



EDUCACIÓN ARTÍSTICA

3er Grado

# DANZA 3

## Apuntes



TELEsecundaria







EDUCACIÓN ARTÍSTICA

3er Grado

# DANZA 3

SEP



TELEsecundaria

La elaboración de *Danza 3. Apuntes*, estuvo a cargo de la Dirección General de Materiales Educativos de la Subsecretaría de Educación Básica, con la colaboración de la Universidad Pedagógica Nacional.

**Secretaría de Educación Pública**

*Josefina Vázquez Mota*

**Subsecretaría de Educación Básica**

*José Fernando González Sánchez*

**Dirección General de Materiales Educativos**

*María Edith Bernáldez Reyes*

**Coordinación**

María Cristina Martínez Mercado

**Revisión**

Rosa María Núñez Hernández

Claudia Elín Garduño Néstor

**Ilustración de portada**

Marco Tulio Ángel Zárate

**Formación y corrección**

Dirección Editorial DGME

**Universidad Pedagógica Nacional**

**Rectoría**

*Sylvia Ortega Salazar*

**Secretaría Académica**

*Aurora Elizondo Huerta*

**Coordinación general**

Rosa María Torres Hernández

**Coordinación pedagógica**

Alma Dea Cerdá Michel

**Elaboración de textos**

Karen Dubovoy

**Ilustraciones**

Jessica Gabriela Coronado Zarco

**Revisión**

María Yolanda Quiroz Arce

Agradecemos el apoyo iconográfico de las siguientes instituciones:

Consejo Nacional para la Cultura y las Artes

Instituto Nacional de Bellas Artes

Centro Nacional de las Artes

Centro Nacional de Investigación, Documentación, Información  
y Difusión de la Danza "José Limón"

Primera edición, 2008 (ciclo escolar 2008-2009)

D.R. © Secretaría de Educación Pública, 2008

Argentina 28, Centro,

06020, México, D.F.

ISBN: 978-968-01-1742-0

Impreso en México

DISTRIBUCIÓN GRATUITA-PROHIBIDA SU VENTA

# Índice

## 7 Presentación

### 9 Bloque 1. Diálogos del cuerpo

- 48 Secuencia 1. Diálogos del cuerpo
- 30 Secuencia 2. Juicios críticos sobre la participación en trabajos creativos colectivos y usos del cuerpo en personas de distintas generaciones

### 61 Bloque 2. Preparación corporal y estructuración de secuencias movimientos expresivos en el espacio parcial y total

- 63 Secuencia 1. Preparación corporal y estructuración de secuencias de movimientos expresivos en el espacio parcial y total
- 113 Secuencia 2. Relación de la danza con otros lenguajes artísticos, con los ideales de belleza y con la promoción de la identidad cultural.

### 131 Bloque 3. Elaboración de danzas creativas, incorporación de otros lenguajes a la creación y reflexión en torno a la experiencia en grupo

- 133 Secuencia 1. Elaboración de danzas creativas, incorporación de otros lenguajes a la creación y reflexión en torno a la experiencia en grupo
- 153 Secuencia 2. Juicios críticos acerca de las producciones elaboradas en clase e importancia de la danza como parte de la formación personal

### 171 Bloque 4. Preparación para el montaje dancístico de un baile popular actual

- 173 Secuencia 1. Preparación para el montaje dancístico de un baile popular actual (parte I)
- 188 Secuencia 2. Preparación para el montaje dancístico de un baile popular actual (parte II)

### 201 Bloque 5. Escenificación de un baile popular actual

- 203 Secuencia 1. Escenificación de un baile popular actual
- 221 Secuencia 2. Valoración estética y reflexión en torno al montaje dancístico realizado por el grupo y valoración del vínculo entre arte y tecnología



# Presentación

---

La Secretaría de Educación Pública, comprometida con la comunidad de telesecundaria —autoridades, docentes, alumnos, padres de familia—, se dio a la tarea de fortalecer el modelo de enseñanza-aprendizaje de esta modalidad educativa. Este modelo fortalecido ofrece materiales que apoyan de manera significativa la comprensión y dominio de los contenidos de los planes de estudio vigentes.

La serie de Apuntes Bimodales de Telesecundaria está desarrollada para que maestros y alumnos compartan un mismo material a partir del trabajo de proyectos, estudios de caso o resolución de situaciones problemáticas. Con este objetivo se han desarrollado secuencias de aprendizaje que despiertan el interés de los alumnos por la materia, promueven la interacción en el aula y propician la colaboración y la participación reflexiva, además de que emplean una evaluación que orienta las decisiones tanto del docente como del alumno y establecen estrategias claras de vinculación con la comunidad.

Estos materiales, que la SEP pone ahora en manos de alumnos y maestros, expone de manera objetiva los temas, conceptos, actitudes y procedimientos necesarios para un mayor y mejor entendimiento de cada una de las materias que comprende la serie.

El empleo de estos Apuntes Bimodales y las sugerencias que brinde la comunidad de telesecundaria darán la pauta para el enriquecimiento y mejora de cada una de las ediciones de esta obra que busca contribuir a una educación equitativa y de calidad en el país.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA





EDUCACIÓN ARTÍSTICA

# DANZA 3

## Bloque 1

Diálogos del cuerpo



# Secuencia de aprendizaje **1**

---

## Diálogos del cuerpo

### Propósito

---

Expresar e interpretar sentimientos y pensamientos colectivos en la realización de diseños en grupo de unidades y contornos espaciales.  
Elaborar de manera colectiva trabajos creativos.

### Temas

---

#### 1. Diálogos del cuerpo

1 Reconocimiento de la comunicación corporal en grupo, a partir de la observación de las figuras que se integran para expresar sentimientos y pensamientos colectivos en el entorno social y cultural inmediato.

1.2 Diseño grupal de unidades y contornos espaciales: filas (uno detrás de otro), hileras (hombro con hombro), diagonales, círculos, cuadrados.

1.3 Elaboración de movimientos a partir de líneas y contornos realizados.

1.4 Diseño de grupos compactos con movimiento.

1.5 Creación de formas e imágenes colectivas considerando: la proximidad de los cuerpos, utilización de música con diferentes pulsos, compases y ritmos, que evoque diferentes emociones, sentimientos y situaciones, uso de objetos, situaciones imaginarias propuestas por los alumnos.

### Contenido

---

A lo largo de los cursos de danza, has experimentado la fuerza de la acción grupal en que aflora la alegría del movimiento. En este bloque proponemos un conjunto de actividades que tienen el propósito de favorecer la creación colectiva y sentir el gozo que trae la participación en un proyecto grupal.

## 1.1 Reconocimiento de la comunicación corporal en grupo, a partir de la observación de las figuras que se integran para expresar sentimientos y pensamientos colectivos, en el entorno social y cultural inmediato

En diferentes momentos del curso de danza has puesto a prueba tu capacidad de observación. De manera que en este momento has desarrollado una importante habilidad para describir situaciones en movimiento. Pues ahora agudizarás aún más tu mirada, enfocándola en las figuras, formas y movimientos de los grupos.

Observemos algunas situaciones cotidianas. Descríbelas o dibújalas y luego reflexiona y escribe lo que piensas que expresan.

¿Te has fijado en las filas que se forman para subir a un camión, para comprar las tortillas, para entrar a un partido de futbol, o bien para pagar en los bancos? Elige alguna de estas situaciones o alguna otra en que los trazos que crean los grupos te parezcan interesantes; haz una sencilla práctica de observación. Presta atención a los trazos, formas y figuras que se crean. Dibújalos. Nota los movimientos que transformen el trazo, la forma o la figura, y descríbelos.

	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
--	---

¿Hay comunicación no verbal entre las personas? Miradas, gestos, señas, posiciones de alguna parte del cuerpo o en su totalidad que nos haga pensar en algún tipo de mensaje. ¿Este tipo de comunicación da algún tipo de expresión a la figura o forma? Escribe tus observaciones:

---

---

---

---

---

---

---

Reúnanse en dos grupos y realicen una breve representación de la situación elegida. Incluyan movimiento en los trazos o formas. Por ejemplo, al entrar a un partido de futbol, cuando la fila crece va tomando diferentes formas y cuando avanza tiene diferentes ritmos (en momentos avanza rápido, luego se detiene por unos momentos, luego avanza continua, pero lentamente), en ocasiones hay algún pleito con alguien que quiere meterse a la fila, se forman grupos que platican en pequeños círculos, etcétera.

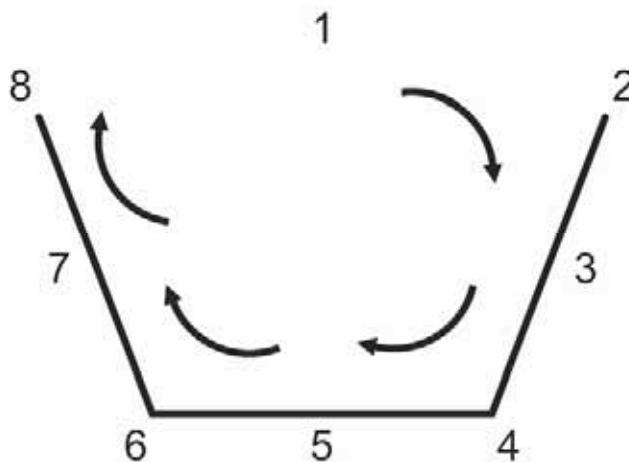
Presenten a la otra mitad del grupo su representación. El grupo que observa tome notas de lo que expresan las formas, y de los gestos y los movimientos que las acompañan. Luego de la participación de los dos grupos, comenten sus observaciones.

Formen un grupo de tres compañeros, busquen con sus amigos o familiares, con su maestro o en Internet alguna película de un mitin político, de un concierto de rock, de una ceremonia religiosa o de una procesión. Observen la secuencia de trazos, formas y figuras y tomen nota de ella o dibújenla. Discutan en el grupo si la colectividad reunida en el evento expresa en sus trazos, formas y figuras espaciales, o bien en los gestos, miradas y movimientos, los sentimientos y pensamientos que les provoca la experiencia grupal y el acontecimiento vivenciado. Escriban sus conclusiones.

Elaboren una breve representación de lo observado. Preséntenla ante sus compañeros y comenten con ellos sus reflexiones y conclusiones. Invítenlos a opinar tanto de lo representado como de sus reflexiones.

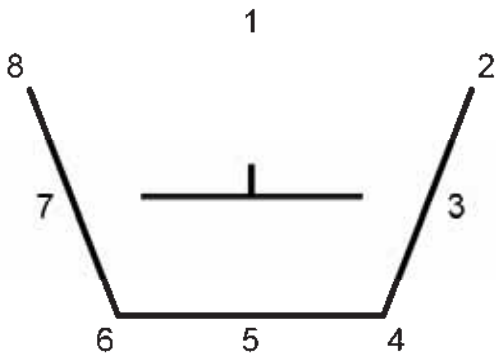
## 1.2 Diseño grupal de unidades y contornos espaciales: filas, hileras, diagonales, círculos, cuadrados

Reúnete con todo el grupo en un lugar amplio en el que puedan moverse con libertad. Delimiten el espacio a modo de escenario. Háganlo con sillas o bien tracen los límites en el piso (como si fuera una cancha). Designen un frente donde estará el público. Recuerden que el frente será el punto 1. Luego encuentren los siguientes 7 puntos del escenario, rotando octavos de giro a la derecha. Tal como se indica en el esquema de abajo.

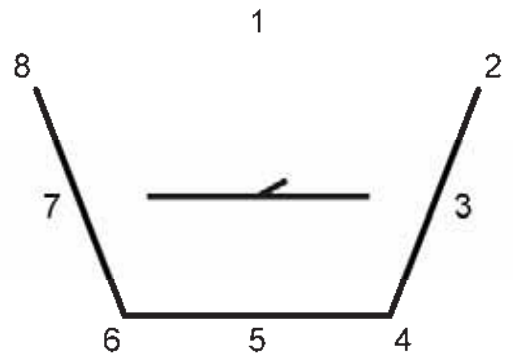


Experimenten con diferentes posibilidades de trazar líneas horizontales y verticales con las que formarán filas (uno detrás de otro) e hileras (hombro con hombro). Colóquense en una línea horizontal, en relación con el punto 1, uno al lado del otro. Las líneas no pueden tener más de 6 compañeros, por lo que formen el número de líneas necesarias. Realicen la siguiente secuencia de líneas, girando octavos de giro hacia la derecha para dirigirse a los diferentes puntos.

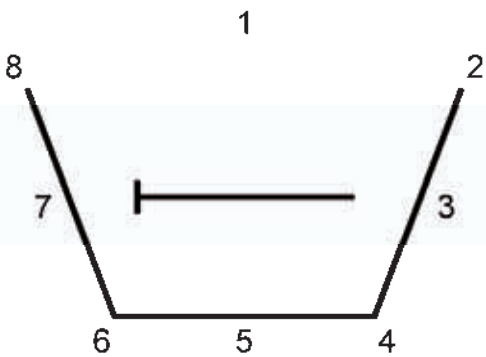
**Nota:** cuando la línea pequeña está colocada en medio, indica el frente; cuando se coloca en el extremo, corresponde con la espalda del último integrante.



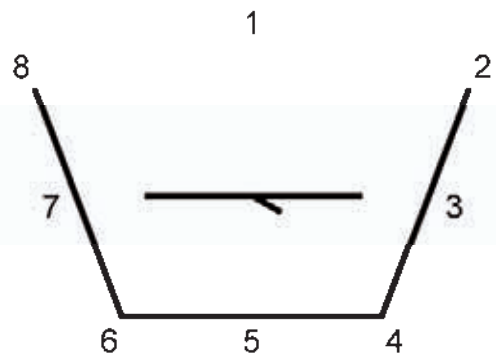
En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 1.



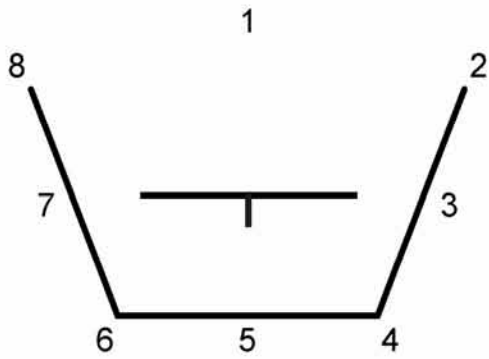
En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 2.



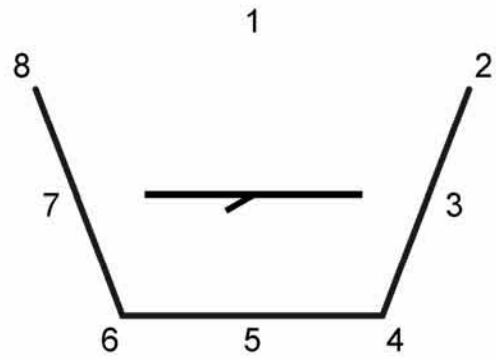
En línea horizontal, todos en fila se dirigen al punto 3.



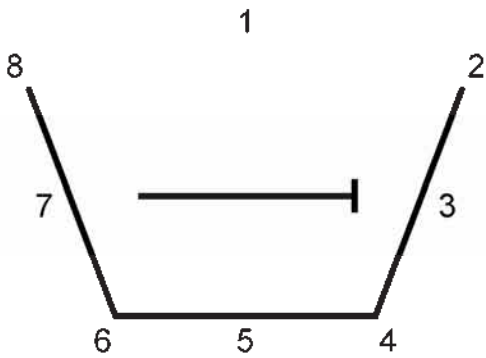
En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 4.



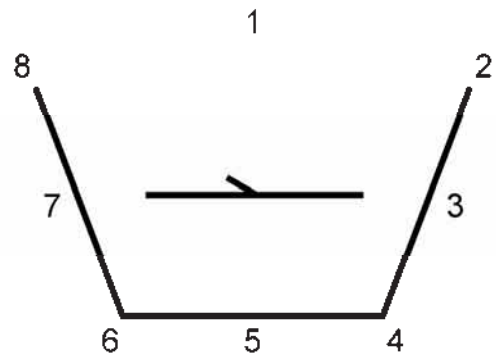
En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 5.



En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 6.



En línea horizontal, todos en fila se dirigen al punto 7.

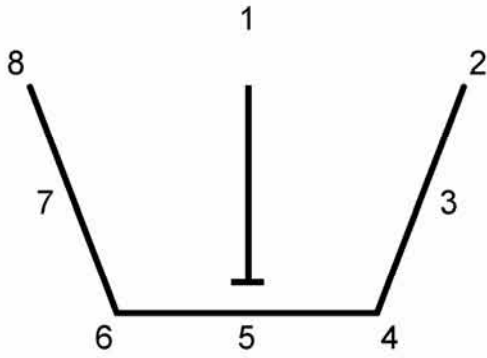


En línea horizontal, todos en hilera se dirigen al punto 8.

