

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitar la capacidad de concentración y atención.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

Los alumnos se distribuirán por parejas. Uno se coloca detrás mirando la espalda de su compañero reproduciendo los movimientos de éste como si se tratase de su sombra. El que es imitado, como es lógico, sólo realizará movimientos que su pareja pueda reproducir.

Se recomienda que al principio los movimientos sean lentos y ondulados, en los que tome parte solamente una zona o segmento corporal y, progresivamente, ir añadiendo otros hasta que finalmente intervenga la totalidad del cuerpo.

Posteriormente, se irán introduciendo movimientos más cortados y bruscos. Ir cambiando los papeles.

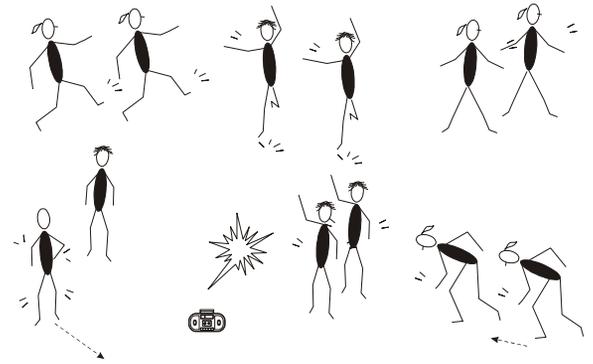
Reglas:

Los movimientos no deben hacerse demasiado rápidos para que puedan ser imitados.

Variantes:

Siendo uno siempre el que hace de sombra, realizar agrupaciones, progresivamente, de tres, cuatro, ocho... participantes y con todo el grupo.

Utilizar la música como elemento desencadenante del movimiento.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitarse en la toma de conciencia de las posibilidades de movimiento de cada una de las articulaciones y segmentos.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Se debe comenzar el ejercicio con todos los posibles movimientos de los dedos y continuar con los de: manos, cabeza, caderas, codos, ojos, piernas, hombros, boca, pies, cuello, torso, dedos de los pies, etc..

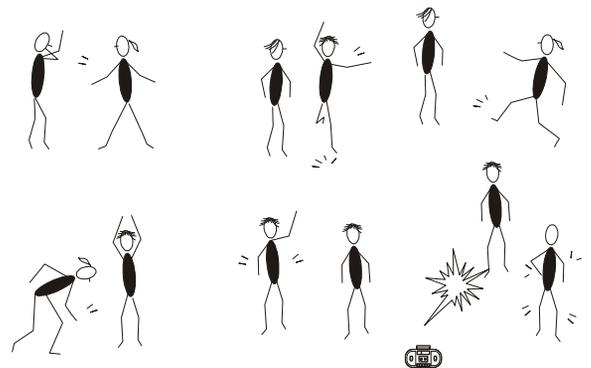
Hay que buscar en cada uno de los segmentos las posibilidades de rotación, traslación, inclinación. Y, según la trayectoria: recto, curvo, ondulado, quebrado. Según las direcciones: izquierda-derecha, adelante-atrás, arriba-abajo.

Reglas:

Hay que procurar no imitar ningún movimiento conocido, ningún tipo de baile, sino que brote espontáneo, surgido del diálogo entre cuerpo y música. Para facilitar la introspección realizar el ejercicio con los ojos cerrados.

Variantes:

Se puede utilizar música como fuente de energía que desencadene el movimiento. Proceder por segmentos que se irán acumulando hasta llegar al movimiento de la totalidad del cuerpo. El movimiento es sugerido por la melodía y el ritmo.



Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

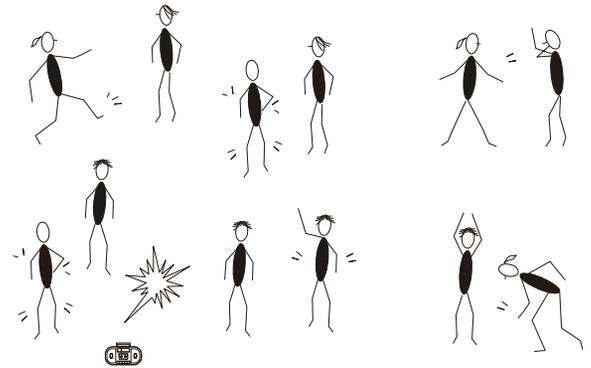
1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio

Material:

Cualquier objeto fácilmente manipulable (listón, pica, caja, lata, etc.). Grabación musical.

