

Baño y Muevo mi Cuerpo



UNIDAD DIDÁCTICA

*EVA GONZÁLEZ MARÍN
CURSO 1998-1999*

1. INTRODUCCIÓN

1.1 JUSTIFICACIÓN

La presente unidad didáctica se encuentra ubicada en el bloque III de contenidos del D.C.B.: “El cuerpo: expresión y comunicación”.

La realización de esta unidad didáctica sobre danzas se debe al hecho de querer hacer algo novedoso con los alumnos, ya que en el colegio no han tenido apenas experiencias relacionadas con la Expresión Corporal.

La danza puede ser uno de los medios para lograr ciertos objetivos en la educación de los chicos y chicas. Además de disfrutar moviéndose, disfrutarán con los otros y se conocerán a sí mismos, sus posibilidades y limitaciones. Por otra parte, aprenderán también a relacionarse con los demás, creando un clima de unión y de respeto.

No sólo se va a hacer hincapié en las danzas, sino que también se va a hacer una pequeña iniciación al aeróbic, actividad muy de moda actualmente, y que creo que motivará especialmente a los chavales.

Es importante que los chicos amplíen sus conocimientos a nuevos campos, trabajando la desinhibición, familiarizándose con la música, el ritmo, ajustando sus movimientos corporales a la música, etc.

Por otra parte, también se están trabajando contenidos que se pueden encontrar en otros aspectos de la Educación Física:

- espacio y tiempo
- expresión corporal
- conocimiento del cuerpo
- orientación en el espacio

Con esta unidad didáctica se pretende que a su vez adquieran beneficios en los tres ámbitos del ser humano, no solo a nivel psicomotor, sino también cognitivo y afectivo. Entre estos beneficios se pueden destacar:

Psicomotor

- Ajuste de movimientos al ritmo de la música
- Mejora de la calidad de movimientos
- Percepción de uno mismo

Cognitivo

- Conocimiento del cuerpo
- Concentración

Afectivo

- Cooperación
- Confianza en uno mismo
- Autoconocimiento
- Respeto a los compañeros

1.2 UBICACIÓN

Esta unidad didáctica va dirigida a alumnos/as de cuarto, sexto de Ed. Primaria y 1º de E.S.O. (4ºA, 6ºB, 1º ESO A y 1º ESO B) del Colegio Sagrada Familia de Zaragoza.

Se impartirá durante los meses de Abril y Mayo.

1.3 RELACIÓN CON TEMAS TRANSVERSALES

A la hora de poner en práctica la unidad didáctica se están trabajando a la vez diversos temas transversales:

- Igualdad de oportunidades para ambos sexos
- Educación para la paz
- Educación moral y cívica

- *Igualdad de oportunidades para ambos sexos* -- Los contenidos a tratar se van a trabajar individualmente y por parejas, dejando que, en algunos casos, éstas se formen libremente. Casi seguro que en la mayoría de las ocasiones se juntarán dos alumnos del mismo sexo. Sin embargo, dentro de las danzas se efectuarán cambios de pareja y esto llevará consigo que un alumno baile con compañeros de su mismo y de distinto sexo. Esto favorecerá que se dé un conocimiento mutuo entre los distintos sexos y además quiero que aprendan a tener una actitud de respeto hacia el otro, no mostrando ningún tipo de rechazo.

-*Educación para la paz* -- Se debe fomentar el respeto y el buen diálogo entre los alumnos. Para ello vuelvo a lo anterior, se efectuarán cambios de pareja en los cuales deberán mostrar el mismo respeto hacia todos y cada uno de los compañeros.

- *Educación moral y cívica* -- Dentro de las actividades a realizar siempre deben estar presentes las actitudes de autoestima y respeto, de aceptación de las diferencias y de cooperación. Los alumnos tienen que saber aceptarse a sí mismos y aprender a aceptar a los demás.

