

Proceso de Enseñanza – Aprendizaje

AEROBIC

**Aerobic
Para
Todos**

Grado de Complejidad

Baja

Media

Alta

Respecto al movimiento

Número de segmentos implicados en la coreografía.

♪

Número de veces que se repite el movimiento en la coreografía.

♪

Dificultad de las habilidades o movimientos que se realizan.

♪

Base de sustentación sobre la que se realizan los movimientos.

♪

Lado corporal con el que se realiza el movimiento.

♪

Variación de los sistemas de referencia.

♪

Tempo de la música.

♪

Regularidad y acentuación de la música.

♪

Duración de la coreografía.

♪

Respecto a la capacidad expresiva

Implicación segmentaria expresiva.

♪

Información y grado de comunicación del movimiento que se realiza.

♪

Respecto a la capacidad cognitiva

Memorización y retención.

♪

Toma de decisiones y resolución de problemas.

♪