ENVIADO POR
Irmgard

ON
02/09/2015

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Aprender a hacer malabares



El malabarismo es una actividad que relaja tanto el cuerpo como la mente.

MALABARISMO

- Ayuda a descubrir y fomentar las habilidades naturales de coordinación
- Ayuda a desarrollar la paciencia y la confianza en uno mismo
- Puede tener el mismo efecto relajante que la música
- Es una actividad rítmica, por lo que puede acompañarse de música
- Ayuda a liberar energía de forma creativa

Lo que todo malabarista debe recordar:

- Quien deja caer las pelotas no demuestra torpeza, sino progreso. Demuestra que hay un proceso de aprendizaje en marcha.
- Una vez que las pelotas están en el aire, la razón y los procesos de pensamiento son innecesarios. Pensar lleva demasiado tiempo.
- La práctica es la única clave del éxito.

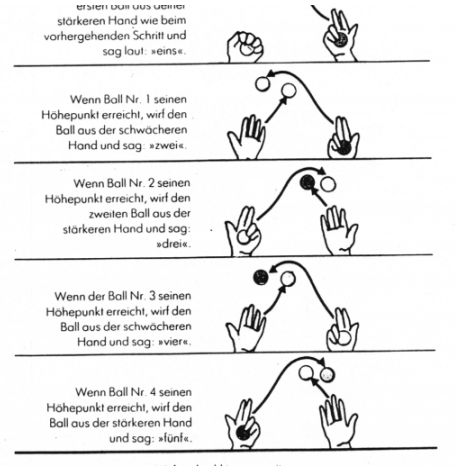
Malabarismo continuo:

- Lanza la primera bola con tu mano dominante y di en voz alta: «uno».
- Cuando la pelota n.º 1 alcance su punto más alto, lanza la pelota con tu mano menos hábil y di «dos».
- Cuando la pelota n.º 2 alcance su punto más alto, lanza la segunda pelota con tu mano dominante y di «tres».
- Cuando la pelota n.º 3 alcance su punto más alto, lanza la pelota con la mano más débil y di «cuatro».
- Cuando la bola n.º 4 alcance su punto más alto, lanza la segunda bola con la mano dominante y di «cinco».
- Sigue lanzando y contando.

Mira la imagen de abajo

NOTA: También debes aprender a empezar con dos pelotas en la mano menos hábil. Debes ser capaz de empezar y terminar tanto con la mano menos hábil como con la más hábil.

Malabarismo continuo



Aprende a hacer malabares

Weitere Informationen

Categorías
Juegos y actividades

Etiquetas
Malabarismo
Relajación
Acrobacias
Coordinación
Actividad

Edad
No hay datos disponibles.

Número de participantes
No hay datos disponibles.

Biblia
Falta esta información.

Duración
No hay datos disponibles.

Terreno / Entorno
En espacios cerrados

Material
Mucho trabajo

Descarga de archivos
Descarga de archivos disponible

KI Generierter Inhalt
Contenido
Categorías
Etiquetas
Edad
Número de participantes
Biblia
Duración
Terreno / Entorno
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/es/wiki/art/aprender-hacer-malabares