμου, ΕΕΠ ΤΕΦΑΑ-ΠΘ