2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- 1- Superar las inhibiciones existentes entre los alumnos, favoreciendo así la desinhibición corporal.
- 2- Saber identificar nociones rítmicas como pulsación, frase y semifrase.
- 3- Tener un primer contacto con las danzas y con la práctica del aeróbic.
- 4- Conocer y realizar danzas y bailes populares sencillos.
- 5- Adaptar distintos movimientos corporales a diferentes estilos de músicas.
- 6- Fomentar la creatividad.
- 7- Aprender a trabajar conjuntamente en pequeño y en gran grupo.
- 8- Relacionarse y cooperar con el resto de los compañeros fomentando el sentimiento de respeto a los otros.
9. - Mostrar una actitud de respeto hacia las expresiones de los compañeros.

Estos objetivos se distribuyen por sesiones de la siguiente manera:

		S E S I O N E S								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
OBJETIVOS	C	2		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>					
		4		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				
	P	3		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
		4		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				
		5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		
		6	<input checked="" type="checkbox"/>						<input checked="" type="checkbox"/>	
		7	<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
	A	1	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
		8						<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9							<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

3. CONTENIDOS

CONCEPTUALES

- Ritmo y movimiento: adaptación del movimiento a estructuras rítmicas sencillas, así como a distintos estilos de música.
- Ritmo y expresión: iniciación a la danza.
- Ritmo y creatividad.

PROCEDIMENTALES

- Proposición de situaciones en las que el alumno se adapte a ritmos.
- Realización danzas populares con marchas, saltos y otros pasos sencillos.
- Creación de nuevas formas de movimiento asociadas a diferentes ritmos.
- Práctica de pasos sencillos de bailes individuales y por grupos.
- Realización de danzas con y sin cambios de parejas.
- Creación de secuencias de movimiento sobre frases rítmicas.

ACTITUDINALES

- Interés en el desarrollo de las actividades.
- Desarrollo de la capacidad de cooperar y trabajar en grupo.
- Relación con los otros de forma espontánea y desinhibida.
- Disfrute con la práctica de danzas y bailes.
- Predisposición positiva del alumno a la hora de trabajar con distintas músicas.
- Colaboración en la ejecución conjunta de las danzas y coreografías.
- Valoración del movimiento rítmico del resto de compañeros y grupos.
- Colaboración en la invención de nuevos pasos.

6. METODOLOGÍA

A lo largo de la unidad didáctica se ponen en práctica diversas actividades:

- práctica del aeróbic
- danzas
- juegos
- otras actividades con música consistentes en bailar espontáneamente adecuándose a los distintos estilos y ritmos.

La metodología a emplear en esta unidad didáctica va a ser combinada entre:

- mando directo, reproducción de modelos
- asignación de tareas
- descubrimiento guiado

Se aplicará uno u otro dependiendo del objetivo y contenido a trabajar en ese momento. Teniendo en cuenta que al principio de la unidad didáctica habrá un predominio del mando directo que irá evolucionando hacia un trabajo más autónomo así como a las experiencias de aprendizaje por descubrimiento.

La enseñanza del aeróbic en todos los cursos se realizará a través de mando directo. Es el profesor, situado delante de sus alumnos, quien va a realizar los distintos pasos que serán imitados por estos, es una reproducción de modelos.

Todo es previsto y controlado por el profesor, la definición de los pasos, el orden y ritmo de ejecución, la duración... Es una actividad cuyo ritmo de ejecución viene impuesto por la música.

Se enseñará mediante un análisis progresivo. El profesor enseñará uno a uno los distintos pasos que componen la coreografía. Seguirá un orden, enseñará el primero, después el segundo y lo unirá al primero, luego el tercero y lo unirá a los dos anteriores...

- Paso 1º
- Paso 2º ----- 1º + 2º

- Paso 3° ----- 1° + 2° + 3°
- Paso 4° ----- 1° + 2° + 3° + 4°
- Paso 5° ----- 1° + 2° + 3° + 4° + 5°

La metodología a emplear en las danzas va a variar en según que cursos y según que pasos a enseñar.