Gráfico:**Bloque Específico:**

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitarse en la toma de conciencia del propio cuerpo para lograr la integración del esquema corporal.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

- 1.- Imagen interna.- Ojos cerrados, adoptar una posición fácilmente sostenible. Centrar la atención en esa postura y formarse la imagen interna de la misma. Registrar las sensaciones que se experimentan. Cambiar la posición y repetir el procedimiento.
- 2.- Contacto entre manos y brazos.- Ojos cerrados, tratar de percibir la diferencia de tocar con las manos los brazos y viceversa.
- 3.- Manipulación.- Ojos abiertos, investigar las posibilidades de movimiento de los brazos y las manos.
- 4.- Contacto y manipulación de objetos.- Ojos cerrados, descubrir las sensaciones que produce el contacto con los objetos y las distintas posibilidades de manipulación.
- 5.- Conocimiento visual.- Ojos abiertos, se puede acompañar con una grabación sonora. Mirándose las manos y los brazos observarlos en todos sus detalles, tanto cuando estén inmóviles como en movimiento.
- 6.- Conocimiento auditivo.- Buscar los diversos timbres e intensidades de los sonidos producidos por las manos, castañeteándolas, golpeándolas, rozándolas, etc... entre sí y contra distintas partes del cuerpo.
- 7.- Conocimiento cinestésico.- Ojos cerrados y acompañamiento sonoro (puede ser música grabada o sonidos producidos por la voz o los pies de los participantes). Se trata de buscar la sensibilización motriz, es decir, de agudizar la percepción cinestésica.

Reglas:

Realizar todo el juego en silencio.

Variantes:

Sin variantes.

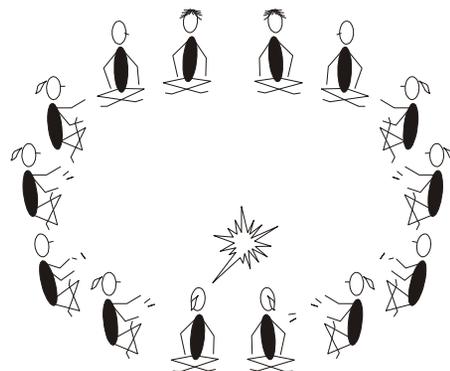
Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1



Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Sin material.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Interacción grupal. Desinhibición a través del desarrollo de la conciencia corporal y del trabajo de las senso-percepciones.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Toda la clase sentados en círculo. Se trata de decir nuestro nombre adaptándolo a dos pulsos, que los haremos con dos palmadas en los muslos, repitiendo toda la clase el nombre que cada uno dice. Cada uno dirá su nombre cuando le corresponda hasta hacerlo todo el grupo. "JO...SE".

Reglas:

Sin reglas.

Variantes:

Se adaptará dos veces nuestro nombre en cada pulso: "JOSÉ-JOSÉ" continuando igual. Dos pulsos con las palmadas y dos con las palmadas en los muslos en silencio. Dos pulsos con dos chasquidos de dedos y digo a la vez mi nombre, diciendo a continuación el nombre de otros compañeros repitiendo éste la operación. Podemos incrementar el ritmo.

Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Inventarse una coreografía de aeróbic sobre la marcha adaptándose a un ritmo musical.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Comienza un alumno marcando algunos pasos de aeróbic. Cada 3 ó 4 variantes será sustituido por otro alumno del grupo que continuará con el mismo proceso. Así sucesivamente pasando todos los alumnos por monitores.

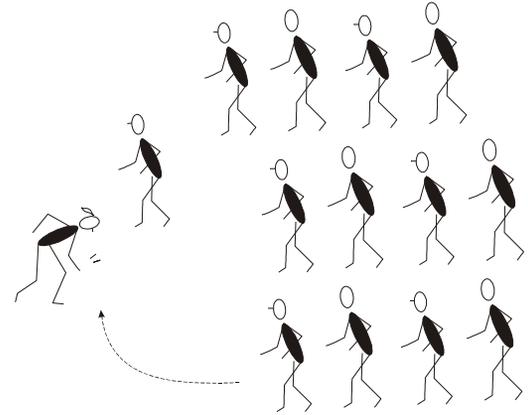
Reglas:

Todos seguirán los pasos marcados por el que hace de monitor hasta que le toque el turno de monitor.

Variantes:

Varios monitores actúan a la vez.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Sin material.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Tomar conciencia de la intensidad de la propia voz. Facilitar la concentración.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Todos los alumnos estarán colocados a unos 25 cm. de la pared, mirando fijamente un punto a la altura de la propia boca. Con las yemas de los dedos acariciarán suavemente ese punto. Con el aliento intentarán reblandecer la zona donde está situado el punto. Los golpes de aliento se hacen cada vez más sonoros y cortados.

