

Zadanie dodatkowe na „6”



BALANSOWANIE

Dziś w temacie nauki umiejętności cyrkowych, sztuka balansu. Oto kilka wskazówek na dobry początek:

1. Do ćwiczeń używaj długiego przedmiotu, może to być: parasol, kij od miotły, laska (co znajdziesz w domu nie robiąc przy tym bałaganu).
2. Ćwicz z daleka od telewizora, akwariów, porcelany mamy, żyrandola i wszystkich cennych, szybko tłukących się przedmiotów.
3. Zachowaj spokój, rób tylko minimum hałasu.
4. W trakcie ćwiczeń możesz podśpiewywać lub pogwizdywać.
5. Baw się dobrze i pamiętaj, ćwicz wytrwale, bo jak głosi starocyrkowe przysłowie:

„Balans to trudna sztuka, jego ćwiczenie to cierpliwości nauka”

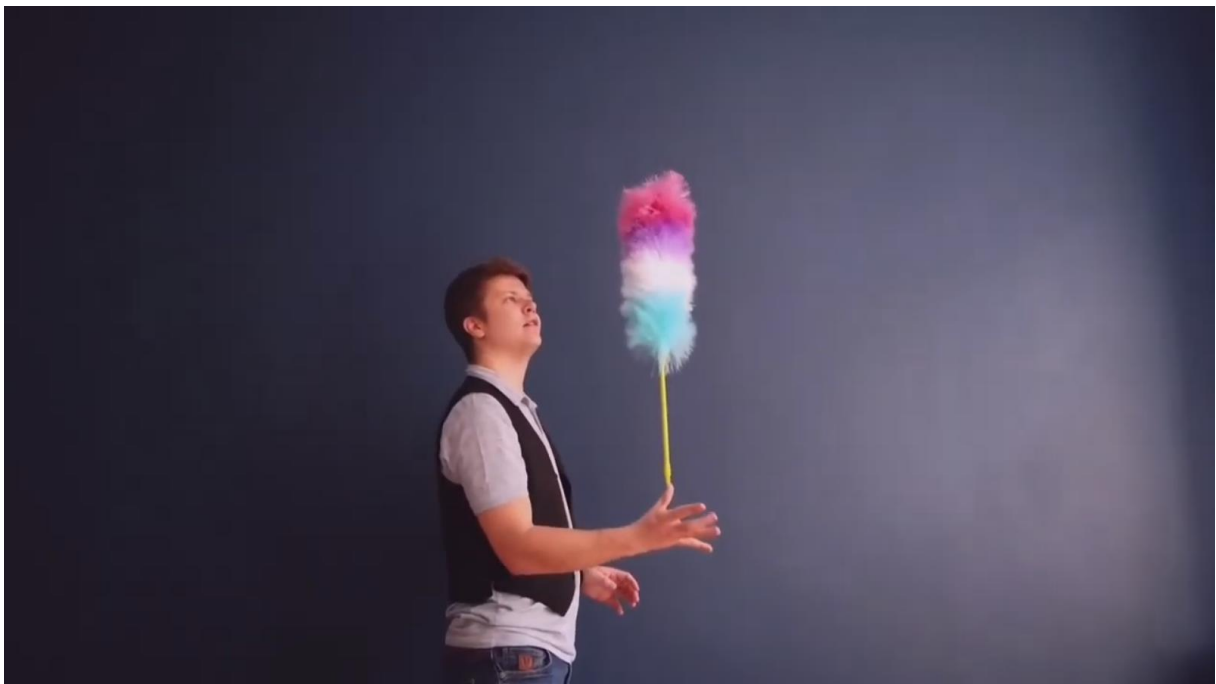
Kto z Was nauczy się sztuki BALANSU i chciałby pochwalić się swoimi cyrkowymi umiejętnościami, nagrywa filmik ze swojego pokazu trwający około 30 sekund i wysyła do swojego nauczyciela.

Poniżej link z filmem pokazowym nauki sztuki balansu oraz kilka zdjęć pokazujących możliwości balansowania wybranym przyborem.