En 4° de Ed. Primaria será el profesor quien mediante mando directo, reproducción de modelos, les enseñe los distintos pasos a realizar.

En el resto de los cursos se empleará el mando directo y también el descubrimiento guiado.

Se dejará a los alumnos en algunos momentos que sean ellos solos quienes descubran los pasos, escuchando la música y practicando. Pasado un tiempo el profesor les irá encaminando hacia la consecución del paso correcto.

En otras ocasiones será el profesor quien explique los pasos a realizar Esta enseñanza se realizará también mediante un análisis progresivo. El profesor enseñará el primer paso de la danza, después enseñará el segundo y lo unirá al primero, hará lo mismo con el tercer paso... y así hasta enseñar la danza entera.

Con respecto a los juegos y a otras actividades con música, se harán mediante la asignación de tareas, es el profesor quien las explica en un primer momento para luego dejar a los alumnos que las ejecuten a su manera.

A la hora de bailar espontáneamente al ritmo de la música el profesor se limita a explicarles la actividad pero luego cada alumno o grupo de alumnos bailará según crean conveniente.

Como conclusión, decir que se voy a usar diversas metodologías para que los alumnos trabajen de forma más amena, teniendo en cuenta a la hora de ponerlas en práctica el nivel de los alumnos. Al principio no emplearé la enseñanza mediante la búsqueda porque al no haber trabajado nunca estos contenidos, considero que los alumnos se podrían encontrar perdidos.

	ALUMNOS														
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Capacidad para idear situaciones novedosas															
Capacidad de memorización de los movimientos															
Plasticidad gestual y motriz															
Nivel de desinhibición															
Nivel de ejecución de las danzas															

Para tomar los datos utilizaré tres letras, que indicarán el nivel alcanzado por los alumnos:

A: Alto

B: Medio

C: Bajo

UNIDAD DIDÁCTICA

SESION N°

1

FECHA

16/04/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassette y cinta de música con músicas muy variadas, de todos los estilos.

METODOLOGÍA :

- Asignación de tareas
- Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

Individual Masivo
Grupal Masivo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Favorecer la desinhibición corporal.
- Eliminar el miedo al contacto con el otro.
- Aconstumbrarse a realizar las actividades con música de fondo.
- Adaptarse a diferentes ritmos mediante movimientos espontáneos.
- Que el alumno disfrute con las actividades de expresión corporal.

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
15'	<p><u>CALENTAMIENTO:</u></p> <ul style="list-style-type: none">▪ Juego de la cadeneta: uno la paga, el cuál tendrá que ir cogiendo a las demás. Los que sean cogidos, deberán pagarla, cogerse de la mano y seguir pillando a los demás, hasta que sólo quede uno que será el vencedor.	Quando los pillados sean nº par, se separarán en parejas para que el juego sea más rápido.
Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones

<p>30'</p>	<p>▪Ejercicios: se harán ejercicios similares a los realizados otros días en el calentamiento, pero los adecuaremos a un ritmo. Los ejercicios propuestos se repetirán en 8 tiempos y se dará una palmada:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abrir y cerrar piernas y brazos - skipping - saltar juntando tobillos en el aire. <p><u>PARTE PRINCIPAL</u></p> <p>▪ Pondremos música variada y los alumnos se desplazarán libremente por el espacio cambiando su forma de bailar según les sugiera la melodía.</p> <p>▪ Estatuas: Bailar al ritmo de la música y cuando se corte quedarnos como estatuas atendiendo a la consigna que se dé cada vez: pensar en una estatua de un deporte, oficio, comida, vocal, ...</p> <p>▪ Paquetes: Bailar al ritmo de la música y cuando se corte, agruparse en paquetes del nº de gente que indique el profesor.</p> <ul style="list-style-type: none"> · Introduciremos variantes añadiendo al nº otro tipo de consignas, por ejemplo: grupos de tres en los que haya una chica, grupos de 7 en los que haya 2 chicos y una chica. · Se bailara en los grupos que se formen hasta que se dé la siguiente consigna. 	<p>Serán músicas de todo tipo: lenta, rápida, salsa, rock, máquina, clásica...</p> <p>Con este tipo de consignas se pretende que se mezclen los dos sexos.</p>
<p>5'</p>	<p><u>VUELTA A LA CALMA</u></p> <p>▪ Transporte de muebles: Se dividirá al grupo de alumnos en dos equipos. Uno de los equipos adopta forma rígida tumbados en el suelo (muebles). El otro equipo tiene que transportarlos de un lado a otro del campo en el menor tiempo posible.</p> <p>Después se produce un cambio de rol. Gana aquel equipo que tarde menos tiempo.</p>	<p>Con este juego se pretende que los alumnos pierdan ese temor al contacto con el otro.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA

