

1B

Buongiorno ragazzi.

GIOCOLERIA

Allego i link di altri video che dovete guardare per esercitarvi con le palline da giocoleria.

Alcuni esercizi possono esser fatti solo con le palline da tennis: se non le avete, ovviamente, scegliete un'altra tipologia di esercizi.

Con scadenza 18 maggio alle ore 10:00 vi chiedo di inviarmi un video.

Potete scegliere se svolgere 5 o 10 esercizi, a seconda del livello di competenza che riuscite a raggiungere.

5 esercizi.: 1 con una pallina, 3 con due palline, 1 con tre palline

10 esercizi: 2 esercizi con 1 pallina; 6 esercizi con due palline; 2 esercizi con tre palline.

L'obiettivo della GIOCOLERIA è migliorare la coordinazione oculo- manuale, la concentrazione, la rapidità, la precisione, l'autocontrollo e ... la pazienza!

Buon divertimento!

<https://www.youtube.com/watch?v=zjiYPqmdEUI> episodio 1-2-3

<https://www.youtube.com/watch?v=SID2E6jEE3o> episodio 4-5-6

<https://www.youtube.com/watch?v=k4AjqC9pS0s> episodio 7 - 8 -9

<https://www.youtube.com/watch?v=JdjGKInvoY0> skills 13 – 14 -15

<https://www.youtube.com/watch?v=2FCd1hCbBGo> skills 16 – 17 – 18

<https://www.youtube.com/watch?v=PJg0ke8h-QI> 19 – 20 -21

<https://www.youtube.com/watch?v=6rbdnK1IQe8> 25 – 26 – 27

<https://www.youtube.com/watch?v=Q2DTRjEcW1g> 28 – 29 -30

e per finire ... godetevi la visione di questa performance



VID-20200418-WA0
025.mp4