

Recibido: 8-4-2017

Aceptado: 13-4-2017

## **LAS DANZAS DEL MUNDO COMO HERRAMIENTA FORMATIVA: UNIDAD DIDÁCTICA**

### **DANCES OF THE WORLD AS A FORMATIVE HARDENING: DIDACTIC UNIT**

#### **Autor:**

Conesa Ros, Elena

#### **Institución:**

Facultad Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia [econesaros@um.es](mailto:econesaros@um.es)

#### **Resumen:**

El objetivo de este trabajo es proponer una unidad didáctica para el trabajo curricular de las Danza del Mundo, dentro del Bloque 3 "Actividades físicas artístico-expresivas" de la materia de Educación Física que propone la LOMCE en secundaria. Las Danzas del Mundo suponen un medio de acercamiento, comunicación y expresión que han utilizado a lo largo de siglos las diferentes sociedades y culturas. Con este trabajo se pretenden poner a disposición de los docentes diferentes recursos expresivos del cuerpo mediante el ritmo y el movimiento, fomentando la participación y la creatividad en bailes y danzas sencillas. Para ello, se describen cinco sesiones de Danzas de diferentes países, explicando las actividades, recursos y organización de cada actividad. Además, en esta unidad didáctica se han tenido en cuenta las características psicoevolutivas del alumnado para su implementación real en el aula.

**Palabras Clave:** Educación física, unidad didáctica, danza.

#### **Abstract:**

The aim of this paper is to propose a didactic unit for the curricular work of Corporal Expression, within Unit 3 "Artistic-expressive physical activities" of the subject of Physical Education proposed by LOMCE in secondary school. The Dances of the World represent a means of rapprochement, communication and expression that they have used for centuries in different societies and cultures. With this work we intend to put in place the teachers' disposition different expressive resources of the body in rhythm and movement, encouraging participation and creativity in simple dances. Therefore, five lessons about the dances of the different countries are described using the rhythm content, including both the explanation and organization of the different activities, as well as the resources that are needed. Furthermore, students' psycho-evolutionary features are being taken into account to achieve a real implementation in class.

**Key Words:** physical education, didactic unit, dance.

## 1. JUSTIFICACIÓN

Según la mayor parte de los investigadores, muchas de las Danzas tradicionales o folclóricas, tienen su origen a partir del siglo XVIII. No obstante, hay gran número de ellos, cuyos orígenes parten de tiempos remotos.

Cada pueblo tiene sus danzas propias y con un carácter nacional bien determinado. Dentro de nuestra sociedad, las danzas se importan o exportan adaptándoles características y peculiaridades de los lugares que las adoptan. En las danzas aparecen formas variadas. Cada una de estas formas, tiene a su vez muchas variaciones, y un estilo y forma concreta de moverse. Cada una ha tenido su propio desarrollo histórico y sus razones para ser popular.

En la actualidad, la danza es símbolo social e identificador de la cultura de países; los ritmos empleados son localizables en determinados lugares geográficos.

Desde el punto de vista social un aprendizaje basado en un repertorio de Danza del mundo contribuye (Giraldez, 1997):

- Desarrollo de una consciencia multicultural asentada en la comprensión mutua y en la tolerancia.
- Promueve un mayor entendimiento y aceptación entre las personas de diferentes culturas.
- Favorece una mentalidad más abierta y ayuda a erradicar prejuicios raciales y generacionales.

Aunque la clasificación más conocida está en relación al lugar donde se ubican las diferentes danzas del mundo en función del país al que pertenezcan y es la que vamos a seguir en esta obra, pensamos que es interesante adjuntar otros tipos de clasificaciones de esas danzas que nos ayudan a desarrollarlas de la mejor forma en el ámbito educativo. Para clasificar las danzas del mundo, nos remitimos al trabajo que realiza Zamora

(1995), en cuya obra se desarrolla cada una de las danzas que se mencionan a continuación. De este modo, clasificaremos éstas, de la siguiente manera:

- En función del uso que se le da a la danza.
- En función del número de participantes.
- En función de las edades a las que va aplicada a la danza.

Ejemplo:

- 2º Ciclo de Educación Infantil (3-6 años).
  - La Danza de los 7 saltos (Dinamarca).
  - La marcha de los cazadores.
  - La Danza de la Cruz (Polonia).