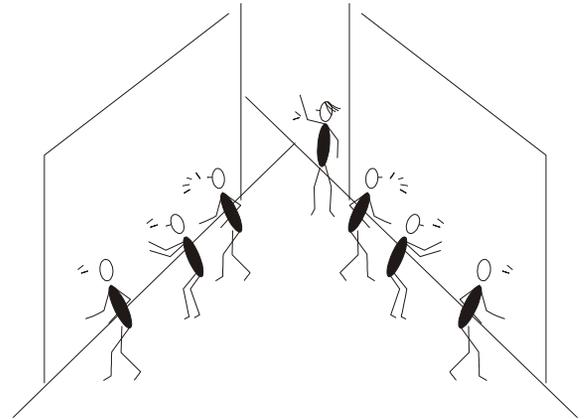
Reglas:

Sin reglas.

Variantes:

Empezar a pronunciar la vocal "a" de forma imperceptible. El volumen aumentará paulatinamente hasta conseguir un grito muy potente con el que se intentará taladrar la pared. Ante la imposibilidad de conseguir romperla se inicia el proceso contrario hasta acabar acariciando el punto con las yemas de los dedos.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Sin material.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Descubrir habilidades sonoras facilitando la expresividad sonora.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

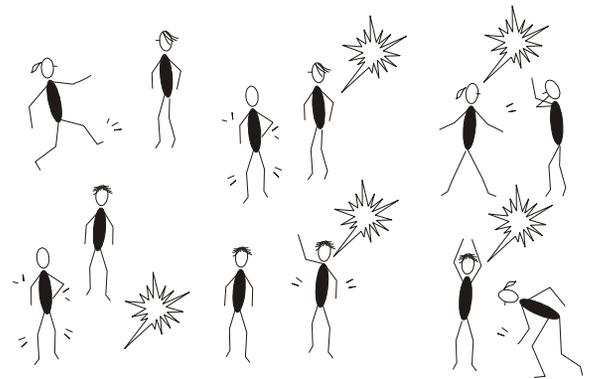
Se le pide a los alumnos que realicen distintas acciones que realiza el ser humano acompañándolas de sus sonidos característicos: bostezar, toser, masticar, carraspear, eructar, sonarse, sorber, roncar, hipar, hacer gárgaras, etc..

Reglas:

Cada participante recitará una palabra cuya realización será imitada por los demás.

Variantes:

La dicción de cada una de las siguientes palabras: ronquera, chillido, aclamación, al oído, a grito, vozarrón, ... debe corresponder y ajustarse lo más posible a su significado, de tal manera que la dicción haga redundante el significado.



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Explorar los componentes del movimiento.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Los participante se distribuyen por el gimnasio ocupando todo el espacio. Cuando comienza la música empiezan a moverse libremente. El profesor irá dando consignas, introduciendo progresivamente los siguientes elementos del movimiento: ligero-pesado, rápido-lento, directo-indirecto, libre-controlado, ...

En un primer momento los alumnos irán experimentando cada una de estas categorías por separado, para tomar conciencia de los contrastes.

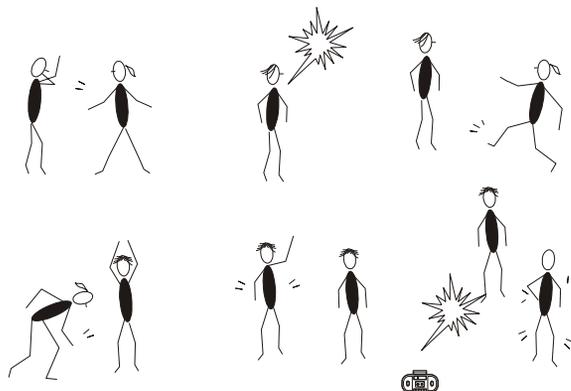
Reglas:

Es muy importante que el profesor insista en que se tome conciencia de cómo se sienten al moverse en cada una de las formas indicadas.

Variantes:

Las consignas contendrán dos categorías. Por ejemplo: hay que moverse de forma directa y ligera, ... ligera y pesada, ... Indirecta y rápida,...

Luego se pueden plantear de tres en tres. Finalmente los alumnos van eligiendo las categorías.



Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitar la capacidad de concentración y atención. Desarrollar habilidades para la improvisación

Organización:

Individual.