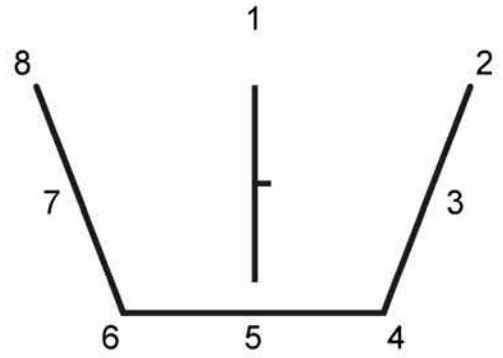
Observen cómo al girar para tomar la dirección del punto 3 y del punto 7 han formado una fila. Repitan la actividad, pero sin seguir la secuencia anterior; por ejemplo, del punto 1 cambien al punto 5, luego al 7, al 3, al 6 y al 1.

Continuemos la exploración trazando líneas verticales. Colóquense en filas en dirección al punto 1. Las filas no deben rebasar de 5 alumnos. Colóquense en tantas filas como sea necesario. En esta secuencia necesitan hacer cuartos de giro.

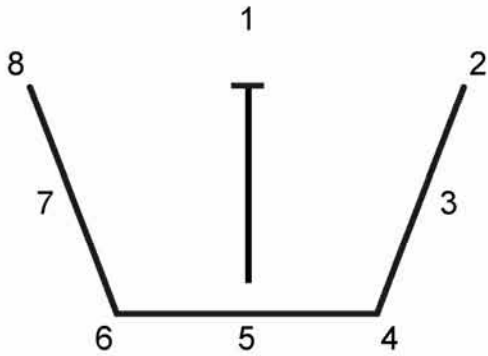




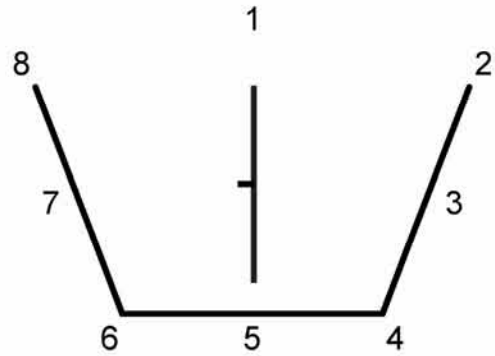
En línea vertical, todos en fila se dirigen al punto 1.



En línea vertical, todos en hilera se dirigen al punto 3.



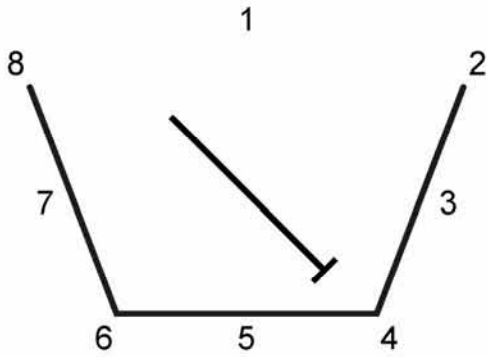
En línea vertical, todos en fila se dirigen al punto 5.



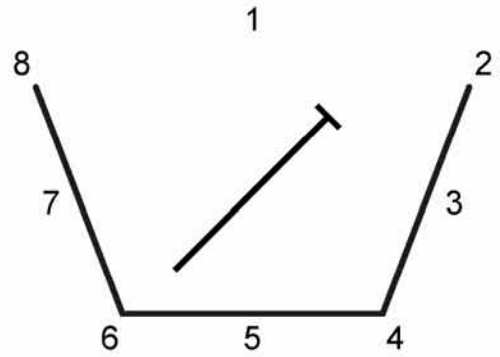
En línea vertical, todos en hilera se dirigen al punto 7.

Observen nuevamente que al dirigirse al punto 1 y 5 la formación es en filas y cuando se dirigen al punto 3 y 7 se forman hileras. Repitan la actividad pero cambien la secuencia de ejecución, pueden cambiar del punto 1 al 7, luego al 3 y al último al 5.

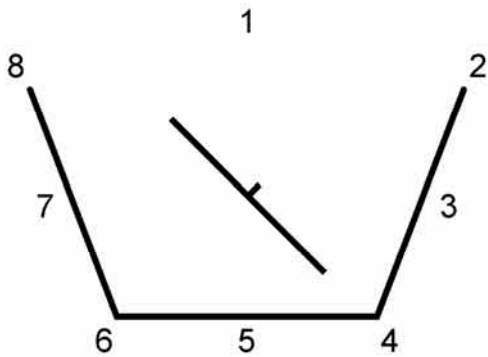
Experimentemos ahora con líneas diagonales. Sigán la secuencia de trazos propuesta.



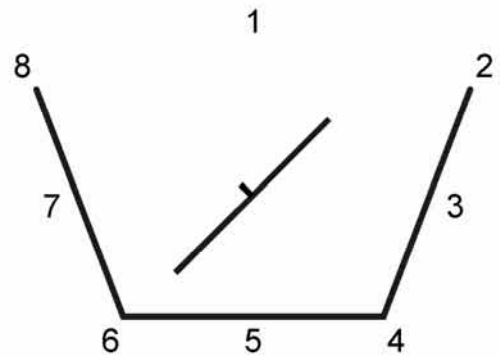
En línea diagonal, todos en fila se dirigen al punto 8.



En línea diagonal, todos en fila se dirigen al punto 6.



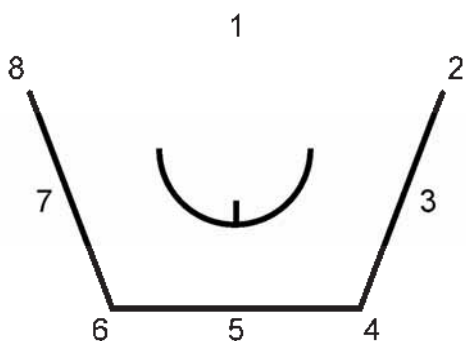
En línea diagonal, todos en hilera se dirigen al punto 2.



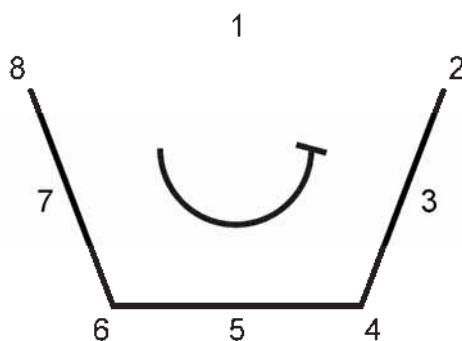
En línea diagonal, todos en hilera se dirigen al punto 8.

Explore las diagonales con otros frentes. Experimenten cambiando el frente y modificando su formación de filas a hileras o viceversa.

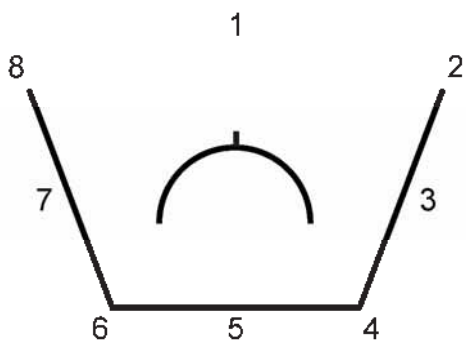
Sigamos ahora con trazos de medios círculos y círculos en los que utilicen diferentes frentes. Colóquense en medio círculo tal como se muestra en la primera figura. Aquí también, la línea pequeña que está en medio del círculo indica el frente de todos hacia algún punto específico, pero cuando la línea está en el extremo indica la espalda del último integrante del grupo, por lo que el frente corresponde con el sentido del círculo, ya sea a favor o en contra de las manecillas del reloj.



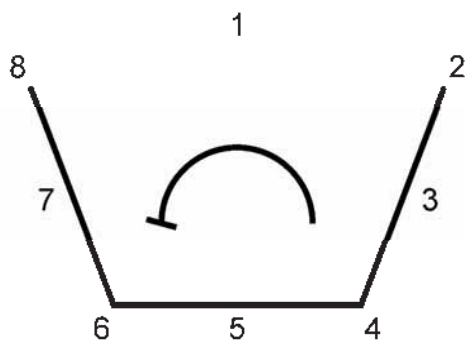
En medio círculo, uno al lado del otro, todos se dirigen al punto 1.



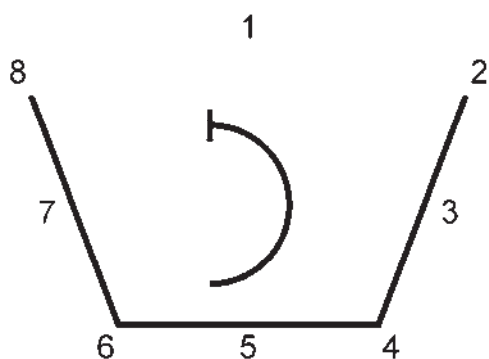
En medio círculo, uno detrás de otro, cada quien con el frente siguiendo el círculo hacia el puntero, que corresponde con el sentido de las manecillas del reloj.



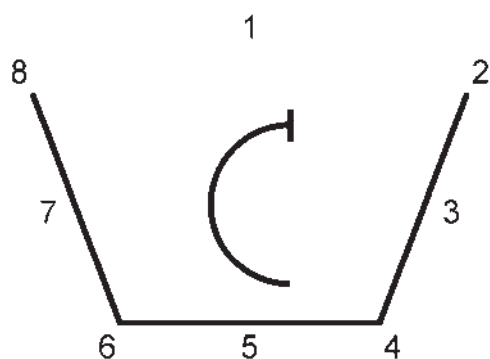
En medio círculo, uno al lado del otro, todos se dirigen al punto 1.



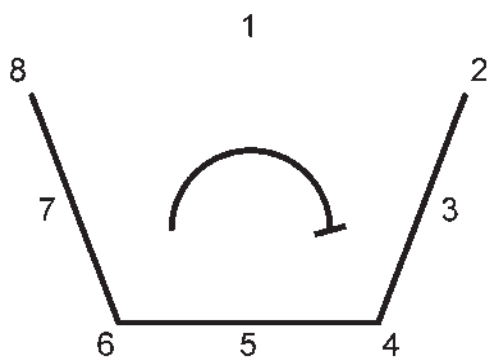
En medio círculo, uno detrás de otro, con el frente siguiendo el sentido de las manecillas del reloj.



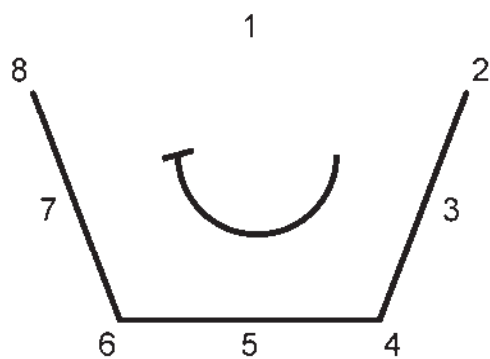
En círculo, la mitad se dirige con el frente hacia el punto 3 y la otra mitad hacia el punto 7.



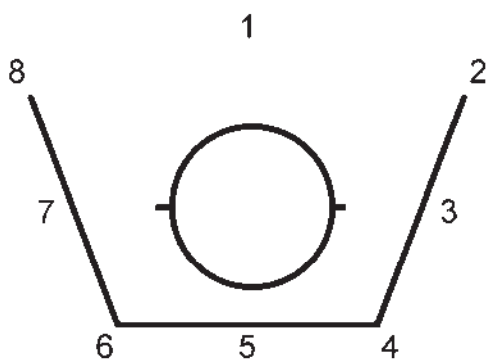
En círculo, la mitad se dirige con el frente hacia el punto 1 y la otra mitad hacia el punto 5.



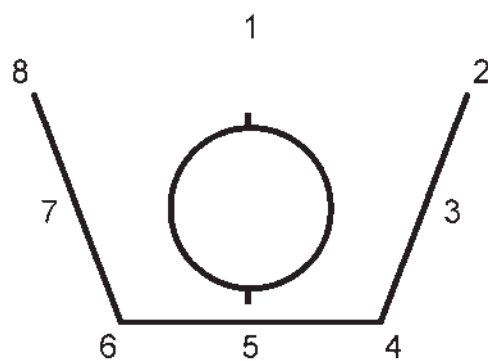
En medio círculo, uno detrás de otro, se dirigen con el frente siguiendo el sentido en contra de las manecillas del reloj.



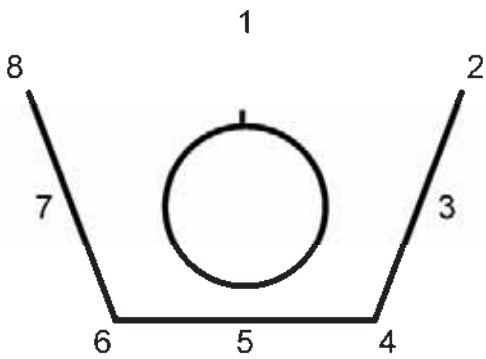
En medio círculo, uno detrás de otro, se dirigen con el frente siguiendo el sentido en contra de las manecillas del reloj.



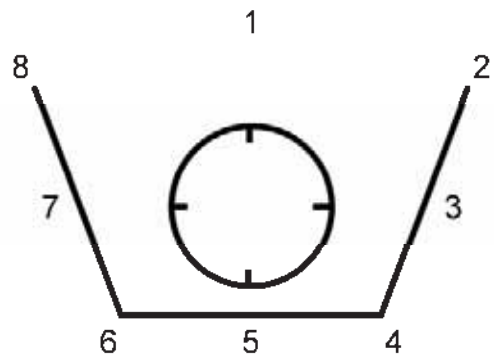
En medio círculo, uno detrás de otro, se dirigen con el frente siguiendo el sentido de las manecillas del reloj.



En medio círculo, uno detrás de otro, se dirigen con el frente siguiendo el sentido en contra de las manecillas del reloj.

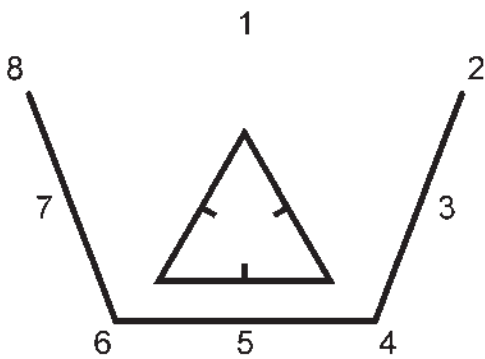


En círculo, todos con el frente se dirigen hacia el punto 1.

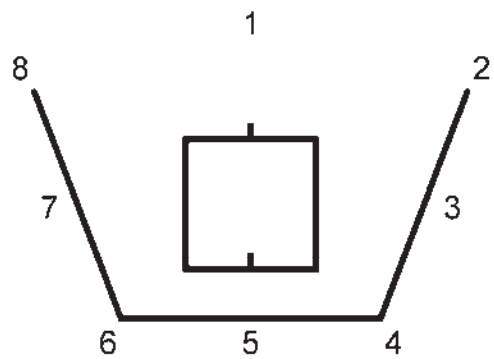


En círculo, todos con el frente se dirigen hacia el centro.

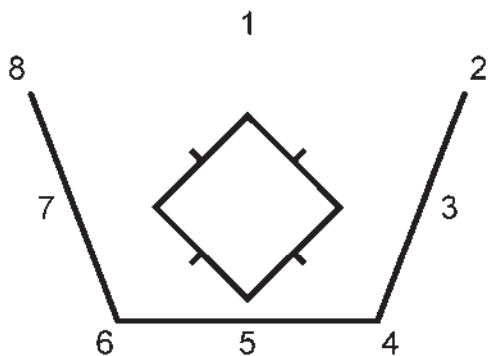
Ahora formen algunas figuras geométricas, combinando líneas. Exploren con cambios de frente. Sigán la secuencia que abajo proponemos y luego creen las suyas.



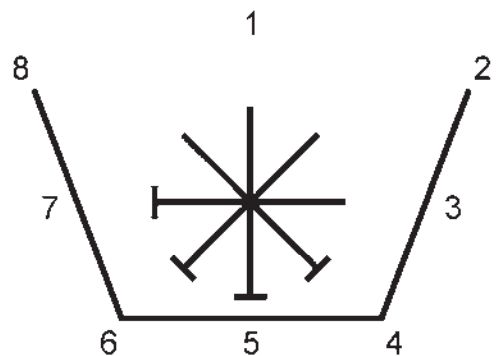
En líneas formando un triángulo, todos con el frente hacia el centro.



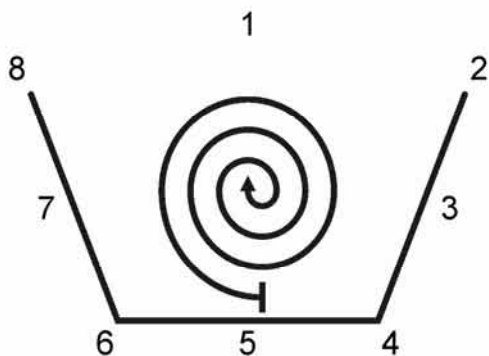
En líneas formando un cuadrado, todos con el frente hacia el punto 1.