SESION N°

2

FECHA

21/04/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassette y cinta de música

METODOLOGÍA :

- Asignación de tareas
- Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

- Individual masivo
- Grupal masivo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Trabajar la desinhibición corporal
- Diferenciar e identificar las nociones de pulsación, frase y semifrase
- Ajustar distintos movimientos corporales al ritmo de la música
- Conocer y utilizar el agarre de paseo.

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
10'	<p><u>CALENTAMIENTO:</u></p> <ul style="list-style-type: none">▪ Juego del gavilán: uno la paga, en el centro del campo. El resto tienen que ir pasando de un extremo al otro del campo, evitando que el que está en la zona central los coja. Los que sean cogidos, deberán pagarla, situándose también a lo largo de la línea central del campo, así hasta que quede uno, que será el vencedor	

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
15'	<p>· <u>PARTE PRINCIPAL</u></p> <p>▪ Ponemos la música del <i>Big John</i> y escuchamos. Les indico que cada golpe fuerte que oimos es una pulsación. Vuelvo conectar la música y les marcó, moviendo el dedo, cada pulsación. Seguidamente les invite a que por cada pulsación se golpeen una palma de la mano con dos dedos. Después que den sólo una palmada en las impares. Haremos lo mismo con la música de <i>Oh Regadiño!!</i></p>	<p>La música del Big John tiene muy bien marcadas las pulsaciones, frases, semifrses,</p>
25'	<p>▪ Si veo que van bien y tienen asumido lo que es una pulsación, les explico el concepto de frase y semifrase y lo que es el master de cada frase. Deben marcar las pulsaciones en la frase y marcar con una palmada, el comienzo de cada frase, la master. Posteriormente pondremos la música y con los ojos cerrados sólo marcarán la pulsación master de cada frase.</p> <p>▪ Se desplazarán con los ojos cerrados hacia delante y cuando crean que comienza otra frase cambiarán su desplazamiento hacia atrás.</p>	
	<p>▪ <u>BIG JOHN:</u></p> <p>Frases:</p> <p>1- Salticado (1ª semi, todos adelante, 2ª, todos atrás)</p> <p>2, 3, 4- Salticado</p> <p>5- Pivote pareja SAR</p> <p>6- Pivote pareja SIAR</p> <p>7, 8- Paseo SIAR</p>	<p>Se les indicará que en el círculo inicial se coloquen chico- chica alternativamente, de forma que cuando la danza desemboque en pareja evitaremos que se produzcan los posibles rechazos que hubieran podido aparecer si al principio les hubieramos dicho "Poneros por parejs"</p>

UNIDAD DIDÁCTICA

BAILO Y MUEVO MI CUERPO

SESION N°

3

FECHA

28/04/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassete. Cinta de música con la danza ¡Oh! regadiño

METODOLOGÍA :

Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

Individual Masivo
Grupal masivo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Trabajar la desinhibición corporal
- Utilizar el paso picado de jota
- Automatizar y memorizar los diferentes pasos
- Diferenciar e identificar las nociones de pulsación, frase y semifrase
- Ajustar distintos movimientos corporales al ritmo de la música