Desarrollo:

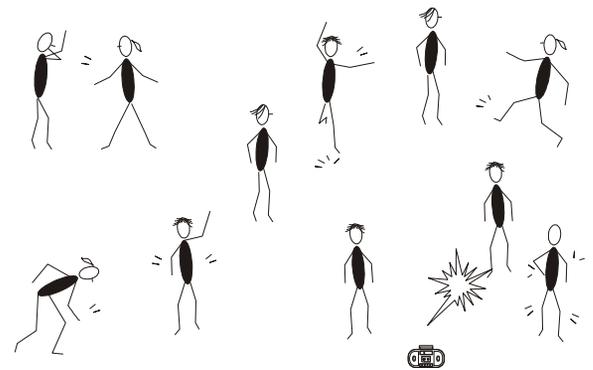
Individualmente cada uno se va transformando en una figura mecánica y realiza una secuencia completa de movimientos. Secuencia que se repetirá en lo sucesivo. Se puede indicar o sugerir la longitud de la secuencia mediante una música adecuada. Luego se añaden sonidos a cada uno de los movimientos, pues cada uno de ellos tendrá el suyo específico. De esta forma, se crea también una secuencia de sonidos que subraya el movimiento.

Reglas:

Poner el énfasis necesario tanto en el punto de arranque como en la finalización de la secuencia para que ésta aparezca con nitidez.

Variantes:

Variar el ritmo y la intensidad tanto de los sonidos como del movimiento. Ir desde la "cámara lenta" hasta la máxima aceleración.
Observar los movimientos de los demás y poner en relación el movimiento propio con el de algún compañero, de tal forma que ambos se complementen.
Danzar de acuerdo con la secuencia de movimientos.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitarse en la toma de conciencia de la autonomía de cada uno de los segmentos corporales y de los diferentes puntos de articulaciones.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Los alumnos están distribuidos por el gimnasio ocupando todo el espacio libre para poder moverse con libertad con los ojos cerrados. Comienza a sonar la grabación, dejándose cada uno guiar por la melodía, inicia el movimiento que ésta le sugiera centrándolo en un único punto: el dedo índice de la mano derecha buscando todos los movimientos posibles.

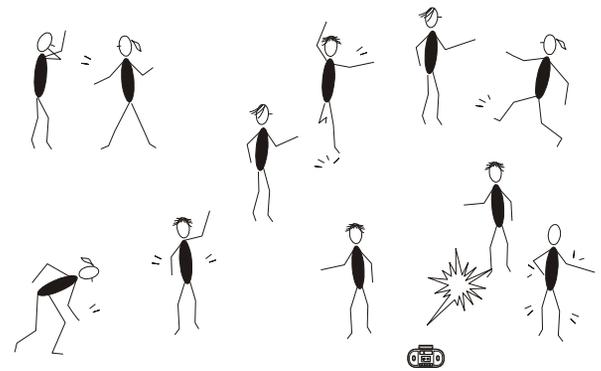
Cuando el profesor lo indique se van añadiendo al movimiento: todos los dedos de la mano derecha, los de la mano izquierda, ambas manos hasta la muñeca, el antebrazo hasta el codo, los brazos hasta los hombros, los hombros, la cara, la cabeza, el tronco hasta la cintura, las caderas, hasta las rodillas, las piernas hasta los tobillos, los pies. Ya está todo el cuerpo en movimiento. En una primera fase realizar la experiencia sin desplazarse. Posteriormente se introducirá el desplazamiento por toda la sala para ir explorando las posibilidades de doblar, girar, balancear, contorsionar, sacudir, ondular, mecer.

Reglas:

Realizar los movimientos según le sugiera a cada participante la música.

Variantes:

Reunirse por parejas. Mantener un diálogo corporal con movimientos. Cada uno trata de darse cuenta de cómo se mueve el compañero y deja que su movimiento surja como respuesta al de su compañero. Para facilitar la experiencia los movimientos han de ser a cámara lenta.



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitar habilidades de dominio y control corporal y las habilidades de percibir al otro e interactuar con él.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Se parte de una postura en el suelo para ir variándola a cámara lenta adoptando diferentes posturas de equilibrio. Se utilizará como puntos de apoyo partes del cuerpo que normalmente no son empleados para este fin: frente, rodilla, codos, final de la columna vertebral, ... El apoyo deberá hacerse con el menor número posible de apoyos y con la menor superficie de los mismos.