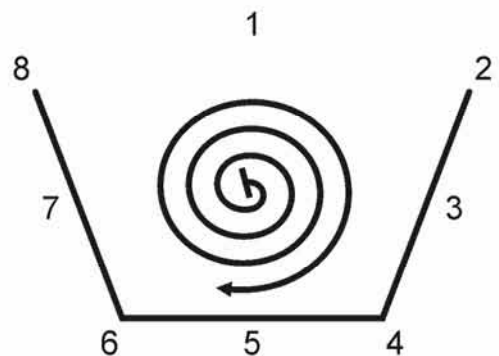
En líneas formando un rombo, todos se dirigen con el frente hacia afuera



En líneas rectas y diagonales con distintos frentes (puntos 1, 2, 3 y 8).



En espiral en el sentido de las manecillas del reloj, uno tras otro, siguiendo de frente hacia el centro o punto focal. En círculo, todos con él.



En espiral en contra de las manecillas del reloj, uno tras otro, siguiendo el frente lejos del punto focal.

Exploren el trazo de las figuras propuestas arriba con diferentes frentes. Modifiquen la secuencia: primero los espirales, luego el cuadrado y el triángulo y finalmente el rombo y la estrella.

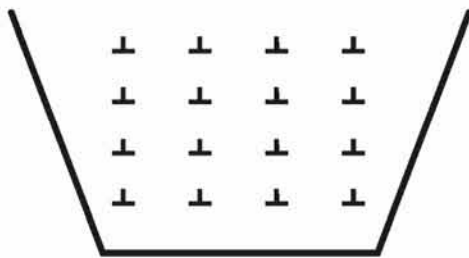
Ahora diseñen otras figuras geométricas o bien figuras imaginarias en que no haya relaciones simétricas. Piensen en alguna motivación para hacerlo.

### 1.3 Elaboración de movimientos a partir de líneas y contornos realizados

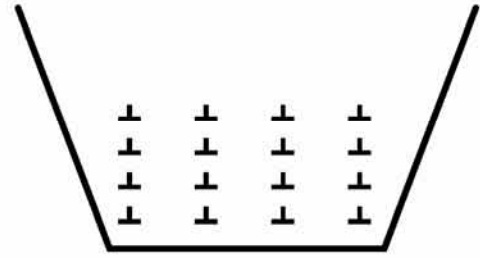
En el tema anterior vimos sólo el trazo de líneas, formas y figuras. Ahora se trata de que les demos movimiento, para lo cual conviene recordar que es posible desplazarse hacia un mismo frente definido exteriormente en el espacio escénico, pero modificando nuestro propio frente.

Por ejemplo podemos desplazarnos hacia el frente 1 y modificar nuestra dirección hacia delante, hacia atrás, hacia el lado, etcétera.

Formen 2 hileras de 4 estudiantes (colóquense hombro con hombro) con frente al punto 1 y atrás de cada uno de los que encabezan (puntero) la hilera; formen filas (colóquense detrás uno de otro) y tantas hileras como sea posible (escenario 1). Colóquense en el área de atrás para que puedan avanzar hacia delante (escenario 2). En el bloque cinco de *Apuntes. Danza 2* pueden revisar las áreas del escenario.



Escenario 1

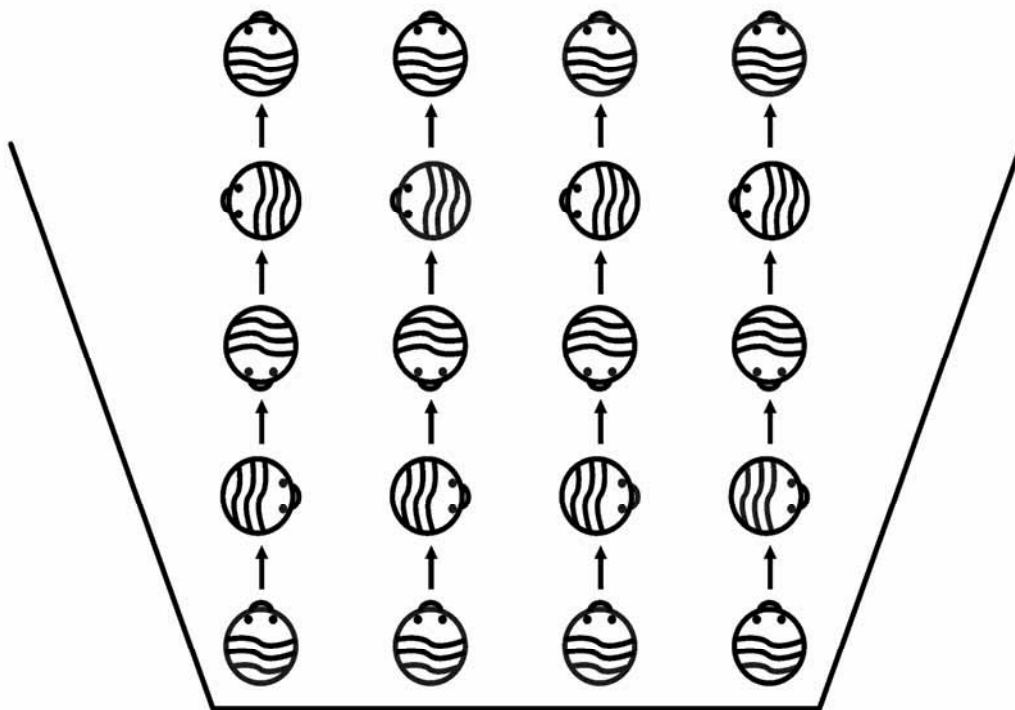


Escenario 2

Sólo caminando realicen desplazamientos al frente. Comience la hilera 1; después de cuatro tiempos avance la hilera 2 y así sucesivamente. Al llegar al área de enfrente, la mitad derecha de la hilera 1 ejecute un cuarto de giro hacia la derecha y la mitad izquierda un cuarto de giro a la izquierda, y avancen de frente para salir del espacio delimitado como espacio escénico.

Repitan la actividad avanzando hacia el punto 1, pero de espaldas (con su frente hacia el punto 5), luego de lado hacia la derecha (con su frente hacia el punto 7) y luego de lado hacia la izquierda (con su frente hacia el punto 3). Háganla desplazándose de diferente manera: corriendo, saltando, galopando, valsando, con paso cambiado.

Repitan la actividad desplazándose hacia el punto 1, pero cada dos tiempos den un cuarto de giro a la derecha, y continúen avanzando hacia el punto 1. Observen la figura de abajo y vean las variaciones del movimiento de cada hilera.

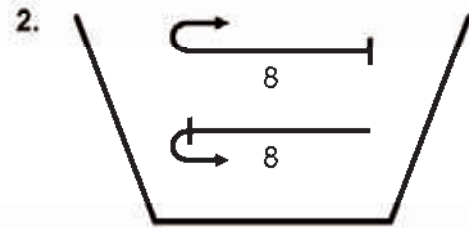
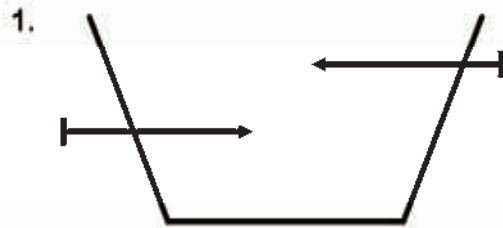


Repitan la actividad, pero variando el frente en que inician la actividad.

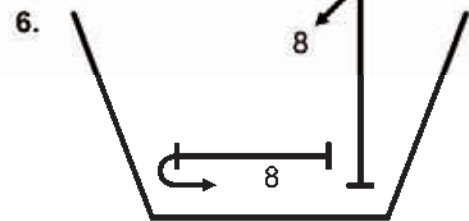
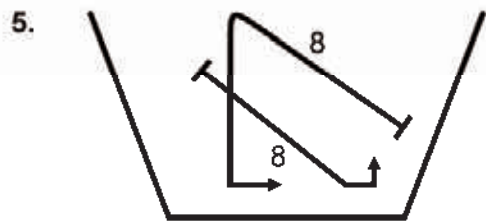
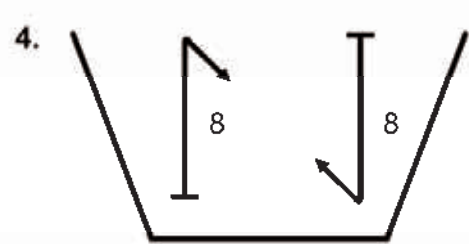
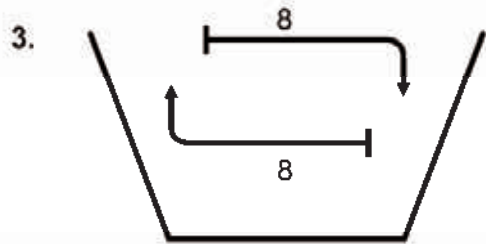
Formen 2 filas de 8 personas y colóquese una en el lado derecho y otra del lado izquierdo. Ambas fuera del escenario. Ejecuten los cambios que se señalan en los dibujos de abajo, contando 8 tiempos para formar cada figura. Sigán las flechas tal como se indica en cada dibujo. Los escenarios están numerados para que puedan seguir con facilidad la secuencia. Ejecútenlas primero caminando; luego pueden experimentar corriendo o saltando o bien con alguno de las pisadas básicas de la danza mexicana: valsado, paso cambiado, zapateado de tres, paso palomo, paso de polca, etc. Busquen alguna música para acompañar la secuencia. Experimenten la ejecución de la secuencia utilizando músicas con velocidad y textura distintas.



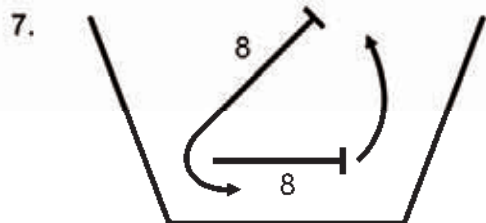
### Secuencia 1



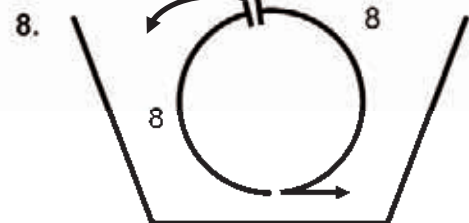
Observen que la línea que se encuentra al fondo del escenario avanza de espaldas.



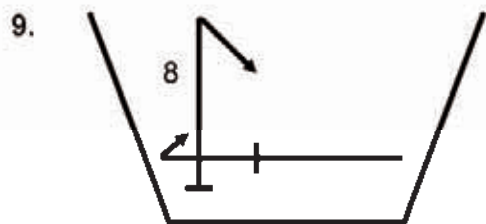
Observen que la línea horizontal avanza de espaldas.



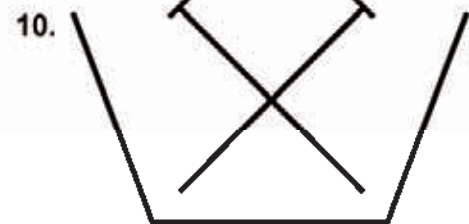
Observen que la línea horizontal avanza de espaldas.



Observen que el medio círculo del lado izquierdo del escenario avanza de espaldas

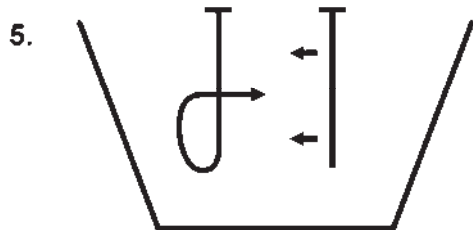
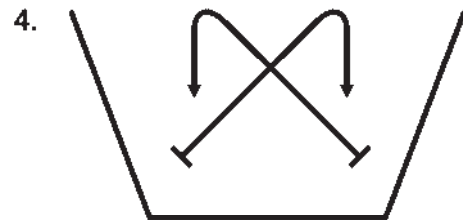
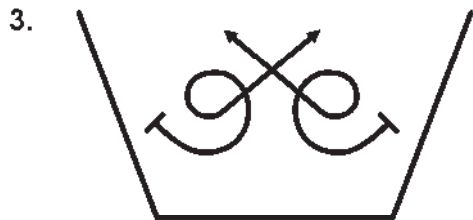
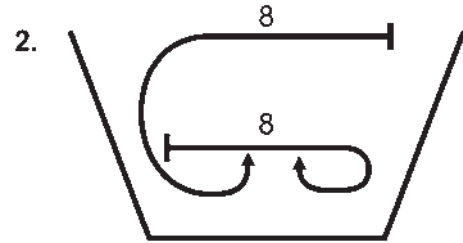
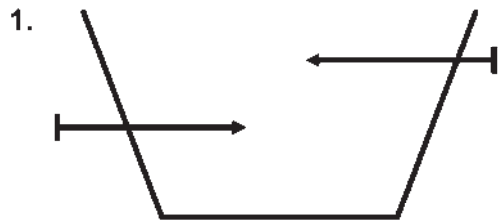


Observen que la línea horizontal avanza de espaldas.

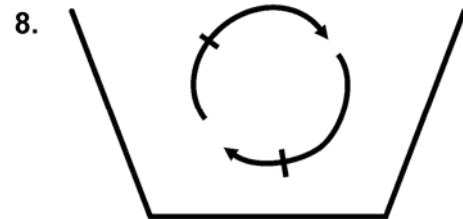
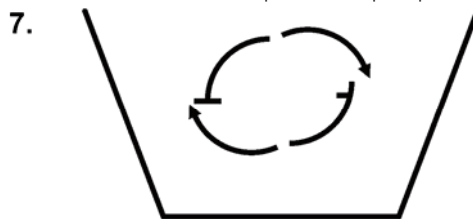


**Nota:** los números que se encuentran en las líneas indican el número de participantes de la línea.

**Secuencia 2**

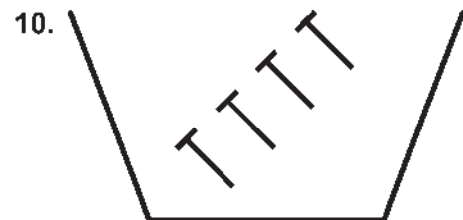


Observen que el medio círculo del lado derecho del escenario avanza de lado hacia la izquierda de los participantes.



Observen que la línea del lado derecho del escenario avanza de lado hacia la derecha de los participantes.

Observen que el medio círculo que se encuentra del lado derecho del escenario avanza de espaldas. .



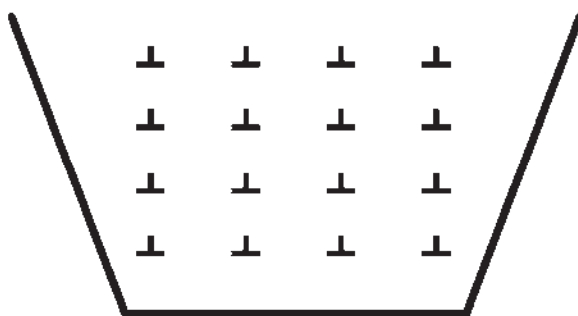
Creen su propia secuencia de movimiento. Piensen en alguna motivación para los desplazamientos: una aventura por el Amazonas o bien un recorrido por el bosque.

También pueden experimentar dirigiendo un grupo. Elijan a un miembro del grupo, quien realizará actividades de coreógrafo y director. Elabore una breve secuencia de movimientos grupales, combinando líneas rectas, diagonales, círculos y figuras. Luego diríjala con todo el grupo. Ceda el turno a otro compañero. Repitan hasta que participen todos. Recuerden utilizar diferentes maneras de desplazarse. Aprovechen para practicar las pisadas de danza mexicana aprendidas en el primero y segundo años.

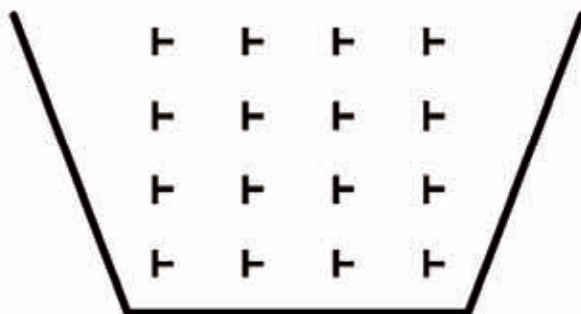
### 1.4 Diseño de grupos compactos con movimiento

¿Han visto los desfiles militares del 16 de septiembre? Recuerdan los movimientos de todo un grupo o batallón cuando cambia de frente para seguir por otro camino. Son muy parecidos a los movimientos de las escoltas escolares. A estos movimientos de cambio de frente se les denomina **conversión**.

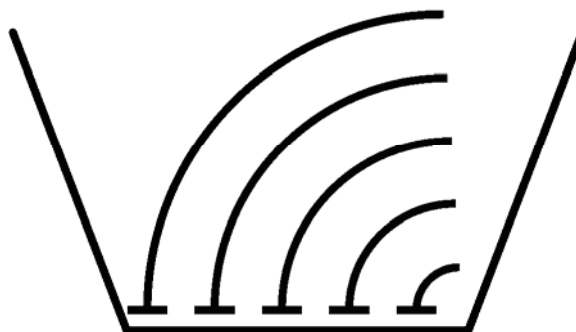
Experimentemos con las conversiones. Formen hileras de 4 estudiantes y detrás de cada uno de los que la encabezan formen filas. Llenen todo el espacio con las hileras y las filas, de acuerdo con la figura de abajo.