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
5'	<p>▪ <u>AMBIENTACIÓN:</u></p> <p>Esta danza tiene su origen en Portugal. Era bailada por los campesinos en tiempo de fiesta, en la recogida de los frutos o después de la siega. Celebrada sobre todo por la gente joven.</p> <p>Muy similar a los bailes y danzas de España y sobre todo de zonas campesinas de Aragón.</p>	

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
40'	<p>▪ <u>OH! REGANDINHO:</u></p> <p>Frases:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Paseo en SIAR 2 Paseo en SAR 3 paseo en SIAR 4 paseo en SAR 5 pamplonica frente a la pareja 6 “ “ a la “ 7 giro SAR enlazado con la pareja 8 giro SIAR enlazado con la pareja <p>En el paso de la frase 8 a la 9, el miembro interior de la pareja avanza un puesto y baila con el de la prej siguiente, cambiando de pareja, y repitiendo de la frase 9 a la 16 lo mismo que de la frase 1 a la 8.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Al existir en est danza un mayor contacto personal dejaremos que las parejas se formen libremente evitando así un posible rechazo, Que puede aparecer en el cambio de pareja. · El poco tiempo que se está con la pareja disminuye el estado de angustia que puedan padecer. · Es ercomendable marcarles los ajustes y los cambios, sobre todo al pricipio, y dependiendo cómo veamos que evolucionan.
5'	<p>▪ <u>VUELTA A LA CALMA:</u></p> <p>Estableceremos un diálogo con ellos comentando las posibles dificultades que hayan podido encontrar</p>	

UNIDAD DIDÁCTICA **BAILO Y MUEVO MI CUERPO**

SESION N°

4

FECHA

30/04/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassete, 12 papeles de 2 colores (6y6) y cinta de música: *Troika*

METODOLOGÍA :

- Asignación de tareas
- Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

- Grupal masivo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Trabajar la desinhibición corporal
- Memorizar y automatizar los diferentes pasos
- Diferenciar e identificar las nociones de pulsación y frase
- Ajustar distintos movimientos corporales al ritmo de la música
- Adecuarse al ritmo de la música tanto en grupo como individual

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
15'	<ul style="list-style-type: none">▪ <u>CALENTAMIENTO:</u> <p>Juego de Robar Piedras: Dividimos a la clase en dos equipos, cada uno de los cuales se dispone en una mitad del campo. Cada equipo tiene que intentar coger las piedras (papeles de un color) que se encuentran al fondo del campo del otro equipo. Gana el equipo que antes coja todas</p>	

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
35'	<p>las piedras.</p> <p>▪ <u>PARTE PRINCIPAL:</u></p> <p><u>TROIKA:</u> primero enseñaré los diferentes pasos específicos y luego los desarrollaremos en el conjunto de la danza.</p> <p>Frases:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 paso específico (piernas estiradas) 2 “ “ “ “ 3 Cruce por debajo del de fuera 4 Cruce por debajo del de dentro 5 y 6 Giro en SIAR del trio agarrados en círculo por los hombros 7 y 8 Giro en SAR 	<p>Es una anza muy motivante para los alumnos.</p> <p>Hay que ser consciente de la carga física que supone.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA

BAILO Y MUEVO MI CUERPO

SESION N°

5

FECHA

5/05/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassette, cinta de música disco, cinta de aerobic

METODOLOGÍA :

Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

Individual masivo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Trabajar la desinhibición corporal
- Memorizar y automatizar los diferentes pasos
- Desarrollar la capacidad de imitación de los movimientos hechos por un persona.
- Adecuarse al ritmo de la música, conjugando las propias acciones con las de los compañeros

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
20'	<p>▪ <u>CALENTAMIENTO:</u></p> <p>Los alumnos se encontrarán en círculo, donde relizarán una serie de movimientos:</p> <ul style="list-style-type: none">4 pasos en el sitio4 pasos sacando la pierna4 pasos hacia delante	<p>El calentamiento se realizará con música muy motivante para los alumnos: baby girl, aqua, ...</p>