https://www.youtube.com/watch?v=DIROa9_QoNs



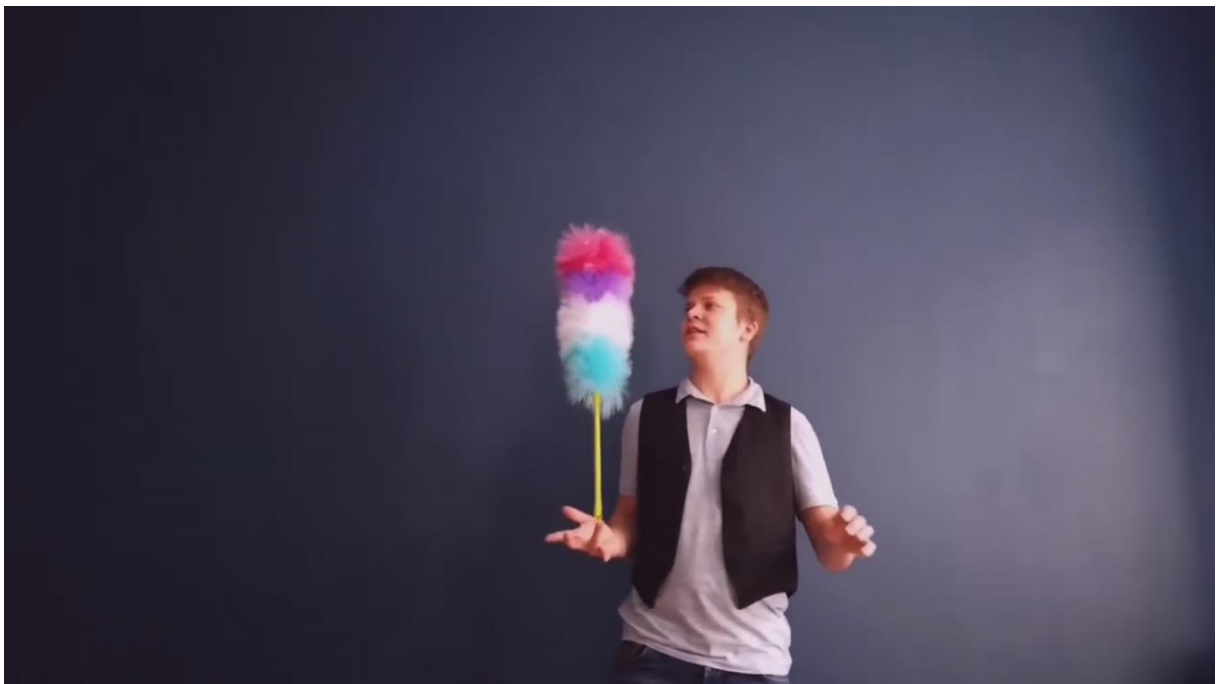
Balansowanie na dłoni



Balansowanie na palcu

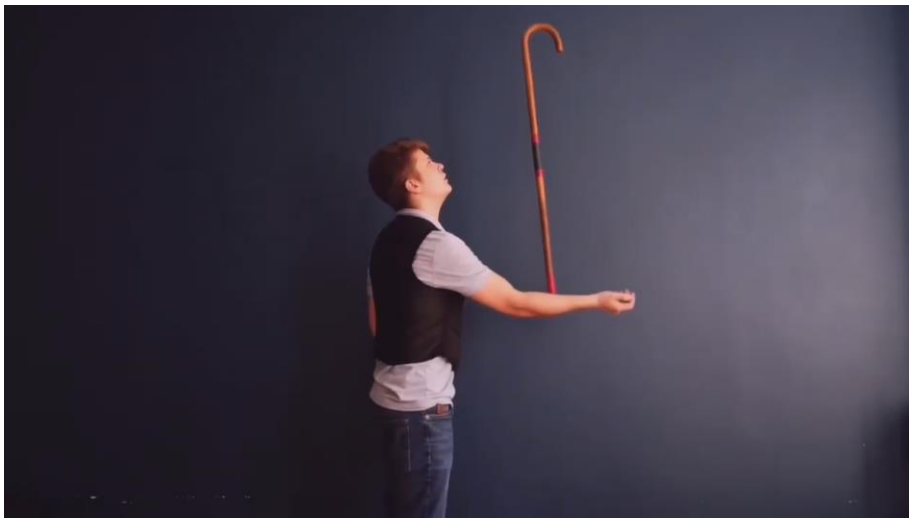


Balansowanie z przekładaniem palców

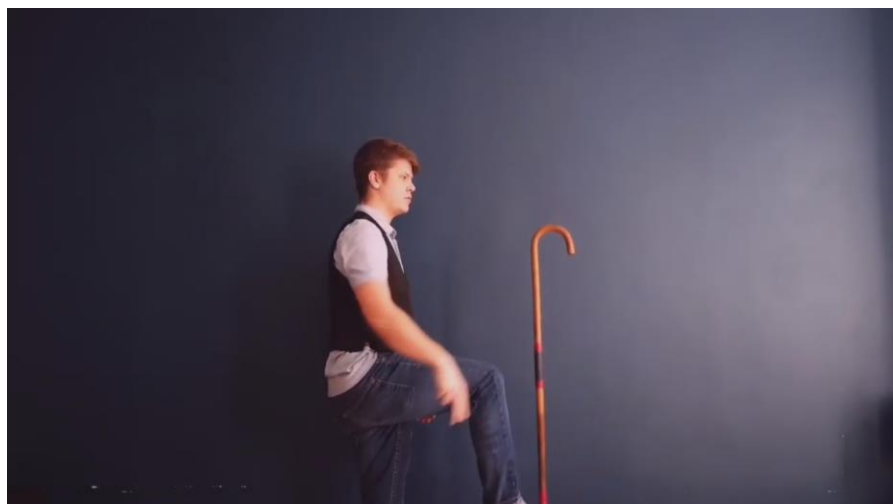




Balansowanie na brodzie



Balansowanie na przedramieniu



Balansowanie na stopie