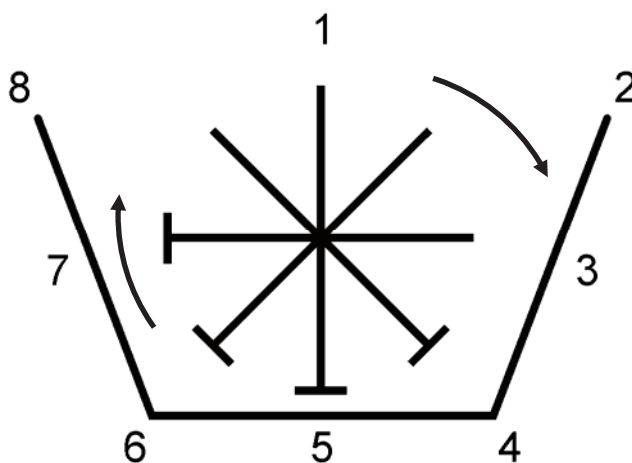
Todo el grupo avance hacia el punto 1 cuatro tiempos, hagan una conversión de un cuarto de giro hacia la derecha en cuatro tiempos y queden con el frente hacia el punto 3. Avancen hacia el punto 3 cuatro tiempos y hagan una conversión de un cuarto de giro hacia la derecha en cuatro tiempos y queden mirando al punto 5. Continúen de igual forma hacia los puntos 5 y 7. Ejecuten la secuencia primero caminando y luego valsando.



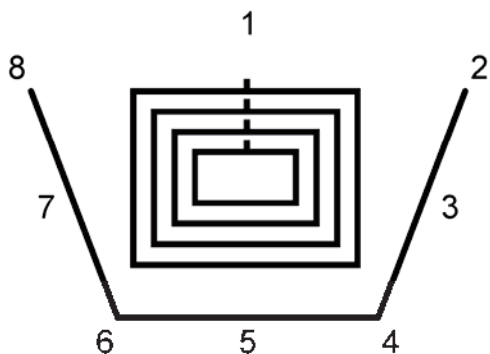
Para ejecutar las conversiones sin perder la forma del grupo, observen el dibujo de abajo y observen que quienes se encuentran en el extremo hacia donde se gira, prácticamente no se desplazan y realizan sólo un cuarto de rotación, en cambio los que se encuentran en el extremo opuesto tienen que desplazarse trazando un cuarto de círculo, más o menos amplio, dependiendo su posición en línea.



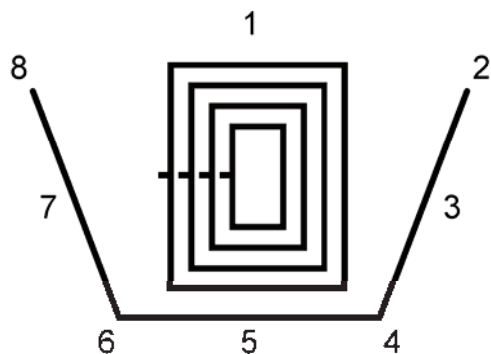
Ahora formen una estrella y muévase en el sentido de las manecillas del reloj. Al igual que en las conversiones los que están en el centro realizan rotaciones, en cambio los que están en los extremos de las líneas trazan círculos.



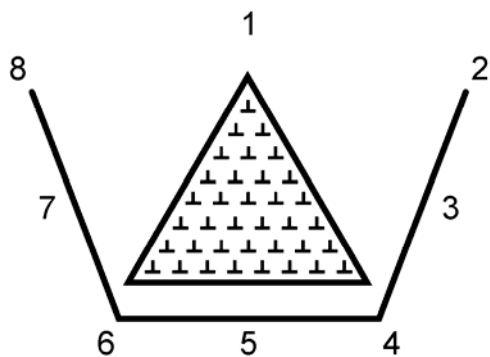
Exploreen moviéndose como grupo compacto, ejecutando conversiones y manteniendo la forma de alguna figura que formen, pero no sólo tracen los contornos con líneas o círculos, también llénelas con personas, tal como se muestra en los siguientes ejemplos.



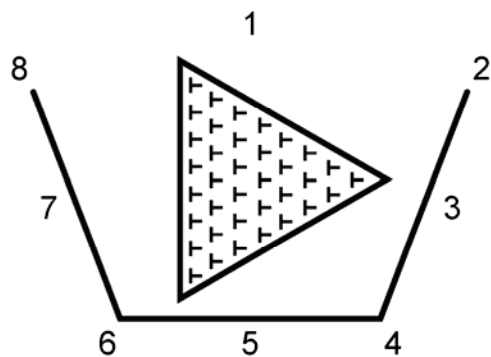
Formen un grupo compacto de rectángulos, todos con el frente hacia el punto 1. Realicen una conversión ejecutando cuartos de giro hacia la izquierda.



Resultado del primer cuarto de giro hacia la izquierda.



Todos formando un triángulo, con el frente hacia el punto 1, realicen una conversión.



Resultado de la primera conversión girando un cuarto hacia la derecha.

Nota: simbología:  $\perp$  persona

Pueden experimentar acortar la distancia entre los integrantes del grupo y avanzar hacia alguna dirección antes de hacer las conversiones, de manera que puedan explorar todo el espacio moviéndose en grupo, conservando la figura formada.

Exploren otras figuras y diseños. Piensen en alguna motivación; por ejemplo, imaginen una nave espacial o bien imaginen una pequeña historia y creen movimientos grupales para darle vida. Busquen una música con el tempo y la intensidad acordes con la temática. Dénle ritmo y organicidad a los movimientos. Repítanlos hasta que los ejecuten con fluidez. Preséntenla ante sus compañeros y escuchen sus comentarios para mejorar su interpretación.

### 1.5 Creación de formas e imágenes colectivas, considerando: la proximidad de los cuerpos, utilización de música con diferentes pulsos, compases y ritmos, que evoquen diferentes emociones, sentimientos y situaciones, uso de objetos, situaciones imaginarias propuestas por los alumnos

A lo largo de nuestros dos primeros cursos, hemos aprendido que el material básico que utiliza la danza para expresar pensamientos, emociones y sensaciones es el cuerpo, lo cual supone, como hemos venido experimentado, conocerlo, dominarlo, pero sobre todo habitarlo: descubrir sus potencialidades y considerarlo siempre un territorio por explorar. En los temas anteriores empezamos a descubrir la fuerza del grupo para la expresión de nuestras ideas; las formaciones grupales que has experimentado te han permitido descubrir la “alegría del movimiento”; sin embargo, todavía nos falta explorar con mayor detalle el potencial de los cuerpos para comunicar. Bailar supone dialogar con los cuerpos, primero con el propio y luego con los de los otros. Pero para establecer este diálogo es preciso desarrollar un cierto grado de confianza, pues permitiremos que otros cuerpos rebasen la distancia social y se mantengan a una distancia personal o tal vez íntima. De manera que haremos algunos ejercicios que permitan crear paulatinamente la confianza en los cuerpos de los compañeros.

Reúnanse en equipos de 5 o 6 compañeros. Formen un círculo. Un voluntario pase al centro. Tápenle los ojos con alguna mascada o paliacate. El voluntario, manteniendo todo el cuerpo en bloque, inclínese hacia alguna dirección y cuando sienta que pierde el equilibrio dé un paso al frente a manera de *tombé* (pequeña caída). Alguno de los compañeros ayúdelo a recuperar la posición erecta con un suave empujón. Repitan la actividad, pero el voluntario cada vez inclínese más arriesgando en la caída. También los otros miembros del grupo estén muy atentos a acercarse y cachar al compañero antes de que él se detenga. Sean muy cuidadosos y recuerden que el voluntario confía en la respuesta oportuna de sus compañeros. Tomen turnos y una vez que todos hayan experimentado el apoyo de sus compañeros, comenten la experiencia. Luego cada uno escriba sus reflexiones:



---

---

---

Nuevamente en el círculo con 5 o 6 compañeros. Uno de los integrantes del grupo, apoye el peso de su cuerpo en su compañero del lado derecho, relájese completamente y déjese guiar por él, quien lo ayudará a girar y avanzar lentamente hasta dejarlo con el siguiente compañero para continuar el recorrido. Tomen turnos para dejarse caer. Repitan la actividad una o dos veces, pero busquen un pulso y un ritmo para ejecutarla. Luego comenten en el grupo la experiencia y escriba cada quien sus conclusiones:

---

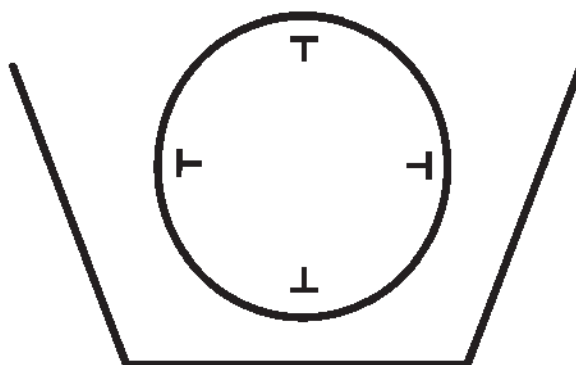
---

---

---

---

Reúnase todo el grupo y divídase en dos. Repitan la actividad anterior, pero comiencen simultáneamente en cuatro puntos del círculo, como se indica en la figura de abajo. Acompañen la actividad con una música lenta y solemne.



Luego ejecútenla en forma de canon: uno enseguida del otro hasta que los cuatro hayan llegado al lugar del compañero de al lado. Enseguida continúen los segundos y así sucesivamente hasta que concluya todo el grupo.

Al finalizar la actividad, comenten la diferencia que experimentaron durante esta actividad en un grupo pequeño y en un grupo más grande. También reflexionen sobre el cambio en la fuerza de la actividad al iniciar simultáneamente en cuatro puntos. Escriba cada uno sus reflexiones:

---

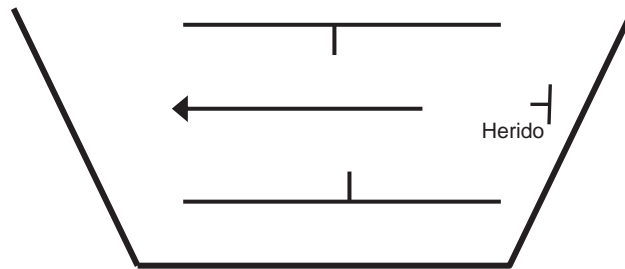
---

---

---

---

Reúnete con todo el grupo. Formen dos hileras y colóquense una frente a la otra. ¿Recuerdas cuando jugaste al “muerto”? Realicemos algunas variantes y pensemos en cargar heridos. Elijan a un voluntario que hará de “herido” y colóquenlo en la punta del lado derecho del escenario. Los dos compañeros que se encuentran en la punta de las hileras y cerca del herido, recójalo del suelo, cárguenlo sosteniéndolo de la espalda y las piernas, trasládenlo por en medio de las hileras y déjenlo en el otro extremo.



Tomen turnos para hacerla de “herido” y de “cargador”. Cuando el peso de alguno de los compañeros lo amerite, participen más de dos compañeros en el traslado. Recuerden que están trasladando a un herido, de manera que deben tener el cuidado necesario, tanto para levantarlo como para trasladarlo. Cuando todos hayan tomado el lugar de herido, comenten la experiencia y cada quien escriba sus reflexiones:

---



---



---



---



---

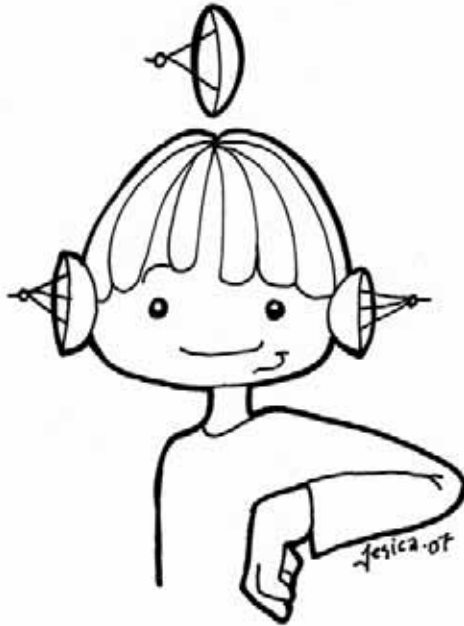
Experimentemos ahora diferentes posibilidades de relacionarnos o aproximarnos a una persona o un objeto. Ann Hutchinson propone 12 posibilidades de establecer relaciones. Observen en cada caso las diferentes sensaciones que produce los grados de proximidad entre los cuerpos.

**a) Conciencia, sensación de presencia**

La relación primera o más lejana entre dos personas o entre una persona y un objeto es el momento en que se tiene conciencia o se percibe la existencia del otro, cuyo resultado se advierte en una “atención” o percepción cargada de energía; una “tensión” que resulta de darse cuenta de que algo o alguien nos alerta con su presencia: “estar consciente de”.

En esta relación no importa tanto el movimiento, sino la conciencia o la percepción de lo otro, ya sea objeto o sujeto. Esta sensación de presencia es clara, si pensamos en el radar que percibe los objetos sin tocarlos; en nuestra vida diaria la sentimos cuando caminamos en la calle y percibimos la presencia de una persona que se acerca detrás de nosotros o cuando oímos un sonido que nos alerta de algún suceso (las sirenas de las ambulancias, los cohetes).





### b) Dirigirse a

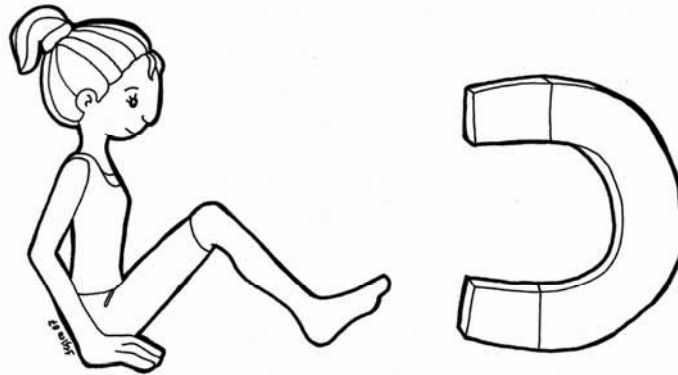
En general, cuando nos dirigimos a algo o alguien, reaccionamos con un movimiento de algún tipo que es visible para los demás. Saludamos con la cabeza, señalamos hacia un sitio, persona u objeto, o simplemente dirigimos la mirada a algo o a alguien, lo cual es suficiente para indicar esta relación activa de “dirigirse a”.

En la danza podemos encontrar otras formas de manifestar esta relación si de manera estilizada lo hacemos con otras partes del cuerpo y no necesariamente con los brazos o la cabeza; podremos encontrar muchas maneras de indicar la acción de “dirigirnos a” si buscamos un tipo de movimiento no convencional.



### c) Acercarse a...

Aproximarse a alguna persona u objeto o parte del salón de trabajo puede suceder por distintas razones. Puede consistir sólo en un gesto hacia algo o hacia alguien y estar acompañado por gestos de otras partes del cuerpo. Podemos aproximarnos de diferentes formas, ya sea directa o indirectamente, es decir, temerosa, cuidadosamente, etcétera. Podemos hacerlo por diferentes motivos: curiosidad, duda, para reconocer algo o a alguien, para observar, etcétera.



### d) Alejarse de...

Es el movimiento contrario, es decir, alejarse de una persona, objeto o sitio del salón de trabajo. Este movimiento también puede estar acompañado por gestos de diversas partes del cuerpo, que varíen su significación. Diferentes razones nos pueden motivar, utilizando distintas formas de alejamiento, ya sea de modo directo o indirecto, es decir, si nos alejamos con recelo o súbitamente, o bien como rechazo de algo o alguien, o para protegernos, para huir, para que nadie nos vea, etcétera.



### e) Llegar a...

Lo opuesto de la acción de “acercarse a” o “alejarse de” será el concepto de “destino”, es decir, la acción de llegar al lugar preciso, ya sea a un sitio definido en el espacio, con una persona, con un grupo o con un objeto determinado; puntos de llegada que hemos seleccionado como nuestro destino. Por ejemplo, llegar a la parada del camión; un gato que atrapa un ratón.



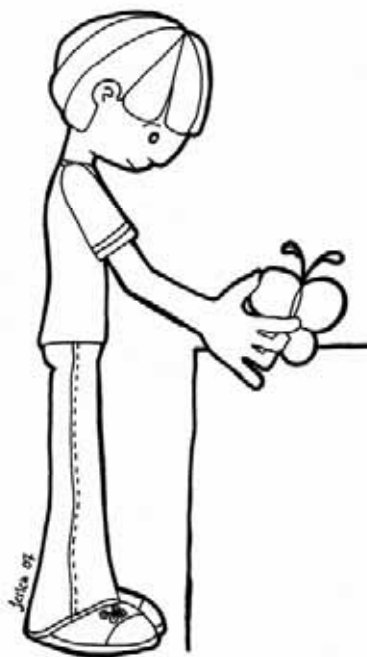
### f) Cercanía o proximidad

Enfatiza la cercanía que podemos establecer con alguna persona u objeto, ya sea con una parte de nuestro cuerpo, generalmente con las manos, o con todo el cuerpo. También la relación de cercanía puede darse entre dos partes de nuestro cuerpo, como entre una mano y un pie cuando ponemos nuestra mano muy cerca del pie, o de la rodilla, sin tocarlos. Esta acción puede tener varios propósitos, entre otros, mostrar cariño o cuidado por una parte de nuestro cuerpo: “estar cerca de”.