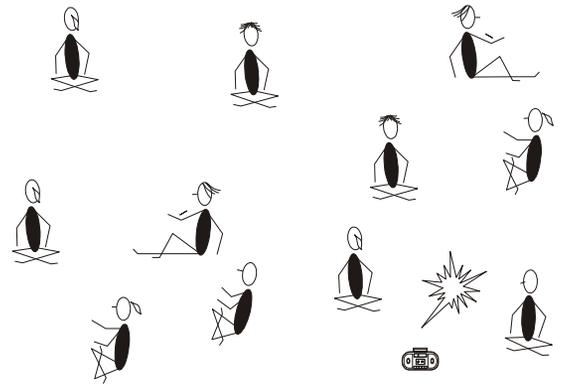
Reglas:

Lentamente se irá pasando de una posición a otra enlazando posturas. La música elegida debe ser apropiada para esta actividad, una música lenta y suave.

Variantes:

Por parejas, se conectará la mirada con la del compañero y se mantendrá durante todo el ejercicio intentando coordinar los movimientos. Se puede utilizar al compañero como punto de apoyo.

Realizarlo en grupos de cuatro, de ocho... Pudiéndose llegar a implicar a todo el grupo, pero cada vez el ejercicio es más complicado y requiere mayor atención.



Etapas:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitar la toma de conciencia de las diferentes formas de desplazarse.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Se trata de utilizar las distintas posibilidades que presentan el acto de desplazarse en el espacio. Como sugerencias se proponen:

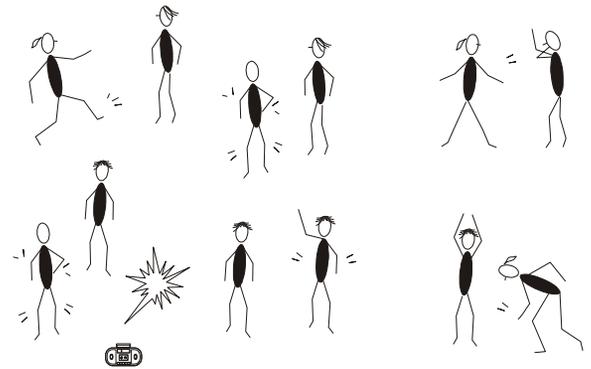
- 1.- Movimiento libre a partir de un tema sonoro. Los participantes realizarán espontáneamente los movimientos que la música les sugiere. Se pueden dar las siguientes consignas: andar dejándose llevar por la música, también se puede saltar, bailar...
- 2.- Caminar utilizando diferentes puntos de apoyo: talones, puntillas, la cara interna o externa del pie, ... realizar combinaciones de estas acciones. Se le pediría a los alumnos que asocien esa forma de caminar con determinados tipos: ¿quién caminaría así?.
- 3.- Caminar siguiendo diferentes trayectorias: zigzag, de lado, hacia atrás, describiendo pequeñas curvas... Asociar a tipos de situaciones.
- 4.- Reproduciendo el ritmo de animales al caminar: ratón que tiene miedo al gato, pesado y con torpeza como un elefante, con la brusquedad de un orangután, con la arrogancia de un gallo, ...
- 5.- Representando estados de ánimo: tristeza, dejadez, timidez, idea fija, ...
- 6.- Caminando sobre elementos imaginarios: entre aguas, sobre arena, sobre barro, sobre nieve, con lluvia, con viento, ...

Reglas:

Adecuar los movimientos a la música que en ese momento se esté escuchando.

Variantes:

Se pueden buscar nuevas posibilidades de caminar: representando a distintos personajes, simulando acciones, carreras extrañas,



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Sin material.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Adaptar los movimientos a sonidos inventados.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

El profesor les pide a los alumnos que digan un tipo de calzado distinto y que asocien el calzado a una determinada entonación: zapato con tacón-voz cursi, zapatillas de noche-voz de anciano, ... Se admitirá todo tipo de calzado según la forma, material de fabricación, suelas, ...

Cada participante creará una onomatopeya ficticia que corresponderá al sonido que produce una persona al andar con el tipo de calzado que ha enumerado anteriormente. Posteriormente se andará por la sala al mismo tiempo que se emite el sonido característico del calzado elegido.

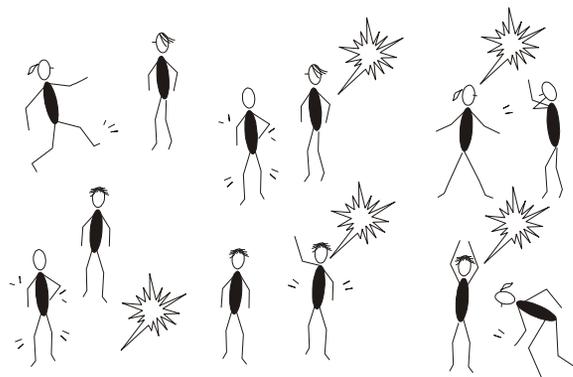
Reglas:

Sólo se utilizarán los sonidos que se hayan inventado.

