



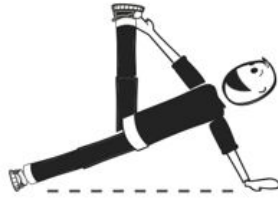
MINDFUL  
PRACTICES  
WWW.MINDFULPRACTICES.US

# Yoga + Geometría

Encuentra los Triángulos

## Direcciones

Encuentra y dibujes los triángulos mostrados en cada pose.



SIDE PLANK POSE WITH TOES



STARFISH POSE



DOWNWARD FACING DOG POSE

### Tiempo de Pensar Más Allá

Dale la vuelta a esta página y dibuja tu pose de yoga favorita. ¿Puedes encontrar triángulos escondidos?

Si es así, dibuja los triángulos.



WIDE WATERFALL BEND



WARRIOR THREE POSE



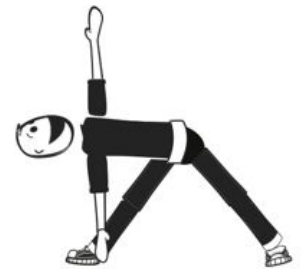
BOAT POSE



CHAIR POSE



TREE POSE



TRIANGLE POSE

¿Qué poses de YOGA tienen múltiples triángulos ocultos?

---

---

---

Para más recursos y actividades, visite [https://bit.ly/MP\\_Resources](https://bit.ly/MP_Resources)

# Yoga + Geometría

Midiendo los triángulos

## Direcciones

Usa el diagrama para responder las siguientes preguntas.

1. ¡Conecta las líneas punteadas para crear el triángulo ABC!
2. Mide las longitudes de los lados del triángulo ABC:

$\overline{AB} =$  \_\_\_\_\_

$\overline{BC} =$  \_\_\_\_\_

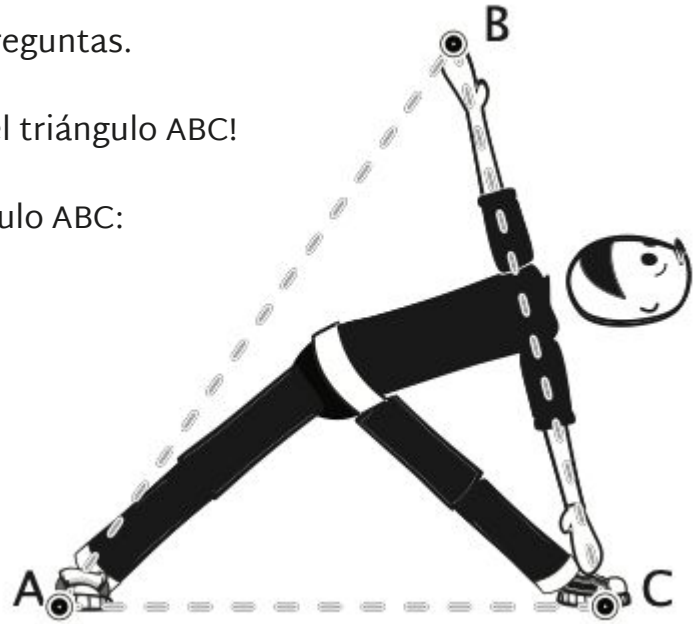
$\overline{CA} =$  \_\_\_\_\_

3. Mide los ángulos con un transportador:

➤  $\angle BAC =$  \_\_\_\_\_

➤  $\angle ABC =$  \_\_\_\_\_

➤  $\angle BCA =$  \_\_\_\_\_



### Tiempo de Pensar Más Allá

En tu grupo, ¿puedes encontrar el área del triángulo de tu compañero?

4. ¡Agregue los ángulos para asegurarse de que sean iguales a 180 grados!
5. Hay más triángulos ocultos en el triángulo grande. ¿Puedes encontrarlos y rastrearlos?

Encuentra un compañero. Una persona hace Triangle Pose mientras la pareja mide las longitudes de los lados de su triángulo con una cinta métrica. **ENTONCES INTERRUPTOR!**

Para más recursos y actividades, visite [https://bit.ly/MP\\_Resources](https://bit.ly/MP_Resources)