### g) Abarcar la cercanía

Nuestra siguiente forma de relación es una acción de envolver o abarcar pero sin llegar a tocar a la persona, una parte de nuestro cuerpo o un objeto frágil, como cuando abarcamos con las manos un objeto delicado que tememos romper, o cuando nos tapamos la cara con ambas manos sin un contacto real. Es decir, abarcamos al objeto cerca de él.



### h) Contacto

La acción de aproximarse a una persona o a un objeto, más allá de la cercanía, nos lleva al contacto, a tocar el objeto, a la persona u otra parte de nuestro cuerpo. Los ejemplos más evidentes de contacto los experimentamos en la acción de juntar nuestras manos, por ejemplo, cuando deseamos mostrar una súplica, cuando estamos angustiados o cuando tenemos mucho frío, entonces cruzamos los brazos y nos tocamos los hombros o antebrazos. Esta forma de contacto es por lo general breve. Imaginemos la acción de tocar a una persona para que voltee hacia nosotros.



### i) Sujetar

Sujetar es la forma de relación que indica que podemos asir un objeto o persona pero sin cargarlo, sin sostener su peso; solamente lo abarcamos, aunque en este caso sí lo tocamos.

Por lo regular utilizamos las manos para sujetar, aunque podemos encontrar otras formas de sujeción, posiblemente con otras partes de nuestro cuerpo, como los bomberos que abrazan el tubo con las piernas antes de deslizarse, o también los montañistas cuando usan sus cuerdas para descolgarse. Estos ejemplos son válidos si pensamos sólo en la acción de enredarse, sin cargar su peso.



## j) Cargar

En la acción de cargar, como es obvio, no solamente se sujeta el objeto o a la persona, sino que se soporta su peso total. Pensemos en un mesero que carga sobre la mano una charola o en una mujer que lleva sobre la cabeza un cántaro o en un padre que carga un bebé sobre las rodillas.

La acción de cargar o sujetar el peso total se parece a la de “abarcarse la cercanía” pero en esta acción el peso no se sostiene, solamente se abarca sin tocarlo; en cambio, en la que nos ocupa, su principal característica reside en que el peso se encuentra sostenido por alguna parte del cuerpo.



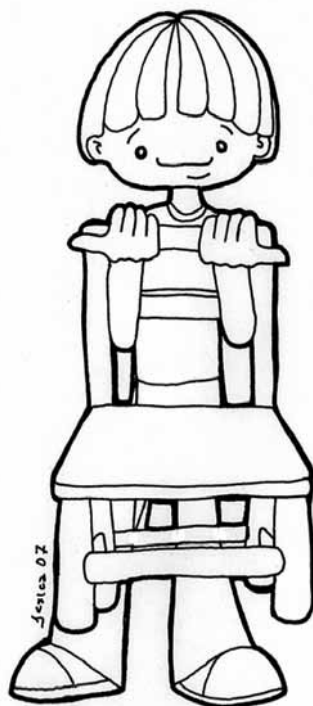
## k) Cargar sujetando

La acción de cargar tiene una variante: sostener con asimiento, es decir, no sólo se carga el peso total del objeto o persona, sino que además se sujeta, se toma o se empuña. De ahí que la relación con el objeto o persona tenga un grado mayor que el solo cargar.



## I) Entrelazar

La última forma de relación que vamos a estudiar llega al máximo nivel de contacto que podemos tener con un objeto o persona: el entrelazamiento. Cuando nos entrelazamos con algo o alguien, penetramos completamente el espacio del otro. El ejemplo más simple y cercano es el apretón de manos común, en el que podemos tener un contacto superficial o llegar a un entrelazamiento máximo, cuando nuestros dedos se “fundan” con los dedos del otro. Un fuerte y profundo abrazo con un ser querido nos lleva a buscar que nuestro cuerpo se armonice con el de ese ser.

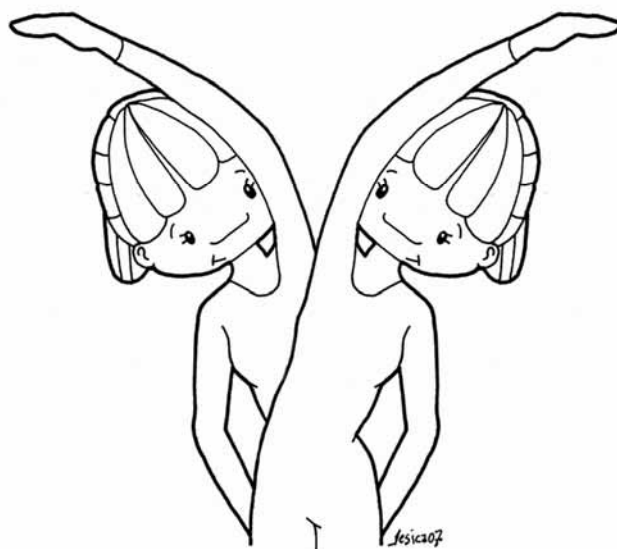


Reúnete en un pequeño grupo y elaboren una secuencia de movimiento en que experimenten las 12 posibilidades de relación. Piensen en algún tema de interés, escriban un brevísimo guión y elaboren las frases de movimiento necesarias. Denles un ritmo y una calidad acorde con la temática. Busquen una música para acompañarla y repítanla hasta que la ejecuten con fluidez. Preséntenla ante sus compañeros y escuchen sus comentarios para mejorar su interpretación.

Ahora experimentemos creando algunas formas en parejas. Recordarán que en el primero y segundo año experimentamos con algunos conceptos como *sucesión*, *oposición*, *simetría* y *asimetría*. Exploramos los primeros al experimentar los movimientos del torso al ejecutar pisadas de danza mexicana y los segundos, cuando trabajamos el montaje escénico y pensamos en la ejecución de movimientos en el espacio escénico. Trabajemos nuevamente estos conceptos en la creación de diseños corporales.

Reúnete con todo el grupo. Cada uno busque un lugar en el que puedan moverse con libertad y experimentar con diseños corporales simétricos. Recuerden que la simetría sugiere estabilidad y supone proporción y regularidad entre las partes de un todo. Piensen en que nuestro cuerpo es simétrico: el eje de gravedad nos divide en dos partes iguales, derecha e izquierda. Si imaginamos segmentar nuestro cuerpo por el centro tenemos una parte de arriba con dos

extremidades y abajo también tenemos dos extremidades. Exploren algunos diseños simétricos primero dividiendo el cuerpo en lado derecho e izquierdo y luego segmentándolo en arriba y abajo.



Continuemos la exploración con diseños corporales asimétricos. Recuerda que la asimetría es la idea opuesta a simetría, de manera que es necesario quebrantar la proporcionalidad y buscar lo imprevisible, lo desigual, lo extraño. Puedes comenzar experimentando simplemente con romper la proporcionalidad y equilibrio que buscaste en los diseños anteriores. Haz alguno de los diseños simétricos y quiebra el equilibrio.

Podemos explorar aún más minuciosamente la simetría y la asimetría si incluimos en la experimentación las ideas de oposición y sucesión. La oposición surge cuando en el diseño las líneas se oponen y crean ángulos rectos. Por el contrario, la sucesión se produce con el fluir de las curvas. Experimenta elaborando algunos diseños en sucesión y en oposición. Luego explora la simetría en sucesión y oposición, enseguida la asimetría en sucesión y oposición.

Ejecuta tus diseños siguiendo un pulso establecido. Puedes producir el pulso con la voz, golpeando el piso con tus pies o manos, o bien con algún instrumento de percusión. Luego busca ejecutarlos con alguna fórmula rítmica. Escribe la diferencia que percibes en la ejecución de tus diseños con el pulso y con la fórmula rítmica:

---

---

---

---

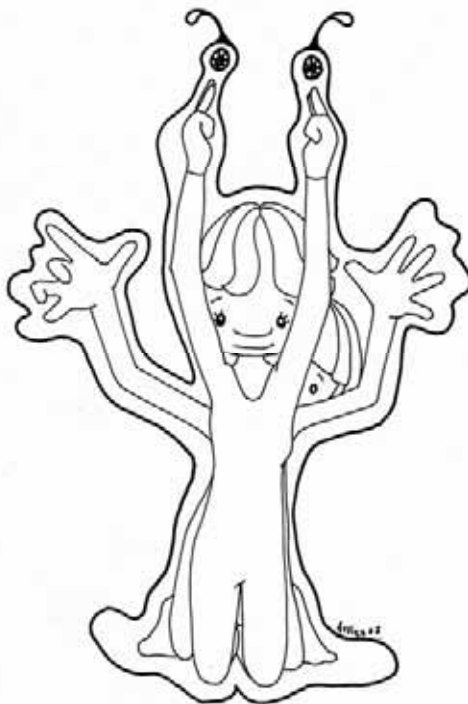
---

---

Reúnete con algún compañero y juntos exploren diseños corporales simétricos y asimétricos en sucesión y oposición. Elaboren una breve secuencia de movimiento en que consideren al menos las cuatro combinaciones posibles. Denle un ritmo y una calidad. Busquen alguna música que acompañe sus elaboraciones creativas.



Reúnanse con otras dos parejas y creen algunos diseños corporales con seis personas. Conviene que piensen en alguna motivación para la creación. Puede ser una figura imaginaria con varias cabezas, brazos y piernas. O bien pueden experimentar diversas maneras de convertirse en una criatura extraterrestre, o en un gusano ciempiés. Elaboren una breve secuencia de movimiento, en que den vida a la criatura. Denle un ritmo y una calidad. Busquen alguna música cuyo tempo e intensidad estén acordes con la temática.



Experimenten creando diseños y movimientos en los que las máscaras y objetos, como palos, cuerdas, aros, etcétera, sean el detonador de la creación. Piensen, por ejemplo, en alguna imagen dinámica de mimos. O bien en algún diseño grupal en que experimenten con la fuerza expresiva de las máscaras de viejos, o en una pelea con palos y cuerdas.

Elaboren un trozo de danza en el que incorporen las experiencias con diseños corporales individuales, en parejas y en pequeños grupos. Piensen en alguna motivación para crearla. Denle alguna estructura; puede ser la de inicio, desarrollo o conclusión, o bien la de tema y variaciones. Den a las frases ritmo y calidad. Busquen una música acorde con la motivación. Repítanla hasta que la ejecuten con fluidez y organicidad.

Preséntenla ante el grupo y soliciten a sus compañeros que expresen lo que la danza les provoca. Los observadores tomen notas de sus comentarios acerca de la creación y la interpretación de sus compañeros. Tomen nota también de los comentarios de otros compañeros, particularmente del trozo de danza que más les haya interesado, pues lo necesitarán en la siguiente secuencia.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>1.1 Reconocimiento de la comunicación corporal en grupo, a partir de la observación de las figuras que se integran para expresar sentimientos y pensamientos colectivos, en el entorno social y cultural inmediato.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo individual. Observación y descripción de alguna situación en que se produzcan filas e hileras. En grupos, representación de la situación. Descripción de algún evento en el que se integre un grupo espontáneamente. Representación de la situación. Discusión acerca del sentido y significación de los trazos generados.</li> </ul>
<p>1.2 Diseño grupal de unidades y contornos espaciales: filas (uno detrás de otro), hileras (hombro con hombro), diagonales, círculos, cuadrados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en grupo. Calentamiento. Exploración de los puntos del salón. Exploración de líneas horizontales, verticales y diagonales, de medios círculos y círculos y de figuras y contornos diversos. Enfriamiento.</li> </ul>
<p>1.3 Elaboración de movimientos a partir de líneas y contornos realizados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración de desplazamientos en filas e hileras, diagonales y círculos. Experimentación y elaboración de combinaciones de movimiento con líneas y círculos. Dirección del grupo. Enfriamiento.</li> </ul>
<p>1.4 Diseño de grupos compactos con movimiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración de conversiones. Elaboración de frases de movimiento en que predominen conversiones o diseños de grupos compactos. Presentación de las frases. Enfriamiento.</li> </ul>
<p>1.5 Creación de formas e imágenes colectivas, considerando: la proximidad de los cuerpos, utilización de música con diferentes pulsos, compases y ritmos, que evoque diferentes emociones, sentimientos y situaciones, uso de objetos, situaciones imaginarias propuestas por los alumnos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración con juegos que desarrollen confianza en el grupo. Experimentación con 12 posibilidades de relacionarse. Creación de una secuencia de movimiento con las posibilidades de relación. Experimentación con diseños simétricos y asimétricos en parejas, tríos, cuartetos y pequeños grupos. Exploración con objetos y situaciones imaginarias. Presentación de la danza. Enfriamiento.</li> </ul>

## **Desarrollo de las actividades sugeridas**

### **1.1 Reconocimiento de la comunicación corporal en grupo, a partir de la observación de las figuras que se integran para expresar sentimientos y pensamientos colectivos, en el entorno social y cultural inmediato**

**Trabajo individual. Observación y descripción de alguna situación en que se produzcan filas e hileras. En grupos, representación de la situación. Descripción de algún evento en el que se integre un grupo espontáneamente. Representación de la situación. Discusión acerca del sentido y significación de los trazos generados.**

1. Individualmente, observen alguna situación en la que se formen filas o hileras o alguna forma o figura compuesta por algún grupo de personas. Dibújenla y describan si hay movimientos en el grupo que las transformen.
2. Reúnanse en dos equipos y realicen una breve representación de la situación elegida. Incluyan movimiento en los trazos o formas. Preséntenla ante sus compañeros. El grupo que observa tome notas de los gestos y movimientos que acompañan las formas o las figuras.
3. En grupo, los dos equipos coordinados por el maestro, discutan si las formas y figuras que forman los grupos que se integran espontáneamente tienen algún sentido y significación y comenten en qué gestos y movimientos pueden observarse.
4. En pequeños grupos de tres compañeros, busquen una película de alguna situación o evento en la que puedan observar grupos que se integran espontáneamente. Describan la secuencia de trazos, formas y figuras que produce el grupo durante el evento y dibújenla. Presten particular atención a los gestos y movimientos que dan un sentido y significación peculiar a la formación grupal que observan.
5. Discutan con todo el grupo si en los trazos y formas, o bien en los gestos y movimientos, la colectividad ahí reunida expresa los sentimientos y pensamientos que les provoca la experiencia grupal y el acontecimiento vivenciado. Escriban sus conclusiones, ilústrenlas y elaboren un periódico mural con la información recabada.
6. Realicen una breve representación de lo observado en la película. Preséntenla ante sus compañeros, permitan que sus compañeros les den comentarios de cómo mejorar su representación.

### **1.2 Diseño grupal de unidades y contornos espaciales: filas (uno detrás de otro), hileras (hombro con hombro), diagonales, círculos, cuadrados**

**Trabajo en grupo. Calentamiento. Exploración de los puntos del salón. Exploración de líneas horizontales, verticales y diagonales, de medios círculos y círculos y de figuras y contornos diversos. Enfriamiento.**

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento de cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos; d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Todo el grupo recuerde los puntos del escenario. A partir del punto 1 o frente, giren octavos de giro hacia la derecha y reconozcan los siete puntos subsiguientes. Jueguen a encontrar rápidamente un punto. Uno de los miembros del grupo, diga un número y todos cambien de frente y encuéntralo. Repitan la actividad variando un poco. Ahora no

sólo cambien de frente sino diríjense hacia el punto del salón en los extremos correspondientes.

