



**Tarea N°2**

<b>Taller</b>	<b><u>Circo en tu casa</u></b>
<b>Asignatura asociada</b>	<b><u>Educación Física</u></b>
<b>Profesor(a)</b>	<b><u>Claudia Riveros Rios</u></b>
<b>Nombre de alumno</b>	

<b>OBJETIVO DE APRENDIZAJE</b>	<b>OBJETIVO DE CLASE</b>
O.A. Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad	Desarrollar habilidades óculo manuales, manipulando una pelota de malabar

Contenido:

***Malabarismo:***

Juegos malabares se entiende al arte de manipular y ejecutar espectáculos con uno o más objetos a la vez volteándolos, manteniéndolos en equilibrio o arrojándolos al aire alternativamente, por lo común sin dejar que caigan al suelo. Los malabares se conocen por su dificultad y belleza visual, para esto se necesita cierta habilidad psicomotriz por parte de quien los realiza, al cual se le llama malabarista. Para ello, el malabarista se sirve de diversas partes del cuerpo, principalmente de las manos, pero también de los pies, brazos y/o cabeza. Los juegos malabares son unas de las atracciones clásicas del circo.

Entre los más conocidos juegos malabares figuran los siguientes juguetes que permiten realizarlos: Bolas de malabares o pelotas, Mazas, Aros o anillos, Machetes, Bastones del diablo, Diábolo, Bastón, Platos chinos, Cajas de tabaco (Cigar Boxes), Cariocas, Clavas (Mazas), Sombreros, Naipes, etc.

En general, un malabarista experimentado puede hacer malabarismos con piedras, tazas, cuchillos, fruta y con casi cualquier objeto.

Actividad 1: Movimientos con una pelota.



1. Pasar la pelota de una mano a la otra, la altura de la pelota es la que se muestra en la guía. (Repetir 10 veces).



2. Lanzamos, aplaudimos y agarramos. (Repetir 10 veces).

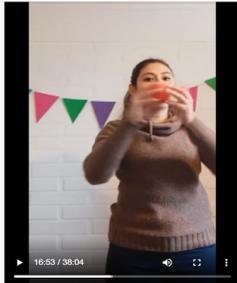


3. Lanzamos la pelota, nos tocamos la nariz y agarramos. (Repetir 10 veces).



4. Lanzamos con la mano izquierda y agarramos con la misma mano (Repetir 10 veces y luego cambia de mano)





5. Con la pelota rodearemos nuestra cabeza, se cambia la pelota de mano por detrás de la cabeza y por delante. (repetir 10 veces)



6. Con la pelota rodearemos nuestro abdomen, se cambia la pelota de mano en la espalda y en el abdomen. (repetir 10 veces)



7. Rodearemos las rodillas con la pelota, se cambia la pelota de mano por delante y por detrás de las rodillas. (Repetir 10 veces)



Actividad 2:

Deberás elegir 5 movimientos ya enseñados, elegir cuantas veces los repetirás en la coreografía.

Ejemplo: Movimiento 2- repetir 3 veces; movimiento 6- repetir 5 veces.



