

Pred tabo je tekst z vsebino ritmične gimnastike. Poišči prave besede za manjkajoča polja in zapolni tekst. Besede so zapisane v rešitvah.

Ritmična gimnastika

Ritmična gimnastika je športna (1)_____, ki združuje prvine (2)_____, baleta in plesa. V (3)_____ gimnastiki tekmujejo le (4)_____, vendar se npr. na Japonskem z njo ukvarjajo tudi moški. Tekmovalke (5)_____ v individualnih ali skupinskih (6)_____, in sicer z različnimi (7)_____ – s kolebnico, obročem, žogo, trakom in kijema. Če ritmične (8)_____ nastopajo brez rekvizitov, gre za podzvrst ritmične gimnastike – estetsko gimnastiko, ki temelji predvsem na plesu z gimnastičnimi (9)_____. Ritmične gimnastičarke rekvizite uporabljajo na različne načine. Žogo npr. (10)_____ s celotnim telesom (trupom, (11)_____ in nogami) ali pa se žoga kotili po telesu. Med izvajanjem (12)_____ jo morajo imeti ves čas pod nadzorom in pomembno je, da se ne odkotali stran ter da ne (13)_____ nenadzorovano na tla, če jo vržejo. Podobno je z obročem, medtem ko je pri t(14)_____ pomembnejše oblikovanje različnih likov z njim. Največjo koncentracijo in natančnost zahtevata kija, saj mora tekmovalka nadzorovati dva r(15)_____ naenkrat.

Rešitve:

ekvizita, elementi, elementov, gimnastičarke, gimnastike, odbijajo, pade, raku, rekviziti, ritmični, rokami, tekmujejo, vajah, zvrst, ženske

V kolikor besede v rešitvah niso pomagale, je v nadaljevanju celoten tekst, ki ti bo pomagal zapolniti manjkajoča mesta.

Ritmična gimnastika

Ritmična gimnastika je športna zvrst, ki združuje prvine gimnastike, baleta in plesa. V ritmični gimnastiki tekmujejo le ženske, vendar se npr. na Japonskem z njo ukvarjajo tudi moški. Tekmovalke tekmujejo v individualnih ali skupinskih vajah, in sicer z različnimi rekviziti – s kolebnico, obročem, žogo, trakom in kijema. Če ritmične gimnastičarke nastopajo brez rekvizitov, gre za podzvrst ritmične gimnastike – estetsko gimnastiko, ki temelji predvsem na plesu z gimnastičnimi elementi. Ritmične gimnastičarke rekvizite uporabljajo na različne načine. Žogo npr. odbijajo s celotnim telesom (trupom, rokami in nogami) ali pa se žoga kotili po telesu. Med izvajanjem elementov jo morajo imeti ves čas pod nadzorom in pomembno je, da se ne odkotali stran ter da ne pade nenadzorovano na tla, če jo vržejo. Podobno je z obročem, medtem ko je pri traku pomembnejše oblikovanje različnih likov z njim. Največjo koncentracijo in natančnost zahtevata kija, saj mora tekmovalka nadzorovati dva rekvizita naenkrat.