3. Experimenten diferentes posibilidades de trazar líneas horizontales y verticales con las que formarán filas (uno detrás de otro) e hileras (hombro con hombro). Dirijan el frente de las líneas hacia los diferentes puntos del salón. Observen que los cambios de frente en ocasiones los obligan a cambiar la formación de hileras a filas o viceversa. Realicen desplazamientos sobre las líneas para cambiar al frente opuesto.
4. Experimenten las posibilidades de formar diagonales. Utilicen filas e hileras, dependiendo del frente que asuma la línea. Cambien de una diagonal a la otra con sencillos desplazamientos.
5. Explore formas de trazar medios círculos y círculos, en que utilicen diferentes frentes. Desplácese en el sentido de las manecillas del reloj o en contra de ellas, para cambiar los frentes.
6. Explore el trazo de figuras y contornos diversos. Comiencen con figuras geométricas (triángulos, cuadrados, rectángulos, rombos, etcétera), luego tracen contornos diversos en que combinen rectas con curvas.
7. Realicen una actividad de enfriamiento que incluya respiraciones y estiramientos.
8. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### **1.3 Elaboración de movimientos a partir de líneas y contornos realizados**

**Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración de desplazamientos en filas e hileras, diagonales y círculos. Experimentación y elaboración de combinaciones de movimiento con líneas y círculos. Dirección del grupo. Enfriamiento.**

1. En el espacio indicado por el maestro, y con el grupo en su totalidad, haz el calentamiento de cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos; d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Realicen desplazamientos en hileras. Caminen hacia el punto 1 del salón. Cambien de dirección y de frente. Explore cambiar el frente utilizando varios puntos del salón y el cambio de dirección (adelante, atrás, a los lados). Explore desplazarse también en filas, diagonales y círculos. Combinen desplazamientos con giros en el eje.
3. Formen dos filas, afuera del escenario, una en el lado derecho y otra en el izquierdo. Realicen las secuencias de movimiento propuestas en que se combinen líneas y círculos. Explore ejecutándolas de diferentes maneras: caminando, saltando, corriendo, valsando, etc. Busquen alguna música para acompañar la secuencia. Experimenten la ejecución de la secuencia utilizando músicas con tempo e intensidad distintas.
4. Creen su propia secuencia de movimiento en que combinen líneas y círculos. Piensen en alguna motivación orientadora de la actividad. Busquen una música, cuyo tempo e intensidad esté acorde con la motivación.
5. Experimenten el lugar de director o coreógrafo. Como tarea extraclase, elaboren una sencilla frase de movimientos grupales en que combinen verticales, horizontales, diagonales, círculos y figuras. Luego móntenla al grupo. Utilicen diferentes maneras de desplazarse. Pueden aprovechar para ensayar algunas pisadas de danza mexicana. Tomen turnos hasta que todos hayan pasado a dirigir. Si el grupo es muy grande divídanlo en dos o tres.
6. Realicen una actividad de enfriamiento que incluya respiraciones y estiramientos.
7. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **1.4 Diseño de grupos compactos con movimiento**

**Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración de conversiones. Elaboración de frases de movimiento en que predominen conversiones o diseños de grupos compactos. Presentación de las frases. Enfriamiento.**

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento de cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos; d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Explore las conversiones en formaciones lineales. Primero realicen conversiones en que mantienen la distancia entre los miembros del grupo durante el giro. Luego experimenten acortando la distancia durante las conversiones, pero manteniendo la figura formada. Explore conversiones de un cuarto de giro, de medio giro y de tres cuartos de giro.
3. Explore conversiones creando figuras compactas (no sólo los contornos, sino llenas de personas). Combinen las conversiones hacia el lado derecho o izquierdo con desplazamientos en diferentes direcciones (adelante, atrás, hacia los lados) y hacia diferentes áreas o lugares del salón (centro arriba, izquierda arriba, etcétera).
4. Creen una frase de movimiento en que utilicen movimientos de grupos compactos. Utilicen alguna motivación, por ejemplo, una nave espacial, una anémona. Presenten la secuencia ante sus compañeros y reciban sus comentarios para mejorar la interpretación.
5. Realicen una actividad de enfriamiento que incluya respiraciones y estiramientos.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

**1.5 Creación de formas e imágenes colectivas, considerando: la proximidad de los cuerpos, utilización de música con diferentes pulsos, compases y ritmos, que evoque diferentes emociones, sentimientos y situaciones, uso de objetos, situaciones imaginarias propuestas por los alumnos**

**Trabajo en equipo. Calentamiento. Exploración con juegos que desarrollen confianza en el grupo. Experimentación con 12 posibilidades de relacionarse. Creación de una secuencia de movimiento con las posibilidades de relación. Experimentación con diseños simétricos y asimétricos en parejas, tríos, cuartetos y pequeños grupos. Exploración con objetos y situaciones imaginarias. Presentación de la danza. Enfriamiento.**

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento de cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos; d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Explore diferentes juegos que les permitan desarrollar confianza con sus compañeros de grupo. Pueden utilizar los propuestos en el texto o bien inventar los propios. Al terminar los juegos comenten sus experiencias y cada uno escriba sus reflexiones.
3. Experimenten las 12 posibilidades de establecer relaciones con personas y objetos. Reúnanse en pequeños grupos y creen una secuencia de movimientos en que experimenten en el grupo estas posibilidades de relación. Piensen en algún tema de interés, elaboren un guión, creen las frases de movimiento necesarias, denles un ritmo y

una calidad, busquen una música para acompañarla, repítanla hasta que logren fluidez en los movimientos, preséntenla ante sus compañeros y escuchen sus opiniones para mejorar su interpretación.

4. Experimenten diseños corporales simétricos, asimétricos, en oposición y sucesión. Háganlo primero individualmente, luego por parejas, en tríos, cuartetos o grupos hasta de seis personas. Piensen en imágenes para crear los diseños, pueden ser reales o imaginarias.
5. Elaboren una breve secuencia de movimiento en que den vida a la imagen creada. Denle un ritmo y una calidad. Busquen alguna música cuyo tempo e intensidad estén acordes con la temática.
6. Experimenten diseños corporales utilizando como apoyo alguna máscara (de viejos, de muerte, de mimo, de payaso, etcétera), o algún objeto, como palos, aros, instrumentos de percusión, listones, cuerdas. Creen alguna secuencia de movimiento con las exploraciones.
7. Elaboren un trozo de danza en el que incorporen las experiencias con diseños corporales individuales, en parejas y en pequeños grupos. Piensen en alguna situación imaginaria para crearla. Denle alguna estructura; puede ser la de inicio, desarrollo o conclusión, o bien la de tema y variaciones. Denle a las frases ritmo y calidad. Busquen una música acorde con la motivación. Preséntenla ante sus compañeros y reciban los comentarios que ayudan a mejorar su creación e interpretación.
8. Realicen una actividad de enfriamiento que incluya respiraciones y estiramientos.
9. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **Autoevaluación**

Realiza las siguientes actividades:

1. Escribe cómo un grupo que se integra espontáneamente puede expresarse a través de los trazos, formas y figuras que produce y qué relación puede existir con los sentimientos y pensamientos que le produce la experiencia vivida.
2. En un pequeño grupo, monta una sencilla secuencia en que utilices líneas rectas horizontales, verticales y diagonales, círculos y figuras, con diferentes frentes.
3. Elabora una sencilla secuencia de movimiento en que combines desplazamientos con los cuales crees líneas rectas horizontales, verticales y diagonales, círculos y figuras compactas. Móntala con un pequeño grupo de tus compañeros.
4. Crea alguna secuencia de movimiento en que se desplace un grupo compacto por todo el salón.
5. Crea un diseño corporal en que utilices la simetría y la asimetría, la sucesión y la oposición en parejas, tríos o en un grupo pequeño.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
<p>Secuencia 1. Diálogos del cuerpo</p> <p>1.1 Reconocimiento de la comunicación corporal en grupo a partir de la observación de las figuras que se integran para expresar sentimientos y pensamientos colectivos en el entorno social y cultural inmediato.</p> <p>1.2 Diseño grupal de unidades y contornos espaciales: filas (uno detrás de otro), hileras (hombro con hombro), diagonales, círculos, cuadrados.</p> <p>1.3 Elaboración de movimientos a partir de líneas y contornos realizados.</p> <p>1.4 Diseño de grupos compactos con movimiento.</p> <p>1.5 Creación de formas e imágenes colectivas, considerando: la proximidad de los cuerpos, utilización de música con diferentes pulsos, compases y ritmos, que evoque diferentes emociones, sentimientos y situaciones, uso de objetos, situaciones imaginarias propuestas por los alumnos.</p>	<p><a href="http://www.mexicodesconocido.com./espanol/culturay_sociedad/fiestas_y_tradiciones/">www.mexicodesconocido.com./espanol/culturay_sociedad/fiestas_y_tradiciones/</a> <a href="http://sepiensa.org.mx">http://sepiensa.org.mx</a></p> <p>Video: <i>Desplazamientos y giros</i>. Serie Educación artística. Primer grado (Telesecundaria).</p> <p>Libro: <i>El acto íntimo de la coreografía</i>, de Blom, Lynne Anne y Chaplin, L. Tarin.</p> <p>Libro: <i>La composición en la danza</i>, de Doris Humphrey.</p> <p>Libro: <i>Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal</i>, de Marta Shinca.</p> <p>Libro: <i>Expresión corporal y danza</i> de Marta Castañer.</p> <p>Video: <i>Las máscaras en danzas indígenas</i>. Serie Educación artística. Primer grado (Telesecundaria).</p>	<p>Para documentar la descripción del mitin, la procesión o el concierto.</p> <p>Para encontrar ejercicios de desplazamientos en grupo.</p> <p>Para enriquecer las exploraciones y encontrar otras ideas y ejercicios.</p> <p>Para buscar otros ejercicios y experiencias con grupos. Para buscar motivaciones para la creación con grupos</p> <p>Para mostrar ideas con la exploración de máscaras.</p>

## Glosario

**Conversión.** Movimiento grupal en que se realizan desplazamientos en porciones de círculo (cuarto, medio o tres cuartos de círculo) en el sentido de las manecillas del reloj o en contra de ellas. Se utiliza como eje al compañero de la punta contraria hacia donde se dirige el círculo, como si fuera un compás.

**Distancia íntima.** Cuando consentimos que otro atraviese nuestra kinesfera (espacio que nos rodea) y permanezca muy cerca de nosotros. Esta distancia sólo la permitimos con las personas muy cercanas, como los familiares.

**Distancia personal.** Corresponde con el espacio que utilizamos en relaciones cara a cara con otra persona (por lo general, en una conversación de amigos), pero que no llega a atravesar la kinesfera.

**Distancia social.** Es la que mantienen los individuos en una situación en la que se está en grupo, cada quien en su propio espacio, pero manteniendo la relación grupal. Un claro ejemplo de este tipo de distancia es la que se mantiene en un salón de clases.

**Distancia pública.** Es la que mantienen, por ejemplo, los cantantes con el público en un concierto, o los actores y bailarines en un escenario. Es una distancia en la que más bien hay un contacto visual y emocional, pero los cuerpos están alejados.

**Fila.** Formación de líneas ya sea verticales, horizontales o diagonales, en que se colocan uno detrás de otro.

**Hilera.** Formación de líneas ya sea verticales, horizontales o diagonales, en que se colocan uno al lado del otro.

## Bibliografía

- Blom, Lynne Anne y Chaplin, L. Tarin, *El acto íntimo de la coreografía*, México, INBA/CENIDI-Danza, Serie de Investigación y documentación de las artes. Segunda época, 1996.
- Castañer Balcells, Marta, *Expresión corporal y danza*, Barcelona, INDE, 2000.
- Durán, Lin, *Manual del coreógrafo*, México, INBA/CENIDI-Danza, Serie de Investigación y documentación de las artes. Segunda época, 1993.
- Ferreiro, Alejandra y Josefina Lavalle, *Desarrollo de la creatividad por medio del movimiento y la danza. Paquetes didácticos*. México, Conaculta/INBA/Cenart/CENIDI-Danza, José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Humphrey, Doris, *La composición en la danza*, México, UNAM, 1981.
- Laban, Rudolf, *Danza Educativa Moderna*, México, Paidós, 1989.
- Schinca, Marta, *Manual de psicomotricidad, ritmo y expresión corporal. Técnica y expresión* Madrid, Escuela Española, 1989.



## Secuencia de aprendizaje **2**

---

# Juicios críticos sobre la participación en trabajos creativos colectivos y usos del cuerpo en personas de distintas generaciones

### Propósito

---

Emitir juicios críticos sobre su participación en trabajos creativos realizados colectivamente. Reconocer cómo usaban el cuerpo personas de distintas generaciones, de su entorno inmediato.

### Temas

---

2. Juicios críticos sobre la participación en trabajos creativos colectivos y usos del cuerpo en personas de distintas generaciones

2.1 Reflexión colectiva en torno de la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.

2.2 Interpretación del significado que evoca un colectivo de cuerpos en el interior de una manifestación dancística.

2.3 Identificación de las transformaciones que han ocurrido en torno del uso del cuerpo con fines expresivos.

### Contenido

---

#### 2.1 Reflexión colectiva en torno de la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo

En otro momento del curso reflexionamos sobre la fuerza del grupo: la alegría del movimiento. Sin embargo, esta peculiar y placentera experiencia que puede generar la danza no siempre emerge debido a que, en ocasiones, no es fácil romper con la resistencia a relacionarse corporalmente con otros; o porque la conexión entre los cuerpos no se produce por las

diferencias en las preferencias de movimiento. Recuerda que la alegría del movimiento surge de bailar en comunidad, en comunión con los otros, lo que supone conectar la energía corporal y mental de todos.



Foto: Christa Cowrie, "Carbone 14", en *La vida de la escena: la escena de la vida*. Obra fotográfica, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Reúnete en un pequeño grupo y busquen en la videoteca de la escuela, en Internet, con tu maestro o con algún amigo, algún video de una danza con fines rituales, o bien de danza escénica (clásica, contemporánea o folclórica) que privilegie el trabajo en grupos.

Describan los movimientos grupales predominantes: líneas horizontales, verticales o diagonales, círculos, figuras, formas asimétricas, diseños en parejas, tríos, pequeños grupos, y momentos en que ocurren.

---

---

---

---

Observen la comunicación no verbal que se produce entre los miembros del grupo: gestos, miradas, contactos corporales, partes del cuerpo que entran en contacto, duración de los contactos visuales o corporales. Regístrenlos.

---

---

---

Presten atención al tipo de relación que establecen. Recuerden que en la secuencia anterior exploramos 12 posibilidades de relacionarse. Identifica cuáles utilizan y en qué momentos de la danza. Elaboren un cuadro para el registro. ¿Qué te parece este cuadro?

	Conciencia, sensación de presencia	Dirigirse a	Acercarse a	Alejarse de	Llegar a	Cercanía o proximidad
Momento de la danza						
	Abarcar la cercanía	Contacto	Sujetar	Cargar	Cargar sujetando	Entrelazar
Momento de la danza						

Noten si el tipo de relación establecida corresponde con lo que la danza pretende expresar y si hay contundencia en la relación o por el contrario deja alguna duda (cuando un intérprete no logra armonizarse con su compañero o compañeros, sus gestos y energía corporal se oponen con las de los otros y esto produce un efecto visible). Describan la situación identificada.

---



---



---



---

Tomen notas acerca de la relación lograda entre los miembros del grupo y expresen su opinión acerca de si ésta ayuda a la unidad, claridad y coherencia de la obra o danza.

---



---



---



---

¿Pudieron observar los efectos corporales de la alegría del movimiento en los miembros del grupo? Reflexionen sobre su respuesta afirmativa o negativa.

---

---

---

---

Elaboren conclusiones e ilústrenlas. Reúnanse en grupo y expongan su trabajo. Elaboren entre todos las conclusiones generales. Registra las conclusiones del grupo.

---

---

---

---

## **2.2 Interpretación del significado que evoca un colectivo de cuerpos en el interior de una manifestación dancística**

En la secuencia anterior experimentamos los diálogos entre cuerpos cuando bailamos en grupos, por lo que vale la pena dedicar un espacio a reflexionar acerca de lo que pensamos y sentimos cuando creamos e interpretamos las formas colectivas. Responde individualmente el siguiente cuestionario.

1. ¿Consideras una experiencia significativa crear y bailar en grupo? Argumenta tu respuesta.

---

---

---

---

2. ¿Tienes alguna preferencia en la creación e interpretación de algún tipo de diseño grupal?  
¿Por qué?

---

---

---

---

3. ¿En qué tipos de desplazamientos percibiste una mayor cohesión grupal? ¿A qué crees que se debió? ¿Consideras que el público (tus compañeros) percibió las sensaciones que el grupo experimentaba al ejecutar los desplazamientos? ¿Por qué?

---

---

---

---

4. ¿Consideras importantes los ejercicios para crear confianza antes de iniciar el trabajo de aproximación entre los cuerpos; fueron suficientes para permitirte el trabajo corporal en grupo?

---

---

---

---

5. ¿Qué descubriste al relacionarte más estrechamente con tus compañeros y lograr una mayor confianza?

---

---

---

---

6. Describe tus experiencias en la creación e interpretación de una secuencia en la que hay diferentes grados de proximidad entre los cuerpos (12 tipos de relación). ¿Con qué tipo de relación te sientes más cómodo. ¿Por qué?

---

---

---

---

7. Describe cómo fue para ti la creación de diseños y movimientos en que utilizas objetos, máscaras y elementos sonoros para enriquecer los diseños y formas grupales.

---

---

---

---

Comenta brevemente tus aprendizajes y logros al trabajar en equipo.

---

---

---

---



Foto: Christa Cowrie, "Compañía de Maguy Marin", en *La vida de la escena: la escena de la vida*. *Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Reúnete en un equipo con tres o cuatro compañeros y comparte con ellos tus reflexiones. Discutan la importancia del trabajo en equipo y elaboren un escrito en el que ofrezcan razones a otros adolescentes para experimentar el placer de crear y bailar en grupo. Escribe aquí tus aportaciones al grupo.