La distribución de los alumnos en el espacio durante la ejecución de las danzas del mundo (Organización espacial), puede considerarse como otro punto más a tener en cuenta a la hora de clasificarlas, ya que es un factor relevante debido a que fomenta las relaciones socioafectivas de los participantes, desarrollando de este modo valores y actitudes relacionadas con el grupo y con la colaboración.

Nuestro objetivo es llamar la atención sobre la importancia de las danzas y los bailes como medio de acercamiento, comunicación y expresión de las diferentes sociedades y culturas. De esta manera, se pretenden desarrollar los recursos expresivos del cuerpo, mediante la exploración de las posibilidades que tiene el ritmo y el movimiento para la expresión, fomentando la participación y la creatividad en bailes y/o danzas sencillas. El objetivo de este tipo de Unidad Didácticas (Conesa, 2017) va encaminado a observar en el alumnado el nivel y grado habilidad en los movimientos, su adaptación espacio-temporal, predisposición hacia el trabajo, participación, respeto hacia los compañeros, disfrute, etc.; y provocar la desinhibición, implicación y aceptación de estas actividades (López, 2010).

## 1.1.Elementos curriculares

Las referencias legislativas que se han tenido en cuenta para la elaboración de esta unidad didáctica han sido las siguientes:

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 220/2015, de 2 de septiembre de 2015, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

En cuanto a los elementos curriculares que justifican el diseño y puesta en práctica de esta unidad didáctica, a continuación, se detalla lo tratado en este sentido.

### **Objetivos**

Teniendo en cuenta los objetivos para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria expuestos en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, puede establecerse que la presente unidad didáctica contribuye fundamentalmente a la consecución del objetivo "k" y "j":

*"Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias....."*

"Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación".

### **Competencias**

Asimismo, teniendo en cuenta las competencias establecidas en el artículo 2.2 del Real Decreto 1105/2014, mediante los estándares de aprendizaje establecidos en esta unidad didáctica se contribuye al desarrollo de las siguientes competencias:

d) Aprender a aprender. Al iniciar al alumno en el aprendizaje motriz para que este lo continúe de forma autónoma, transfiriéndolo a actividades físicas artístico-expresivas como la danza.

e) Competencias sociales y cívicas. Las actividades deportivas colectivas son un elemento ideal para fomentar las actitudes de respeto tolerancia, cooperación igualdad y trabajo en equipo, y esta unidad didáctica es un claro ejemplo de ello por las diferentes situaciones de colaboración que se presentan en las diferentes sesiones.

## **Contenidos**

Los contenidos de la unidad didáctica se han seleccionado teniendo en cuenta los organizados en el Decreto 220/2015 para el 3º curso de Educación Secundaria Obligatoria dentro del área de Educación Física. Dicho esto, los contenidos a tratar serán:

- *Práctica y elaboración de bailes de forma individual, por parejas o colectiva.*
- *Práctica de danzas.*
- *Práctica de actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional y habilidades sociales a través de la expresión corporal.*

## **Evaluación**

La evaluación del proceso de enseñanza del alumnado deberá ser continua, diferenciándose tres apartados (López, 2010):

- Evaluación Inicial, realizada en la primera sesión de la Unidad Didáctica, mediante la observación del alumnado para determinar el nivel de habilidad y predisposición del alumnado, y así adaptar la orientación de las actividades venideras.
- Evaluación Formativa, que tendrá lugar durante el proceso de aprendizaje, mediante la observación sistemática del alumnado, tanto de manera individual como colectiva.

- Evaluación Final o Sumativa, que se realizará al finalizar la Unidad didáctica a través del montaje coreográfico presentado por cada grupo, para comprobar el desarrollo de las capacidades alcanzadas por el alumnado respecto a las iniciales.

En cuanto a los procedimientos de evaluación: la observación (permitirá valorar los estándares referidos a conductas y comportamientos) y la experimentación (se utilizará para comprobar la adquisición de estándares de carácter más procedimental).

Los estándares de aprendizaje evaluables serán abordados mediante la utilización del siguiente instrumento de evaluación: prueba sociomotriz. Este instrumento nos va a facilitar la evaluación de los estándares de aprendizaje previstos.

En concreto, la prueba sociomotriz se utilizará para evaluar el estándar 1.2: " Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros".