Variantes:

Se puede crear diálogos con otros calzados.

Gráfico:



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollar la percepción y la capacidad de sintonizar con el otro.

Organización:

Por parejas.

Desarrollo:

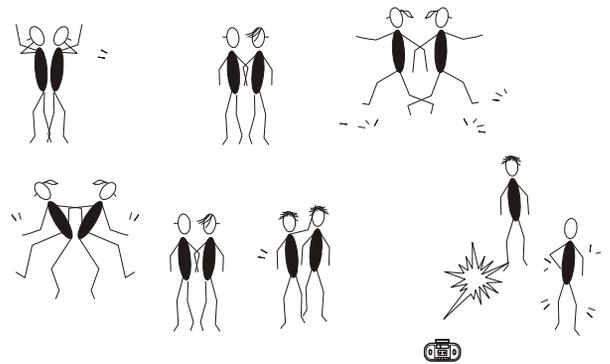
Se dispondrán los alumnos por parejas, espalda contra espalda. Se le dará las siguiente consigna: tratar de conectar con vuestro compañero a través de la espalda, mientras os dejáis llevar por la melodía. Las parejas se mueven e interactúan como si estuvieran manteniendo una conversación silenciosa.

Reglas:

La actividad se realizará con los ojos cerrados y en silencio a fin de favorecer el clima de introspección adecuado.

Variantes:

Por parejas, "A" se coloca detrás de "B" y transmite a través de sus manos en la espalda del compañero, mediante diferentes matices de presión, lo que en ese momento siente. "B" transformará los estímulos táctiles que recibe de "A" en sonidos. Cambiar los papeles.



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Ejercitar habilidades de expansión corporal.

Organización:

Individual.

Desarrollo:

Los alumnos estarán dispersos por todo el espacio de tal forma que puedan moverse sin obstaculizar a los demás. Adoptarán una postura cerrada.

Comienza a sonar la música y el profesor les irá relatando una anécdota: "sois una semilla, es primavera, ha comenzado a llover, notáis como el agua va penetrando por vuestros poros y os va llenando, comenzáis a crecer, a germinar, enviáis una pequeña raíz hacia la tierra y un brote hacia el sol, ... Cada uno va creciendo, según le va sugiriendo la música, hasta convertirse en un árbol o en un arbusto".

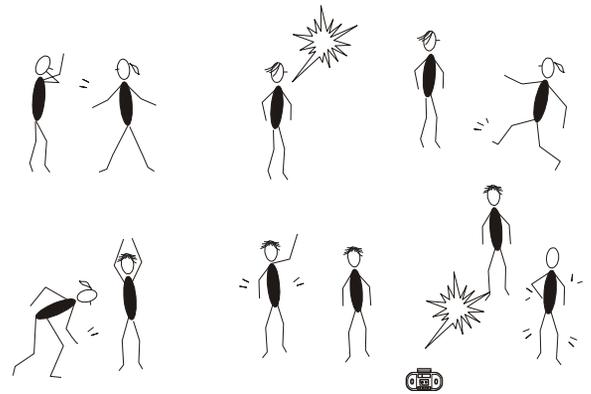
Cuando los alumnos hayan llegado a posturas de máxima expansión se incluirán otros elementos: el árbol es mecido por el viento, una hoja se separa y el sol la reseca, tras un periodo de sequedad es rociado por la lluvia, ..., finalmente el árbol se seca y muere.

Reglas:

Se debe estar muy concentrado en realizar los movimientos que se indiquen al ritmo que marca la música.

Variantes:

Imaginar que son un fuego, que comienza por una llamita apenas insinuada, crece, adquiere movimiento, puede desplazarse e interactuar con las otras llamas, el fuego de la llama va decayendo hasta terminar por extinguirse.



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Disfrutar del movimiento libre como un primer paso para el movimiento grupal.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Les planteamos que vamos a jugar con la voz y a entonar nuestro cuerpo, cantando el siguiente esquema básico: "abro, cruzo, abro, patada (1-2), abro, patada (1-2)". A partir de este esquema realizaremos cuatro variantes acompañándolas con distintas percusiones corporales que más adelante conformarán nuestra danza.