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
30'	<p>pasos hacia atrás 2 saltos hacia delante 2 “ “ atrás</p> <p>Estos movimientos se irán enseñando y enlazando progresivamente, así como se relizarán con distintos agarres: sueltos, de la mano agarrados por los hombros, ...</p> <p><u>PARTE PRINCIPAL:</u></p> <p>Los alumnos se colocarán en filas, en disposición de aerobic. Se les explicará el concepto de que yo soy un espejo a la hora de realizar ellos los movimientos.</p> <p>Coreografía:</p> <p>4 pasos hacia delante 2 jumping 2 jumping 4 pasos hacia atrás</p> <p>1 viña 1 V 1 viña 1 V</p> <p>Para enseñar los pasos específicos de aerobic lo haremos de manera progresiva, así para enseñar la viña, por ejemplo, lo haremos de la siguiente forma:</p> <p>1º) Step 2º) Doble step 3º) “ “ cruzando pierna por detrás 4º) Viña</p>	<p>Dependiendo cómo se adapten los alumnos, avanzaremos más o menos rápido en la coreografía.</p> <p>Ver en metodología cómo se realiza la enseñanza del aerobic.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA

BAILO Y MUEVO MI CUERPO

SESION N°

6

FECHA

6/05/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassete, cinta de música de aerobio y cinta de música con Baby Girl

METODOLOGÍA :

Asignación de tareas
Mando directo

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

- Grupal masivo
- Individual masivo
- Grupal alternativo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Memorizar y automatizar los diferentes pasos
- Desarrollar la capacidad de imitación de los movimientos hechos por un persona.
- Adecuarse al ritmo de la música, conjugando las propias acciones con las de los compañeros
- Respetar la forma de bailar propia y ajena

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
10'	<p><u>CALENTAMIENTO:</u></p> <p>Juego: se pondrán la canción de <i>Baby girl</i> del grupo Aqua. La clase está dividida en dos equipos: blancos y amarillos, cuando suene la voz femenina persiguen los blancos, cuando suene la masculina, los amarillos. Cada jugador llevará dos papeles de su color y cuando sea cogido le dará un papel a quien le haya cogido. Al final de la canción hay un cambio de roles y gana aquel equipo que</p>	En dicha canción hay dos voces, una femenina y una masculina

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
	<p>haya conseguido más papeles persiguiendo cuando sonaba la voz femenina.</p> <p><u>PARTE PRINCIPAL:</u></p> <p>Coreografía de aerobic:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Step - Marcha + 2 hops - Step - Marcha + 2 hops - Viña + 2 jumping - Rodillas - Viña + 2 jumping - Patada - Jogging + toco - Twist - Jogging + toco - Plie <p><u>PARTE FINAL:</u></p> <p>Cada fila elegirá una parte de la coreografía y la mostrará al resto de sus compañeros.</p>	<p>A lo largo de la coreografía la primera fila pasará al final cuando yo lo indique, con la intención de que todos los alumnos pasen por delante, lugar desde donde se ve mejor.</p>

UNIDAD DIDÁCTICA

BAILO Y MUEVO MI CUERPO

SESION N°

7

FECHA

12/05/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassete, música para aerobic, cámara de vídeo

METODOLOGÍA :

- Asignación de tareas

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

- Grupal masivo
- Grupal alternativo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Memorizar y automatizar los diferentes pasos
- Adecuarse al ritmo de la música, conjugando las propias acciones con las de los compañeros
- Respetar la forma de bailar propia y ajena
- Crear una coreografía mostrando un actitud de respeto y colaboración en el grupo

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
8'	<p><u>AMBIENTACIÓN:</u></p> <p>Se les explicará a los alumnos el trabajo a realizar posteriormente. Explicándoles los criterios que se van a valorar, así como atendiendo a sus preguntas</p> <p>Se formarán los grupos.</p>	