Además, con la evaluación de los estándares mencionados contribuiremos a la consecución de siguientes criterios de evaluación:

Criterio 1 (bloque 3 de 3º). *“Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos”.*

A cada uno de estos apartados se le asignará una ponderación sobre ñla nota final para su calificación.

### 3. METODOLOGÍA

La intervención docente en esta UU.DD debe ir en todo momento dirigida a conseguir la máxima participación e implicación del alumnado en la actividad. Por ello, la mayor parte de las danzas se han simplificado en cuanto a su ejecución. Las orientaciones metodológicas que se seguirán serán las siguientes (Salmerón, Lorente y Angosto, 2010):

- **Agrupamientos.** En la mayoría de las sesiones se tratan de Danzas en las que su formación es circular, variando la colocación de los alumnos, ya sea por parejas formando círculos concéntricos, de manera individual,.. Posteriormente veremos el agrupamiento concreto de nuestra sesión.
- **Técnicas de aprendizaje:** se utilizará la instrucción directa como normal general para los primeros pasos y explicaciones de todos los bailes a excepción de alguna danza donde se deja al alumno una cierta libertad.
- **Estilos de enseñanza:** aplicaremos fundamentalmente estilos tradicionales.
- **Estrategias en la práctica:** se aplicará una estrategia global por medio de una demostración poniendo énfasis en la información relevante para el aprendizaje. No obstante, en el caso de algunas fases de la danza que presenten mayor dificultad se utilizará una estrategia analítica, enseñando paso a paso y uniéndola s hasta hacer la danza completa.
- **Ubicación del docente:** focal externa para observar e interna para dar correcciones, integrar a algún discente o dar información sobre alguna variante.
- **Recursos espaciales y materiales utilizados:** las sesiones se desarrollarán en una sala con espejos y los recursos materiales que se utilizarán será un equipo de música y una pizarra en la que se indicaran las formaciones.

Del mismo modo, a la hora de estructurar cada una de las sesiones vamos a dividir cada una de ellas en tres partes diferenciadas; parte inicial (12 - 15 minutos); parte principal (30 – 35 minutos), encaminada a desarrollar los

contenidos de la sesión y preparar a los alumnos para la consecución de los estándares de aprendizaje de la unidad didáctica; y parte final (8 - 10 minutos).

A la hora de diseñar las diferentes actividades, se ha pretendido que en todo momento las mismas estén adecuadas a los agrupamientos, el espacio y los recursos disponibles. Dicho esto, para atender a las necesidades del alumnado a lo largo de la unidad didáctica se llevarán a cabo los siguientes tipos de actividades: de detección de capacidades y conocimientos previos, de desarrollo, de motivación, de refuerzo, de ampliación y de evaluación.

### ***Atención a la diversidad***

Tras destacar todo lo anterior en relación a los diversos elementos curriculares, a continuación, se exponen las consideraciones tenidas en cuenta para tratar la atención a la diversidad.

En este sentido, para ofrecer una respuesta adaptada a las diferencias de los escolares en cuanto a capacidades, necesidades educativas, estilos cognitivos e intereses, y para que puedan alcanzar los estándares propuestos, se llevarán a cabo las siguientes medidas ordinarias (Salmerón, Lorente y Angosto, 2010):

- Evaluación y diagnóstico individual para conocer las posibilidades de cada alumno.
- Conocer y respetar el ritmo de ejecución en las tareas de cada alumno.
- Ampliar las instrucciones y volver a explicar individualmente a los alumnos que lo necesiten.
- Prestar atención a los procesos de aprendizaje de los alumnos que más lo necesiten.

### ***Temporalización***

**Parte Inicial** (1ª Sesión): Donde se realizará el momento de encuentro, y una breve introducción del trabajo a realizar en la Unidad Didáctica y en la sesión, seguida de una danza sencilla de presentación.

**Parte Principal** (2ª, 3ª y 4ª Sesión): Se realizarán Danzas del Mundo muy sencillas que comportan características muy diferenciadas en cuanto a disposición inicial, pasos, movimientos corporales, estructura rítmico-espacial, etc., capaces de ejecutarse casi directamente (López, 2009).

**Parte Final** (5ª Sesión): Donde se realizará una danza lenta, seguida de una breve reflexión del trabajo realizado a lo largo de la sesión, y el aseo personal.