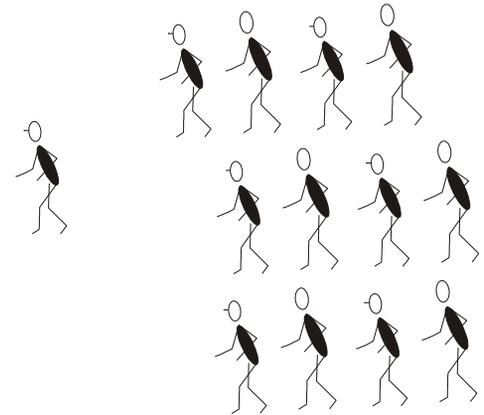
- 1.- Andando con palmadas.
- 2.- Saltando con pitos.
- 3.- Cruzando por detrás.
- 4.- Ídem con énfasis en la caída.

Reglas:

El objetivo es formar un círculo cerrado donde todos bailen al mismo ritmo. Es importante insistir en un ritmo común.

Variantes:

Se le confía a cuatro alumnos una variante distinta del esquema básico anterior. Se desplazan por el espacio y repiten insistentemente el movimiento que les haya tocado intentando contagiar a quien se encuentren en su camino. Quien sea tocado se unirá a él hasta formar varias cadenas que se mezclan y bailan la danza de forma circular.



Etapas:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollo del ritmo corporal en contacto con otras personas.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Partimos de dos círculos concéntricos, chicos fuera y chicas dentro. Cada uno elige a su pareja. Realizar pasos de marcha, los de fuera en sentido de las agujas del reloj y los de dentro en contra (se marcarán ocho tonos y habrá cambio de sentido).

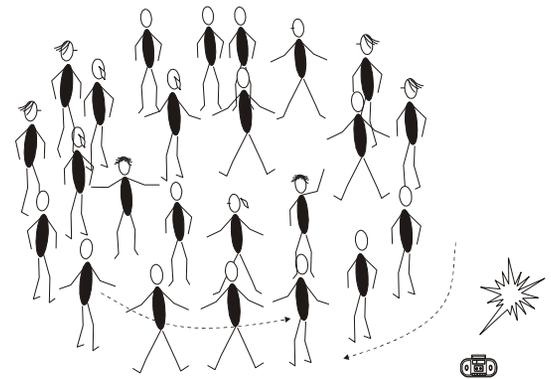
Se hace sonar la música de vals y, por parejas, se encuentran para bailar libremente por todo el espacio. Se realizan ocho pasos de vals (dieciséis tiempos). La chica se despide girando y cambiando de compañero. Se repite nuevamente esta acción, volviendo al círculo en ocho tiempos para seguir desfilando.

Reglas:

Cada participante representa su rol: los chicos son valientes cazadores y las chicas coquetas señoritas.

Variantes:

Invertir los papeles, las niñas fuera y los chicos dentro, con cambio de rol.

Gráfico:

Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollo del ritmo corporal mediante la ejecución de diversas combinaciones de pasos básicos, desplazamientos y ritmos.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Los alumnos van andando por todo el espacio sin mirar los ojos de nadie. A la señal agarran al primer compañero que se encuentren, cruzan las manos delante del cuerpo y .. ¡saludín!. Marcando 1-2-3 se miran cara a cara y 1-2-3 le dan la espalda (te miro, no te miro). ¡Adiós!, se despide la chica dando una vuelta alegremente y el chico protesta zapateando.

Reglas:

Hay que efectuar los cambios de las acciones cuando deje de sonar la música. Es importante todos marquen el mismo ritmo.

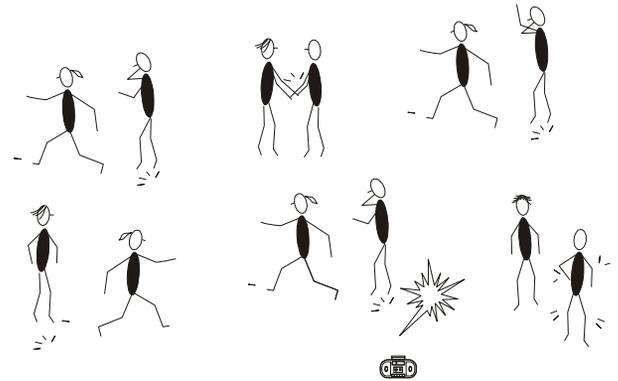
Variantes:

Se puede jugar al "MENSAJE PARTICULAR": ¿cuál será el mensaje que quieres compartir?, ¡Piensa, piensa!, vamos al círculo con nuestra pareja y nuestro mensaje secreto para compartir. Es la hora de aprender las variantes de la danza colectiva definiendo nuestro mensaje.