---

---

---

---

### **2.3 Identificación de las maneras y transformaciones que han ocurrido en torno del uso del cuerpo con fines expresivos.**

Hemos explorado mediante observaciones y ejercicios la fuerza de la cultura en los usos del cuerpo. Sabemos que cada cultura crea sus propias técnicas corporales, y que éstas impactan significativamente en la formación de los hábitos corporales de sus integrantes. Revisa en *Apuntes. Danza 1*, bloque 3, secuencia 1, el texto de Margarita Baz y recuerda los conceptos de técnica corporal y construcción social del cuerpo. Escríbelos aquí nuevamente.

---

---

---

---

Hagamos una revisión retrospectiva para conocer las transformaciones en los usos del cuerpo con fines expresivos en diferentes momentos históricos.

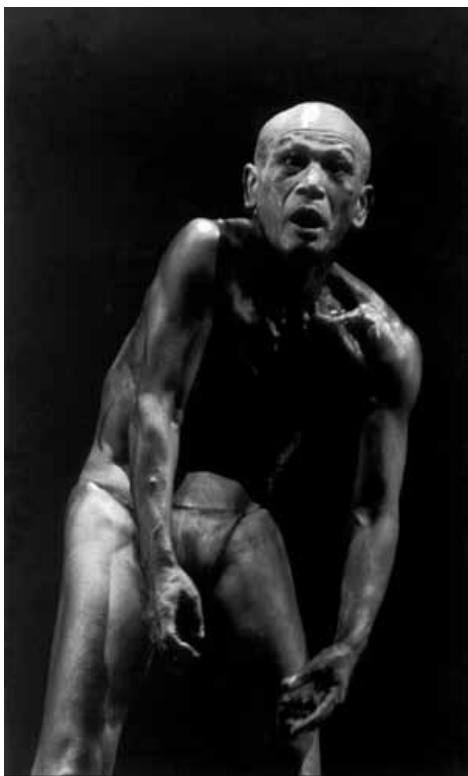


Foto: Christa Cowrie, "Ko Murobushi", en *La vida de la escena: la escena de la vida*. *Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Divídanse en 6 equipos y seleccionen uno de los siguientes temas, para realizar una breve investigación de los usos corporales predominantes, en ese momento histórico.

- Danza ritual y sagrada en el mundo prehispánico.
- Danzas de evangelización y bailes del siglo XVI y XVII.
- Los bailes de salón del siglo XIX.
- El rock en el mundo y en México.
- El movimiento de liberación sexual y el feminismo de los años sesenta.
- La cultura *hippie*, el movimiento *punk* y la moda del *piercing* y el tatuaje.

Una vez elegido el tema, cada equipo emprenda una investigación documental en revistas, libros o en Internet y obtengan la siguiente información:

1. Antecedentes históricos (en dónde surge la tradición, en qué sectores de la sociedad, razones sociales, políticas y culturales de su surgimiento, qué tiempo permaneció vigente, rastros en nuestra época de la tradición).
2. Fuerza cultural creada (qué costumbres destruyó y qué otras impuso, a qué sectores de la sociedad llegó, cuáles se opusieron, qué transformaciones corporales implicó: en los modos de vestirse, de moverse, de comer, de bailar, de relacionarse (formas de saludarse, de hablar, señas), etcétera).
3. Principales representantes y sus aportaciones al movimiento (personas o creaciones dancísticas o musicales)
4. Descripción general del movimiento cultural y principales características (quiénes participan, lugares en que se reúnen, tipos de movimiento, usos de la energía, tiempo, espacio y flujo).
5. Rastros del movimiento en comportamientos culturales actuales (por ejemplo, el *piercing* y la decoración corporal son tradiciones milenarias de muchas culturas en el mundo, pero en la actualidad tienen características contraculturales).
6. Obtengan información visual y sonora para ilustrar su trabajo.

Con la información recabada, elaboren un reportaje para una revista (incluyan secciones como “para estar a la moda” con fotos de la ropa de la época, anuncios con noticias del momento, “el chismógrafo” con los *dimes* y *directes* de la monarquía o de los políticos, etcétera) en el que organicen y clasifiquen la información de la manera en que consideren más comprensible para sus compañeros. Ilústrenla visual y sonoramente.



Foto: Christa Cowrie, "Otra conquista", en *La vida de la escena la escena de la vida. Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Elaboren un guión escénico y hagan una representación en que muestren los momentos culminantes de los movimientos y tradiciones investigadas. Incluyan una breve secuencia de movimiento que permita identificar gestos, movimientos o bien pisadas características. Busquen la música adecuada para ambientar la representación y elaboren una sencilla escenografía. Preséntenla ante sus compañeros y escuchen sus comentarios.

Todo el grupo reunido discuta los resultados de la investigación y, con los reportajes e ilustraciones de todos los equipos, elaboren la revista (con los reportajes), en la que muestren las principales transformaciones en los usos corporales, en los movimientos culturales y las tradiciones que investigaron.



## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>2.1 Reflexión colectiva en torno de la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.</p> <p>2.2 Interpretación del significado que evoca un colectivo de cuerpos en el interior de una manifestación dancística.</p> <p>2.3 Identificación de las transformaciones que han ocurrido en torno del uso del cuerpo con fines expresivos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Observar detenidamente una danza con fines rituales o una danza escénica y tomar nota de diseños y movimientos grupales, comunicación no verbal, tipos de relación, expresividad, unidad, coherencia y claridad de la obra, efectos visibles de la alegría del movimiento. Discusión con todo el grupo sobre los hallazgos. Todo el grupo. Reflexionar colectivamente en torno de la satisfacción personal de la experiencia en grupo. Elaborar un escrito con conclusiones.</li>   <li>▪ Trabajo individual. Resolución del cuestionario. En equipos, compartir sus experiencias y elaborar un escrito. Entrevistar a un miembro de un grupo de danza comunitario. Comparar sus respuestas con las del equipo. Presentar en plenaria sus resultados. Discutir el sentido que da la fuerza de la experiencia de grupo.</li>   <li>▪ Trabajo individual. Revisar texto sugerido y escribir conceptos. Trabajo en equipos. Elegir un tema entre los propuestos y realizar una breve investigación. Elaborar un reportaje. Ilustrarlo. Elaborar un guión escénico para una representación que incluya danza, música y escenografía. Todo el grupo comente los resultados de la investigación y elabore una revista.</li> </ul>

## **Desarrollo de las actividades sugeridas**

### **2.1 Reflexión colectiva en torno de la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo**

**Trabajo en equipo. Observar detenidamente una danza con fines rituales o una danza escénica y tomar nota de diseños y movimientos grupales, comunicación no verbal, tipos de relación, expresividad, unidad, coherencia y claridad de la obra, efectos visibles de la alegría del movimiento. Discusión de todo el grupo sobre los hallazgos. Reflexionar colectivamente en torno de la satisfacción personal que produjo la experiencia en grupo. Elaborar un escrito con conclusiones.**

1. En pequeños grupos busquen en la videoteca de la escuela, con algún compañero o amigo, un video de una danza con fines rituales o bien una danza escénica (clásica, contemporánea o folclórica) que privilegie el diseño coreográfico en grupos. Véanla detenidamente y tomen notas de los siguientes aspectos:
  - Trazos y tipos de desplazamientos grupales predominantes.
  - Comunicación no verbal entre los miembros del grupo.
  - Tipos de relación entre los miembros del grupo y con objetos.
  - Correspondencia entre relaciones establecidas y expresividad del grupo y la obra.
  - Correspondencia entre relaciones establecidas y unidad, coherencia y claridad de la obra.
  - Efectos corporales visibles de los miembros del grupo sobre la alegría del movimiento
2. Discutan sus observaciones, hagan un breve escrito en el que muestren sus principales hallazgos. Preséntelo ante el resto del grupo
3. Reunidos reflexionen en torno de la satisfacción que brinda la experiencia en grupo y de los efectos visibles y comunicables de la experiencia vivida por el diálogo de cuerpos que se establece entre compañeros.
4. Elaboren un escrito grupal acerca de las experiencias vividas. Identifiquen logros y dificultades. Propongan formas de resolver los problemas.
5. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### **2.2 Interpretación del significado que evoca un colectivo de cuerpos, en el interior de una manifestación dancística**

**Trabajo individual. Resolución del cuestionario. En equipos, compartir sus experiencias y elaborar un escrito. Entrevistar a algún miembro de un grupo de danza comunitario. Comparar sus respuestas con las del equipo. Presentar sus resultados. Discutir el sentido que da la fuerza de la experiencia de grupo.**

1. Respondan el cuestionario propuesto. Para hacerlo, reflexionen acerca de las experiencias en la creación e interpretación de danzas grupales.
2. Reúnanse en pequeños grupos y comenten sus experiencias. Elaboren un escrito en el que ofrezcan argumentos a otros jóvenes para experimentar el placer de crear y bailar en forma grupal.

3. En equipos, busquen a algún miembro de un grupo de danza de su comunidad. Realicen una entrevista en que utilicen como base el cuestionario que ustedes respondieron. Analicen la información obtenida y compárenla con sus propias respuestas. Identifiquen similitudes y diferencias. Piensen en las razones de las diferencias y escriban una hipótesis al respecto.
4. Presenten los resultados, tanto de los equipos como de la entrevista, ante sus compañeros.
5. Discutan en grupo qué sentido da al grupo vivir una experiencia en que todos se sienten parte de un sólo cuerpo grupal.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### **2.3 Identificación de las maneras y transformaciones que han ocurrido en torno del uso del cuerpo con fines expresivos**

**Trabajo individual. Revisar texto sugerido y escribir conceptos. Trabajo en equipos. Elegir un tema entre los propuestos y realizar una breve investigación. Elaborar un reportaje. Ilustrarlo. Elaborar un guión escénico para una representación que incluya danza, música y escenografía. Todo el grupo comente los resultados de la investigación y elabore una revista.**

1. Revisen *Apuntes. Danza 1*, en el bloque 3, secuencia 1, el texto de Margarita Baz y recuerden los conceptos de técnica corporal y construcción social del cuerpo.
2. Divídanse en equipos y seleccionen uno de los temas propuestos y hagan una breve investigación de los usos corporales predominantes en ese momento histórico. Consideren los siguientes aspectos:
  - Antecedentes históricos.
  - Fuerza cultural creada.
  - Principales representantes y aportaciones al movimiento.
  - Descripción general del movimiento cultural y principales características.
  - Rastros del movimiento en comportamientos culturales actuales.
  - Información visual y sonora.
3. A partir de la información recabada elaboren un reportaje acerca del tema e ilústrenlo.
4. Elaboren un guión escénico y hagan una representación en que muestren los momentos culminantes de los movimientos y tradiciones investigadas. Incluyan danza, música y una sencilla escenografía.
5. Preséntenla ante sus compañeros y reciban sus comentarios.
6. Todo el grupo reunido discuta los resultados de la investigación y con la información e ilustraciones de todos los equipos elaboren la revista con los reportajes completos. Inviten a compañeros de otros grupos a la presentación de la revista y organicen la mesa con moderador y presentadores.
7. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **Autoevaluación**

1. Escribe las diferencias entre lo que experimentan los grupos y lo que los espectadores pueden percibir.
2. Comenta brevemente tu experiencia al crear e interpretar danza en grupo.
3. Describe al menos dos de las diferencias en los usos del cuerpo entre dos de los movimientos culturales estudiados.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
<p>2.1 Reflexión colectiva en torno de la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.</p> <p>2.2 Interpretación del significado que evoca un colectivo de cuerpos en el interior de una manifestación dancística.</p> <p>2.3 Identificación de las maneras y transformaciones que han ocurrido en torno del uso del cuerpo con fines expresivos.</p>	<p>Videos de la colección de danza producidos por Conaculta y Canal 22.</p> <p>Página de internet  <a href="http://www.revistadco.blogspot.com/">http://www.revistadco.blogspot.com/</a></p> <p><a href="http://www.danzar.com/mp/content/view/20/34/">www.danzar.com/mp/content/view/20/34/</a>  <a href="http://www.danzadance.org/">www.danzadance.org/</a></p> <p>Libro: <i>La danza en México en la época colonial</i> de Maya Ramos            Libro: <i>Censura y Teatro novohispano</i> de Maya Ramos</p> <p><a href="http://www.mexicodesconocido.com.mx/espanol/cultura_y_sociedad/fiestas_y_tradiciones">www.mexicodesconocido.com.mx/espanol/cultura_y_sociedad/fiestas_y_tradiciones</a>  <a href="http://www.sepiensa.org.mx">www.sepiensa.org.mx</a>  <a href="http://www.arts-history.mx/">www.arts-history.mx/</a>            Páginas de internet de revistas especializadas cuerpo y sociedad.</p>	<p>Encontrar distintos ejemplos que permitan analizar la experiencia colectiva de la danza y cómo ésta se manifiesta en movimiento.</p> <p>Buscar entrevistas con bailarines acerca de sus experiencias de bailar en grupo.</p> <p>Información y materiales para investigar los temas propuestos.</p>

## Glosario

**Claridad.** Sin ambigüedad ni confusión en la acción.

**Coherencia.** Cuando la acción y la calidad de la misma corresponden con lo que se quiere comunicar.

**Contundencia.** Es la capacidad que tiene algo para causar una impresión muy fuerte.

**Contraculturales.** Son movimientos impulsados por algunos grupos sociales que se oponen a las convenciones de la cultura dominante. Uno de los movimientos contraculturales más conocidos es el de los *hippies*. El movimiento *hippie* surgió en los años sesenta y se caracterizó por su pacifismo; uno de los lemas de los *hippies* era "Haz el amor, no la guerra". Este grupo también se oponía a las tendencias consumistas de la cultura occidental, a la destrucción del planeta y a las normas morales conservadoras.

**Emprender.** Iniciar algo, un trabajo, un proyecto o una actividad.

**Organicidad.** Efecto que se produce cuando un movimiento surge del otro.

**Retrospectiva.** Es un regreso al pasado. Una mirada retrospectiva es la que, al mirar hacia atrás, hace un recuento de los hechos pasados.

**Unidad orgánica.** Cuando una acción está ligada a la anterior, surge de ella.

## Bibliografía

- Cardona, Patricia, *Dramaturgia del bailarín, Anatomía del crítico*, México, Conaculta/INBA, Cenart, Biblioteca digital CENIDI-Danza, 2006.
- Crespo, Nora, *La danza, mirada en movimiento*, México, UAM/Conaculta-FONCA, 2003.
- Durán, Lin, *La humanización de la danza, Manual del coreógrafo, Danza. Caleidoscopio de la forma artística*, México, Conaculta/INBA/Cenart/CENIDI-Danza José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Flores Guerrero, Raúl, *La danza moderna mexicana 1953-1959*, México, INBA/CENIDI-Danza, Serie de Investigación y Documentación de las Artes. Segunda época, 1990.
- Flores, Óscar, *Cortes selectos*, México, INBA/CENIDI-Danza, Serie de Investigación y Documentación de las Artes. Segunda época, 1991.
- Guiraud, Pierre, *El lenguaje del cuerpo*, México, Fondo de Cultura Económica, 1994.
- Quiroz, M., Haydeé, *El carnaval en México. Abanico de culturas*. México, Conaculta/Dirección General de Culturas Populares e Indígenas, 2002.
- Ramos Smith, Maya, "Que esta canalla se abstenga de estos bailes: una mirada a las danzas populares del siglo XVI y XVII", en *Boletín del Archivo General de la Nación*, México, Archivo General de la Nación, 6ª época, núm. 8, abril-junio, 2005.
- , (directora), *Censura y teatro novohispano (1539-1822). Ensayos y antología de documentos*, México, Conaculta/INBA/Escenología, 1998.
- , *Teatro musical y danza en el México de la belle époque (1867-1910)*, México, UAM/Escenología, 1995.
- , *La danza en México durante la época colonial*, México, Conaculta/ Alianza Editorial, 1990.
- , y Patricia Cardona, Lang, (directoras), *La danza en México. Visiones de cinco siglos*. vol. I, Ensayos históricos y analíticos, México, INBA/CENIDI-Danza José Limón/Escenología, 2002.
- Rosales, Gustavo Emilio, *Intemperancia y situación de una atopía. Las actuales tendencias conceptuales y estéticas de la danza contemporánea mexicana*. México, Conaculta-FONCA, 2007.
- Toriz Proenza, Martha, *La fiesta prehispánica: un espectáculo teatral*, México, Conaculta/INBA/ Escenología, 2002.

**EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

# **DANZA 3**

## **Bloque 2**

**Preparación corporal y estructuración  
de secuencias de movimientos expresivos  
en el espacio parcial o total**



## Secuencia de aprendizaje **1**

---

# Preparación corporal y estructuración de secuencias de movimientos expresivos en el espacio parcial y total

### Propósito

---

Incorporar elementos de movimiento en sus propias creaciones dancísticas.

### Temas

---

1. Preparación corporal y estructuración de secuencias de movimientos expresivos en el espacio parcial y total.

1.1 Estructuración y ejecución de una preparación corporal propuesta por el alumno, como punto de partida para el desarrollo del movimiento.

1.2 Conciencia de la alineación del cuerpo en movimientos realizados por los alumnos.

1.3 Integración de la respiración como apoyo para la ejecución del movimiento, con fluidez y energía.

1.4 Estructuración de secuencias de movimientos expresivos que impliquen el uso del espacio parcial y total; así como el uso de la música propuesta por los alumnos.