## 4. DESARROLLO DE LAS SESIONES

<b>1ª SESIÓN: DANZA DE PRESENTACIÓN</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Individual y por grupos
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte inicial	En el momento de las presentaciones de los alumnos. El profesor realizará una breve exposición de los objetivos y contenidos de la Unidad Didáctica.
2. Parte principal	A continuación, se explicaría la danza "VALS DE LOS CAZADORES" (Centro Europa) y se ejecutaría directamente con la música. [ANEXO I]
3. Parte final	"Dudas y conclusiones" Finalmente se resolverán dudas surgidas y conclusiones obtenidas por los alumnos.

<b>2ª SESIÓN: DANZA FAMILIAR</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Todo el grupo junto
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte Inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se comenzará con una breve explicación del baile "DANZA FAMILIAR" (Polonia), describiendo las diferentes evoluciones, ritmo y pasos que se van a ir realizando [ANEXO II]
3. Parte final	Finalmente, se organizarán grupos reducidos (3-6 alumnos) que propondrán, diferentes evoluciones posibles, para que las lleve a cabo todo el grupo.

<b>3ª SESIÓN: BREAK MILLER</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	equipo de música
<b>Organización:</b>	Por parejas distribuidos por todo el espacio
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte Inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la danza "BREAK MILLER" (Inglaterra), pasando a realizarla directamente con la música. [ANEXO III]
3. Parte final	Finalmente se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

<b>4ª SESIÓN: DANZA DE LA CRUZ</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	equipo de música
<b>Organización:</b>	Individual y por parejas
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte Inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la "DANZA DE LA CRUZ" (Dinamarca), pasando a realizarla directamente con la música. [ANEXO IV]
3. Parte final	Finalmente se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

<b>5ª SESIÓN: NINGUNO SHELL YOSHI</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Por parejas dispuestos en círculo
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte Inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la "NINGUNO SHELL YOSHI" (Israel), pasando a realizarla directamente con la música [ANEXO V].
3. Parte final	Finalmente se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

<b>6ª SESIÓN: HORA DE GHEATA</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Todo el grupo en círculo
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte Inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la "HORA DE GHEATA" (Rumanía), pasando a realizarla directamente con la música [ANEXO VI].
3. Parte final	Finalmente se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

<b>6ª SESIÓN: MALLAO</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Por parejas en círculo
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la "MALLAO" (Portugal), pasando a realizarla directamente con la música [ANEXO VII].
3. Parte final	Finalmente se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

<b>7ª SESIÓN: DANZA FINAL</b>	
<b>Lugar:</b>	Sala con espejos
<b>Materiales:</b>	Equipo de música
<b>Organización:</b>	Por parejas en círculo
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESARROLLO</b>
1. Parte inicial	Realizaremos ejercicios de movilidad articular para el calentamiento de la posterior actividad física.
2. Parte Principal	Se explicaría brevemente la "SCOTTISH DANCE" (Escocia), pasando a realizarla directamente con la música [ANEXO VIII].
3. Parte final	Para finalizar en grupos de unos 8, el profesor asignará a cada uno una de las danzas aprendidas en las anteriores sesiones para luego exponerlas ante sus compañeros.

## 5. CARACTERÍSTICAS PEDAGÓGICAS

El desarrollo de esta propuesta didáctica debe encuadrarse dentro del último trimestre, después de haber trabajado anteriormente otros conceptos básicos sobre la Expresión Corporal-Danza como el cuerpo y el espacio .

Además, recordar que ya no solamente se trabajan los valores como la disciplina y el esfuerzo, sino que hay que añadirle los valores propios de las actividades físicas artístico-expresivas, atribuyéndose a estas un gran potencial en el ámbito de la educación en valores (Ruiz-Omeñaca, Ponce-de-León, Sanz

y Valdemoros, 2015), como el respeto, la participación, el trabajo en equipo o la confianza en uno mismo.

Finalmente, esta unidad didáctica debe adaptarse al contexto escolar del centro educativo en el que se desarrolle, teniendo que considerar las características propias del alumnado sobre el que se desarrollará, adaptándola las actividades al nivel de cada grupo. Se podría pasar una encuesta final, para la valoración de la unidad.

## **6. ANEXOS. Descripción de los bailes y danzas.**

## **ANEXO I- "DANZA FAMILIAR"**

## **POLONIA**

### **Formación:**

Varias. El profesor es el cabeza de fila y dirige.