Te miro, no te miro 1-2-3 derecha 1-2-3- izquierda. ¡Repetimos! Te miro, no te miro 1-2-3- derecha 1-2-3 izquierda. La chica da dos vueltas mientras el chico zapatea gritando el mensaje en ocho tiempos.

A continuación, dos pasos laterales a la derecha en cuatro tiempos, más dos pasos laterales a la izquierda en cuatro tiempos, abro y unión para cerrar.

La chica busca con quién compartir su mensaje corriendo por dentro del círculo y cambiando de compañero para volver a empezar todas las variantes con la nueva pareja.



Etapa:

E.S.O.

Gráfico:**Ciclo:**

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollo del ritmo corporal mediante la ejecución de diversas combinaciones de pasos básicos, desplazamientos y ritmos.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Se organiza la clase en círculos concéntricos, uno de niños y otro de niñas que pasan sucesivamente de la rueda interior a la exterior y viceversa.

Se elige pareja mientras suena la música, inventando cada uno un saludo cuerpo a cuerpo (cabeza-cabeza, hombro-hombro...) en dos tiempos. Cuando deja de sonar la música se cambia de pareja. Se repite varias veces.

Se sitúan en doble círculo y comienzan a compartir su movimiento-saludo. Se repiten los saludos añadiendo los movimientos de los compañeros hasta formar un "saludo común" (suma de todos los saludos de las parejas).

Reglas:

Hay que efectuar los cambios de las acciones cuando deje de sonar la música. Es importante llevar bien el ritmo.

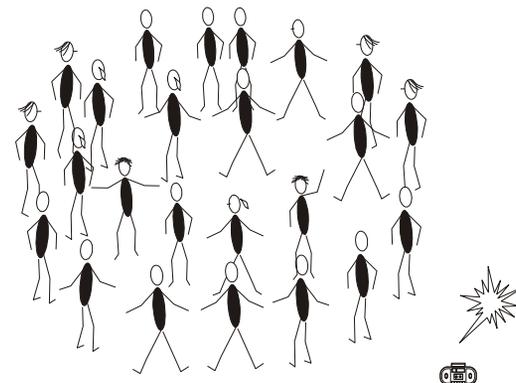
Variantes:

Se buscan nuevas parejas, "brindando corporalmente con ella", cantando "chin-chin" (contacto corporal). De entre todos los brindis, cada pareja elige el que mejor le haya "sonado" y lo hace suyo.

Se sitúan en doble círculo mirándose las caras, se cogen de las manos y realizan doble paso lateral a derecha, dos tiempos para el brindis corporal e igual al otro lado. Se realiza esta acción dos veces.

Se dejan ocho tiempos para bailar libremente improvisando con la pareja, en el último tiempo quien se encuentra en el círculo interno cambia de sitio y se va con la persona de la izquierda (cambio de pareja).

Con el nuevo compañero se realizan ocho tiempos para enseñarle su "brindis corporal" (junto con doble paso lateral) y en ocho tiempos el me enseña el suyo. Bailan agarrados libremente y cambio.



Etapa:

E.S.O.

Ciclo:

1

Lugar:

Pista polideportiva o gimnasio.

Material:

Grabación musical.

Bloque Específico:

EXPRESIÓN CORPORAL.

Objetivo a desarrollar:

Desarrollo del ritmo corporal mediante la ejecución de diversas combinaciones de pasos básicos, desplazamientos y ritmos.

Organización:

Gran grupo.

Desarrollo:

Todos estarán formados entre dos líneas enfrentadas (niño-niña). Se hace sonar la música. Les pedimos que combinen el paso básico de scottisch, (izquierda-derecha-izquierda y al cuarto se salta sobre la izquierda en el sitio) hacia delante y atrás. Mientras las chicas recitan, los chicos acompañan con percusión y viceversa.

Reglas:

Cada fila se inventará un pequeño texto para recitar al grupo contrario, cada uno elegirá su propio tema, debiendo tener en cuenta que haya que responder.

Variantes:

Cuando comienza la música, sin que medien palabras, sólo con mímica, realizar los movimientos del scottisch delante-atrás, mientras unos avanzan, los de la fila contraria retroceden.

Al interrumpir la música todos marcan el "punto y final" saltando sobre los pies, lanzando un pie lateral y saltando sobre el otro y volviendo a saltar sobre los dos.

Gráfico: