Actividad:

Malabares y pelota saltarina

OBJETIVOS

- Mejorar la motricidad fina
- Trabajar la coordinación óculo-manual
- Construir sus propios juguetes

DURACIÓN

Una hora

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 6 años

MATERIAL

Malabares:

- 9 globos
- Arroz
- Tijeras
- Un embudo

Pelota saltarina:

- 6 globos

DESARROLLO

Llenamos un globo de arroz hasta que sea más o menos del tamaño de la palma de nuestra mano y cerramos el globo haciendo un nudo en la boquilla, cortando con unas tijeras la boquilla que sobra. Cogemos otros dos globos y les cortamos la boquilla por la línea que aparece en la imagen de la derecha. Abrimos uno de estos globos con los dedos y metemos el globo con arroz con la boquilla hacia abajo. Repetimos este paso con el globo que nos queda cortado, y ya tendríamos nuestra primera bola de malabares lista. Ahora repetimos todo para hacer otras dos bolas de malabares. Debería quedar como en la imagen.

Si queremos hacer una pelota saltarina, es muy parecido. Primero llenamos un globo con agua hasta que quede del mismo tamaño que las pelotas de malabares o un poco más pequeño, que sino es más fácil que se rompa. Le atamos la boquilla y cortamos lo que sobra. A continuación le vamos poniendo otros 5 globos con la boquilla cortada como hemos hecho con las pelotas de malabares. Ya tenemos nuestra pelota saltarina.

Para aprender a hacer malabares iremos siguiendo los siguientes ejercicios en orden, y cuando ya nos salga uno haremos el siguiente.

1. Con una pelota, la tiramos hacia arriba con una mano, hasta la altura de nuestros ojos, y la cogemos con la mano contraria. La vamos pasando de una mano a otra. Luego hacemos lo mismo pero lanzando y cogiendo la pelota con la misma mano.
2. Si alguien juega con nosotros, jugamos a pasarnos una pelota lanzándola con la mano derecha y cogiéndola con la izquierda. Y luego al revés.

3. Cogemos dos pelotas con una mano. Lanzamos la que está más cerca de los dedos y la cogemos con la misma mano, pero en la posición en la que antes estaba la otra pelota. Prácticamos esto con las dos manos.
4. Cogemos una pelota con cada mano. Lanzamos la pelota de la mano derecha a la izquierda pasando por delante de nuestros ojos, y justo antes de que caiga en la mano izquierda lanzamos la pelota que teníamos en esta mano a la mano derecha. Luego lo hacemos al revés, empezando con la mano izquierda.
5. Cuando ya dominemos el paso anterior, hacemos lo mismo pero ya con tres pelotas. Es igual, pero en vez de lanzar solo dos veces no debemos parar, siempre que vaya a caer una pelota en una mano lanzamos la siguiente.