### **Desarrollo:**

- Andamos en fila cogidos de la mano por el espacio.
- Nos separamos uno para cada lado haciendo un círculo.
- Nos volvemos a encontrar y después de caminar una línea recta nos volvemos a separar, pero por parejas cada una hacia un lado.
- Igual, pero formamos hileras de 4.
- El profesor pasa por delante de su hilera y el último se agarra al último de la segunda fila, así sucesivamente.
- De nuevo en fila, hacemos una espiral y la deshacemos.
- Nos separamos de nuevo por parejas y nos paramos para hacer el puente en la misma dirección.
  - o Puente sin brazos y mientras pasan por dentro hacemos palmas.
  - o Paso de polka subiendo y bajando brazos.
  - o Puente con los brazos arriba, pasar un poco agachados.
  - o Repetimos todo.
- Para terminar el puente cuando le vaya a tocar de nuevo al profesor éste para y camina hacia el otro lado (cambio de sentido).
- Volvemos a soltarnos las parejas pero en vez de cogernos pasamos una al lado de a otra chocando las palmas.

Se repite el cogerse las parejas, las hileras de 4 y hacemos una de 8, luego nos unimos todos en una fila y hacemos y deshacemos la espiral,.. hasta que termine la música.



## **ANEXO II- “VALS DE LOS CAZADORES”**

## **CENTRO EUROPA**

### **Formación:**

2 círculos concéntricos (chicos dentro—as fuera)

### **Desarrollo:**

#### *1ª Parte:*

- Cada círculo marcha 32 tiempos en fila en una dirección.
- Siguiendo 32 tiempos cambio de sentido ambas filas.

#### *2ª Parte:*

- Vals: Cojo la pareja que tenga enfrente y bailo por donde quiera. Cambio de pareja, rápidamente cuando la marca la música, dando un giro a la mujer y otro giro a la pareja nueva antes de empezar la 1ª parte de nuevo (posición círculos concéntricos).

### **Variante:**

- Vals en cuadrado derecha-izquierda-derecha, con los brazos balanceándose hacia los lados y cambio de posición con el que está a mi derecha (dentro del grupo de los 4)
- Luego una parte libre en la que se puede hacer cosas por parejas con la que está en nuestra diagonal.



## **ANEXO III- “BREAK MIXER”**

## **INGLATERRA**

### **Formación:**

En parejas: (lateral uno al lado del otro): Brazos cogidos en cruz

### **Desarrollo:**

- 8 pasos delante, en el segundo quedamos de frente a frente.
- 4 pasos atrás separándonos de la pareja.
- Silencio de la música.
- 2 golpes con la planta del pie alternos.
- 2 palmadas.
- 8 pasos enlazados por los codos de la pareja (4 hacia un sentido y cambio).
- Cambio de parejas rápidamente



## **ANEXO IV “DANZA DE LA CRUZ”**

## **DINAMARCA**

## Formación:

Subgrupos de 4 personas colocados en 2 círculos concéntricos.

## Desarrollo:

- Todos cogidos por la mano derecha en el centro (formando una estrella), damos 4 pasos lentos girando.
- Cambio de dirección y mano izquierda, otros 4 pasos girando.
- Soltamos manos:
  - o 3 pasos atrás.
  - o 3 movimientos de brazos estirados (abajo, al lado y arriba).
  - o 3 movimientos de brazos estirados (arriba, al lado y abajo).
  - o 3 pasos delante.

\* Se repite 3 veces cada vez más rápido.

## Variante:

- En puesto de los 6 tiempos de 3 movimientos de brazos, damos 3 saltitos hacia la derecha y otros 3 hacia la izquierda.





## **ANEXO V- “NINGUNO SHEL YOSSI”**

## **ISRAEL**

### **Formación:**

En círculo por parejas: (lateral uno al otro, chicos a la izquierda).

### **Desarrollo:**

#### *1ª Parte:*

- Todos juntos golpeamos con los dos pies en el suelo, soltamos delante la pierna derecha, volvemos a saltar y soltamos la izquierda.
- Los chicas avanzan 4 pasos hacia delante y vuelven a repetir lo anterior en el centro del círculo, y vuelven con otros 4 pasos a su sitio original mientras los chicos lo hacen en el sitio.
- Vuelven a repetirlo una vez todos juntos y luego avanzan los chicos.

