INVIATO DA
Irmgard

ON
02/09/2015

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Imparare a fare il giocoliere



La giocoleria è un’attività rilassante sia dal punto di vista fisico che mentale

GIOCARE CON LE PALLE

- Aiuta a scoprire e a stimolare le naturali capacità di coordinazione
- Aiuta a sviluppare la pazienza e la fiducia in se stessi
- Può avere lo stesso effetto calmante della musica
- È un'attività ritmica, quindi può essere accompagnata dalla musica
- Aiuta a liberare l’energia in modo creativo

Ciò che ogni giocoliere dovrebbe ricordare:

- Chi fa cadere le palline non dimostra goffaggine, ma progresso. Dimostra che è in atto un processo di apprendimento.
- Una volta che le palline sono in volo, la ragione e i processi di pensiero non servono più. Pensare richiede troppo tempo.
- L’esercizio è l’unica chiave per il successo.

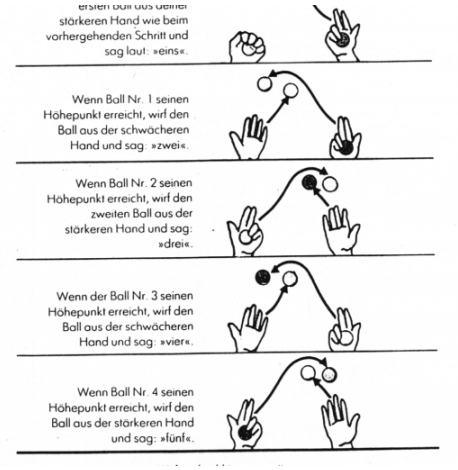
Giocoleria continua:

- Lancia la prima palla con la mano più forte e dì ad alta voce «uno».
- Quando la palla n. 1 raggiunge il punto più alto, lancia la palla con la mano meno abile e dì: «due».
- Quando la palla n. 2 raggiunge il punto più alto, lancia la seconda palla con la mano più forte e dì «tre».
- Quando la palla n. 3 raggiunge il punto più alto, lancia la palla con la mano meno abile e dì «quattro».
- Quando la palla n. 4 raggiunge il punto più alto, lancia la seconda palla con la mano più forte e dì «cinque».
- Continua a lanciare e a contare.

Vedi l’immagine qui sotto

NOTA: dovresti anche imparare a iniziare con due palline nella mano meno abile. Dovresti essere in grado di iniziare e terminare sia con la mano meno abile che con quella più abile.

Giocoleria continua



Impara a fare il giocoliere

Weitere Informationen

Categorie
Giochi e attività

Tag
Giocoleria
Rilassamento
Acrobazia
Coordinamento
Attività

Età
Nessun dato disponibile.

Numero di partecipanti
Nessun dato disponibile.

Bibbia
Manca questa informazione.

Durata
Nessun dato disponibile.

Terreno / Dintorni
In ambienti chiusi

Materiale
Un bel po’ di lavoro

Scarica il file
Download del file disponibile

KI Generierter Inhalt
Contenuto
Categorie
Tag
Età
Numero di partecipanti
Bibbia
Durata
Terreno / Dintorni
Materiale

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/it/wiki/art/imparare-fare-il-giocoliere