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
35'	<p><u>PARTE PRINCIPAL:</u></p> <p>Los alumnos distribuidos en los grupos formados por el profesor, trabajarán libremente en la elaboración de una coreografía de aerobio que, posteriormente deberán mostrar al resto de sus compañeros y al profesor.</p> <p>Mientras tanto el profesor observará cómo trabajan los alumnos, tanto a nivel grupal como individual: grado de creatividad, capacidad de trabajo en grupo, diálogo,...</p>	
7'	<p><u>PARTE FINAL:</u></p> <p>Los alumnos realizarán la exhibición de su coreografía, que será tomada en video por el profesor para así poder realizar de mejor manera su posterior valoración</p>	

UNIDAD DIDÁCTICA

BAILO Y MUEVO MI CUERPO

SESION N°

8

FECHA

14/05/99

ALUMNOS:

Curso:

6° B

Número:

36

INSTALACIÓN:

Pabellón

MATERIAL:

Cassette, musica de Grand Square, plantilla de la danza

METODOLOGÍA :

Aprendizaje por descubrimiento

ORGANIZACIÓN y DESARROLLO de la clase:

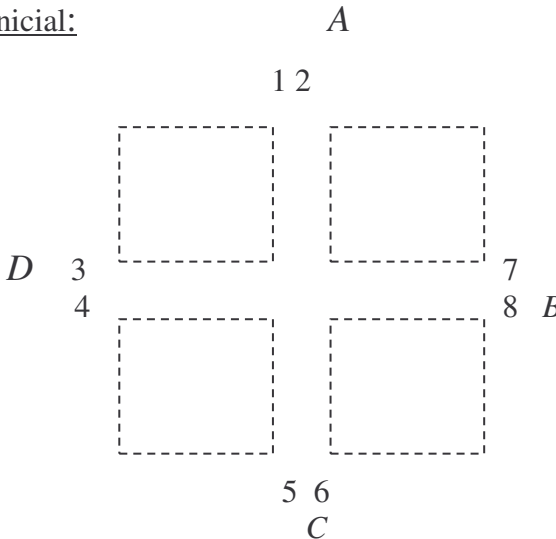
- Grupal masivo
- Grupal alternativo

OBJETIVOS de la SESIÓN:

- Adecuarse al ritmo de la música, conjugando las propias acciones con las de los compañeros
- Deducir un danza mostrando un actitud de respeto y colaboración en el grupo.
- - Ajustar distintos movimientos corporales al ritmo de la música

ACTIVIDADES

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
5'	<u>AMBIENTACIÓN:</u> Se les informa los alumnos de cual es la tarea que deben realizar, se les distribuye en grupos y se les da la plantilla de la danza.	

Tiempo	Descripción y organización de las actividades	Observaciones
35'	<p><u>PARTE PRINCIPAL:</u></p> <p><i>GRAND SQUARE</i></p> <p><u>Situación inicial:</u></p> <div style="text-align: center;">  </div> <p><u>Evolución :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - cada participante tiene que realizar un cuadrado de 4 pasos de lado - se marcha de forma que siempre se esté dando frente a quien comparte la recta - los dos componentes de una misma pareja deben efectuar dos cuadrados perfectamente simétricos - cada cuadrado es “compartido” por dos personas de diferente pareja, de forma que siempre se encuentren en vértices opuestos. - Se realiza el cuadrado dos veces - Cada cuadrado se realiza en 16 t. <p>Al final, cada grupo muestra al resto lo que ha hecho</p>	<p>Posiblemente los alumnos al principio se mostrarán desorientados, debemos dejar que poco a poco ellos mismos vayan encontrando las soluciones.</p> <p>Si vieramos que están muy bloqueados, les daremos alguna pista.</p> <p>Si algún grupo fuera muy adelantdo, le daríamos la segunda parte de la danza:</p> <p>1 y 6 se cruzan (2 veces) 4 y 7 se cruzan (2 veces) 8- 2 y 5 - 3 (2 veces) 7 - 6 y 1 - 4 (2 veces)</p>
10'	<p><u>VUELTA A LA CALMA:</u></p> <p>Se establecerá un diálogo con los alumnos sobre qué les ha parecido la presente U..D.</p>	