#### *2ª Parte:*

- Las parejas se ponen cara a cara y chocan primero manos derecha y luego izquierda.
- Los chicos por fuera del círculo se desplazan hacia su derecha hasta llegar a la otra pareja con la que se cogerán por el codo derecho y harán un giro.
- Con la misma pareja vuelvo a chocar mano derecha e izquierda y se vuelven a dirigir por fuera del círculo hacia su derecha hasta la siguiente pareja, colocándose a su izquierda para empezar todo de nuevo.



## **ANEXO IV- “HORA PE GHEATA”**

## **RUMANA**

### **Formación:**

En círculo.

### **Desarrollo:**

#### *\* 1ª Parte:*

- 3 pasos delante puntera izquierda.
- 3 pasos detrás puntera delante derecha.
  - o Los brazos van doblados a la altura del pecho moviéndose un poco.

#### *\* 2ª Parte:*

- Puntera izquierda-derecha.
- 3 pasos para el lado derecho.
- Puntera izquierda-derecha izquierda.
- 3 pasos para el lado izquierda.
  - o Los brazos se suben y bajan 1 vez.

\* Se hace 4 veces cada parte.



## **ANEXO VII- "MALLAO"**

## **PORTUGUESA**

### **Formación:**

- Círculos concéntricos, por parejas cara a cara.
- Paso levanto un poco pierna derecha (rodilla) dando un pequeño saltito, apoyo derecha y doy dos pasos (izquierda-derecha). Durante este último apoyo levanto ahora la pierna izquierda con un saltito. Así sucesivamente. Las caderas también se mueven hacia el lado de la pierna que está apoyada en el suelo. Los brazos arriba en forma de jarra con los dedos pulgares y corazón juntos.

### **Desarrollo:**

- Damos 8 pasos en el sitio, subiendo y bajando el tronco, las dos a la vez y a continuación ) y damos tres patadas en el suelo (derecha-izquierda-derecha) y volvemos a repetir los 8 pasos anteriores subiendo y bajando tronco.
- Ahora con 8 pasos vamos girando una vuelta entera hacia nuestra izquierda y cuando lleguemos al mismo sitio volvemos a dar otra hacia la derecha (brazos arriba) y antes de empezar el paso anterior damos tres patadas en el suelo (derecha-izquierda-derecha).



## **ANEXO VIII- "SCOTTISH VALS"**

## **ESCOCIA**

### **Formación:**

- Círculos concéntricos.
- Paso de vals chiquitín
- En una pareja el chico es el de dentro y en la de al lado es el de fuera.

### **Desarrollo:**

#### *1ª Parte:*

Parejas nº 1 (Uno del círculo de fuera y su pareja que esté en frente situado en el círculo de dentro) se desplazan al centro del círculo cogidos con las dos manos en 8 tiempos y otros 8 tiempos hacia fuera, volviendo a la posición inicial.

Ahora formar parejas con el de al lado del mismo círculo.

#### *2ª Parte:*

Círculo de fuera: 8 tiempos desplazamiento sentido agujas del reloj.

Círculo de dentro: 8 tiempos desplazamiento sentido contrario agujas del reloj.

Formamos otra vez parejas con la pareja inicial.

Cogidos de una mano (cruzada) Giramos 8 tiempos para un lado (derecha) y otros 8 para el otro (izquierda).

Cambio de pareja con el que está al lado de mi rueda: igual derecha-izquierda

Luego un giro con mi pareja con las dos manos en 8 tiempos

#### *3ª Parte:*

Hacer una cadena en ese subgrupo de 4 personas no pueden coincidir chicos-os ni chicas-as

Inicio todo.



## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Conesa, E. (2017). Propuesta didáctica para el desarrollo del ritmo dentro de la expresión corporal en educación secundaria. *Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, en prensa.
2. Decreto 359/2009 de 30 de octubre, por el que se establece y regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
3. Decreto 220/2015, de 2 de septiembre de 2015, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
4. Giráldez, A. (1997). Educación musical desde una perspectiva multicultural: diversas aproximaciones. *Revista Transcultural de Música*, 1, 1-13.
5. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa.
6. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
7. López, J. (2010). Unidad didáctica "Danzas del mundo". *EmásF: revista digital de educación física*, 5, 81-97.
8. Zamora, A. (1995) *Danzas del Mundo*. Ed. CCS, Madrid.