## Contenido

### 1.1 Estructuración y ejecución de una preparación corporal propuesta por el alumno como punto de partida para el desarrollo del movimiento

A lo largo del curso de danza has desarrollado un conjunto de actividades de preparación corporal y calentamiento, en las que has aprendido los diferentes momentos que deben incluirse en esta fase de la clase, así como algunos ejemplos de ejercicios con los que puedes elaborar una secuencia que respete las necesidades y características de tu cuerpo. En este último curso aprenderás a estructurar secuencias de calentamiento, en las que consideres tanto las necesidades de tu cuerpo como los requerimientos del ejercicio a realizar.

Reúnete con algún compañero y lean el primer tema de la secuencia uno, del bloque dos de *Apuntes. Danza 1* y la secuencia uno, del bloque dos de *Apuntes. Danza 2*. Identifiquen los objetivos y las cuatro fases del calentamiento. Escribanlas:

---

---

---

Ahora estructuren sus propias secuencias para cada fase. Consideren que la duración total del calentamiento es mínimo de 15 y máximo de 25 minutos en una clase de dos horas. Esta duración puede reducirse a un mínimo 7 minutos y un máximo 15 minutos en una clase de una hora. Si tomamos la duración máxima de la clase, la primera fase del calentamiento puede tener una duración máxima de 4 minutos, la segunda de 12 minutos, la tercera de 4 minutos y la cuarta fase de 5 minutos. La última fase de la clase debe contemplar una serie de ejercicios aeróbicos.

Realicen los ejercicios de coordinación postural sugeridos. Luego realicen los de fortalecimiento de la postura. Analicen los elementos que los integran y los aspectos que deben cuidar al momento de ejecutarlos. Estructuren una secuencia con características similares, en la que incluyan un ejercicio de coordinación postural y otro de fortalecimiento. Busquen una música lenta para acompañarla. Regístrenla.

---

---

---

---

Ejecuten los ejercicios sugeridos para la segunda fase. Observen que el orden de la secuencia puede variar y en ocasiones comenzar con las posibilidades anatómicas (flexión, extensión, rotación) y en otras con las acciones relacionadas con el espacio (desplazamiento y dirección). Analicen las combinaciones propuestas y creen ustedes una secuencia. Sólo recuerden incluir flexiones y extensiones con todo el cuerpo y luego con las diferentes partes del cuerpo. Rotaciones de cabeza, torso y pies y círculos de brazos utilizando el plano lateral o el plano sagital. Pueden incrementar la dificultad de los movimientos si combinan varios elementos, por ejemplo, ejecuten una flexión de ambas rodillas al mismo tiempo que flexionan la cabeza al frente y levantan los brazos a los lados del cuerpo en el nivel medio y, al extender las rodillas, flexionen la cabeza hacia atrás y marquen un medio círculo de los brazos en el plano lateral (el

derecho en el sentido de las manecillas del reloj y el izquierdo en contra de las manecillas) cruzando un brazo por delante del otro hasta llevar las manos a la altura de los hombros.

Pueden combinar también los desplazamientos con flexiones y extensiones, o con círculos y medios círculos de brazos (los dos brazos al mismo tiempo, en el mismo sentido o en sentido diferente cada brazo, o bien primero un brazo y luego el otro), en el plano sagital y en el plano lateral, ejecutándolas al mismo tiempo que avanzan; o bien, haciendo primero los desplazamientos y luego las flexiones, extensiones y movimientos circulares.

Experimenten también con los planos y las áreas. Por ejemplo, pueden avanzar hacia el frente explorando con los brazos el plano puerta, el plano mesa y el plano sagital. O bien explorar las áreas de arriba alargando ambos brazos al máximo y luego hacerse chiquitos flexionando todo el cuerpo al máximo y recorrer toda el área de abajo con las manos. O limpiar un vidrio en el plano puerta, o el techo en el plano mesa con uno o los dos brazos al mismo tiempo, o bien limpiarlos de lado trazando espirales en el plano sagital y ejecutándolos en el sentido o en contra de las manecillas del reloj.

Estructuren su propia secuencia de ejercicios para la segunda fase. Busquen una música de velocidad media para acompañarla. Regístrenla.

---

---

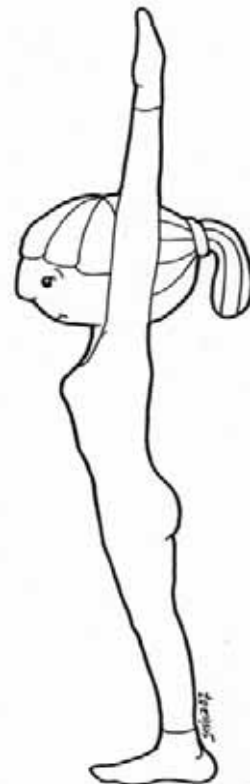
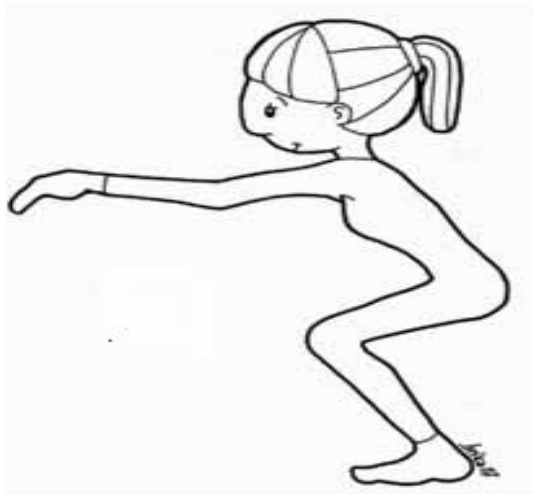
---

---

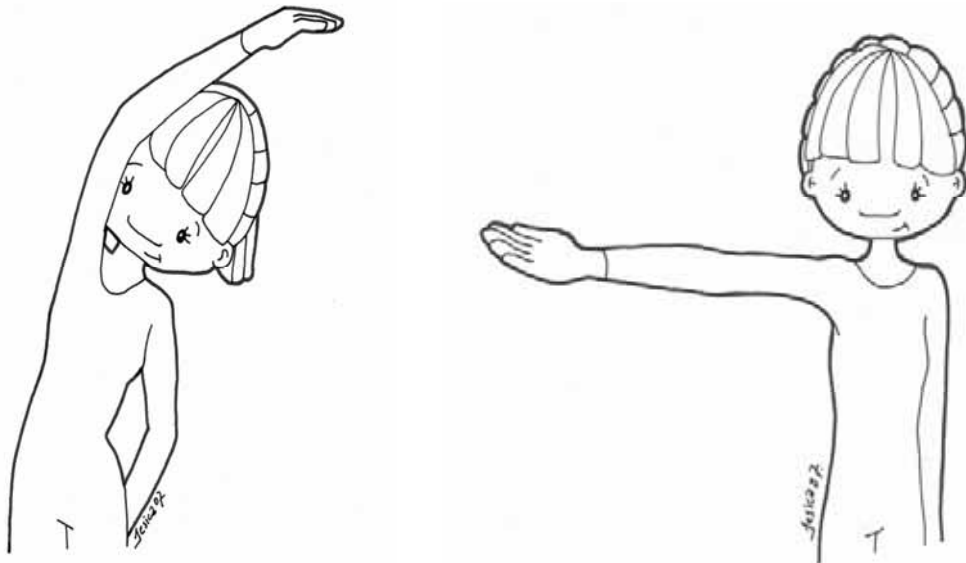
---

---

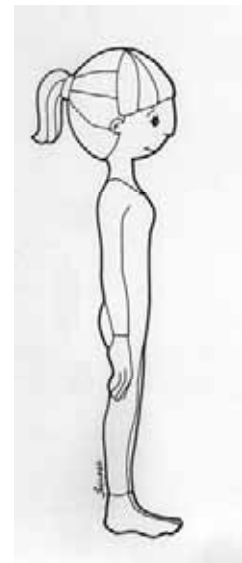
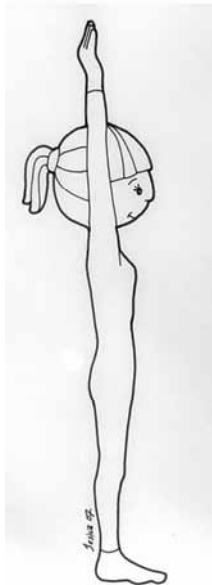
Ahora revisen los ejercicios de estiramiento. Observen que los ejercicios consideran alargamientos de la columna vertebral, alargamientos del torso y los brazos y alargamientos de las piernas. Pueden combinar los elementos de los estiramientos; por ejemplo, al primer estiramiento, pueden agregarle al final un alargamiento de brazos en su lugar nivel alto.



Al segundo estiramiento pueden agregarle flexiones de rodilla al momento que ejecutan la inclinación del torso y el estiramiento del brazo hacia el mismo lado. O bien pueden agregar un estiramiento hacia el otro lado, es decir, hacia el lado contrario del brazo que se encuentra relajado.



Al tercer estiramiento pueden agregarle, al final, para regresar los brazos al lugar, lo siguiente: dibujar un medio círculo (el brazo derecho en el sentido de las manecillas del reloj y el izquierdo en contra de las manecillas) con las puntas de los dedos hasta llegar a los lados nivel medio, y continuar el trazo circular pero ahora con las palmas hacia abajo y energía firme en brazos y manos como si presionaran algo hacia abajo.



Estructuren su propia secuencia de estiramientos. Busquen una música de velocidad lenta y ligada para acompañarla. Regístrenla.

---

---

---

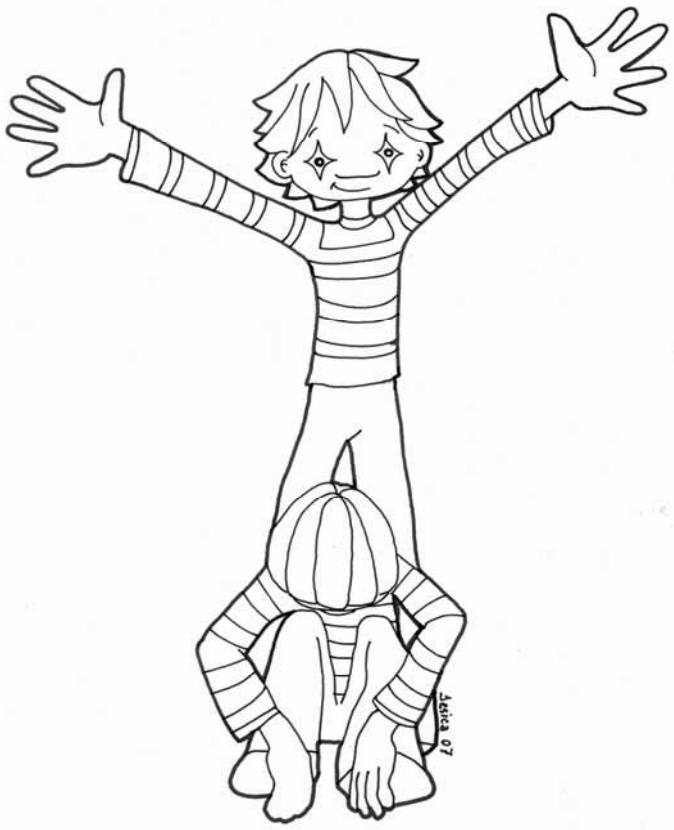
---

---

---

---

Ahora revisen y ejecuten los ejercicios propuestos para la cuarta fase, que incluyen: cambios de soporte, equilibrios, caídas y saltos. Observen que los saltos se ejecutan al final y deben realizarse de manera ininterrumpida para lograr un trabajo aeróbico. Analicen los elementos que integran los ejercicios para que creen su propia secuencia. Pueden pensar en una secuencia de movimientos que permita la ejecución de los soportes, equilibrios y caídas en un flujo continuo, como si rebotaran al llegar a un nuevo soporte, para equilibrarse y luego caer. De manera parecida a las famosas ejecuciones de caídas cómicas de Charles Chaplin o Marcel Marceau.



Incluyan una secuencia de saltos en que experimenten los cinco tipos de salto (de dos pies a dos pies, de uno al otro, de uno al mismo, de dos pies a uno y de uno a dos pies), pero también experimenten con las direcciones. Por ejemplo, ejecuten saltos sobre los dos pies abriendo y cerrando las piernas hacia los lados, hacia el frente, girando cuartos y medios giros. Cambiando de dos pies a uno alternando los pies, avanzando en distintas direcciones, utilizando flexiones o extensiones de piernas al momento en que se encuentran en el aire. Saltando a diferentes alturas o distancias. Se trata de una breve secuencia de 1 o 2 minutos en que salten como pelotas sin parar.

Estructuren la secuencia para la cuarta fase y regístrenla. Busquen una música rápida para acompañarla.

---

---

---

---

---

Al finalizar los saltos es importante incluir un ejercicio para recuperar el ritmo respiratorio normal. Pueden consultar el tercer tema de esta secuencia, en el que recordaremos algunos ejercicios.

Es importante que no olviden que uno de los objetivos del calentamiento es elevar la temperatura corporal, lo que se logra por la ejecución ininterrumpida de los movimientos y no por la velocidad en la ejecución, de manera que deben aprender la secuencia para ejecutarla de manera continua y fluida, pero dándole la velocidad adecuada de acuerdo con la fase del calentamiento.

Presenten las parejas ante sus compañeros, su secuencia de calentamiento. Expresen brevemente el modo en que estructuraron las secuencias. Reciban comentarios y opiniones para mejorar sus secuencias. A través de voto secreto y razonado, se elegirán las mejores secuencias de calentamiento que se utilizarán el resto del curso. Consideren que conviene repetir una secuencia al menos en cuatro clases, por lo que podrán elegir al menos ocho secuencias.

Para realizar el voto razonado, consideren los siguientes aspectos:

- Estructuración de las secuencias de acuerdo con los objetivos de cada fase.
- Riqueza de movimiento, sin que se pierda la calidad del movimiento.
- Coherencia y claridad de las secuencias.
- Música acorde con los objetivos y calidad de movimiento de las secuencias.
- Precisión rítmica y musical de las secuencias.

Reúnete con otra pareja y comenten su experiencia de estructuración del calentamiento; luego, individualmente, elabora un escrito en que reflexiones acerca de la importancia de incluir un calentamiento al inicio de toda clase de danza así como de su adecuada estructuración.

## **1.2 Conciencia de la alineación del cuerpo, en movimientos realizados por los alumnos**

Los ejercicios de los dos años anteriores te permitieron aprender el modo correcto de alinear tu cuerpo. En esta secuencia, aplicarás esos conocimientos para mejorar la conciencia en la ejecución de las secuencias de calentamiento elaboradas por ti y tus compañeros. Conviene entonces revisar brevemente los aprendizajes de años anteriores.

Reúnete con algún compañero y lean el primer tema de la secuencia uno, del bloque dos de *Apuntes. Danza 1*. Realicen los ejercicios de detección de áreas tensas. Elaboren una secuencia de movimiento en que puedan relajar las áreas tensas; recuerden que la respiración es un buen aliado si se utiliza la fase de exhalación para la relajación.

Colóquense uno frente al otro. Separen ligeramente las piernas, cuidando que estén debajo de los huesos de la cadera. Los dedos de los pies y las rodillas apuntando hacia el frente. Las caderas paralelas, con las dos crestas iliacas alineadas una en relación con la otra, y apuntando al frente. Los hombros alineados y relajados. Los brazos relajados cayendo a los lados del cuerpo y los pies completamente apoyados en el piso, distribuyendo el peso del cuerpo, de acuerdo con el esquema de abajo en que se dibuja un triángulo para la distribución del peso: apoyo en ambos lados del metatarso y un punto de apoyo atrás en el talón.



Recuerden elevar el torso, en especial el esternón, bajar los hombros aplicando una ligera tensión para encajar los omóplatos hacia el centro del cuerpo, alargar el recto abdominal, sujetar los glúteos compactando la cadera y alargar las rodillas. Utilicen la respiración para practicar la colocación.

Realicen uno al otro el chequeo visual de los ejes imaginarios horizontales, con los cuales pueden verificar la relación de las diferentes partes del cuerpo. Recuerden que el primer eje se traza de oído a oído, el segundo de clavícula a clavícula, el tercero de cresta iliaca a cresta iliaca, el cuarto de rodilla a rodilla y, el último, de maléolo a maléolo. En caso de que observen desalineación, ayuden a su compañero a colocar las partes del cuerpo en relación con estos ejes.

Practiquen los ejercicios de alineación en el siguiente orden: 1) plantas de los pies y tobillos; 2) rodillas; 3) pelvis; 4) columna vertebral; 5) hombros; 6) cuello y cabeza. Creen una secuencia de movimiento en que realicen los ejercicios de alineamiento de manera continua. Busquen una música lenta y suave para acompañarla.

Ahora realicen un ejercicio de aplicación de estos conocimientos en la ejecución de la secuencia de calentamiento. Reúnete con la pareja con quien creaste el calentamiento. Uno lo ejecutará mientras el otro observa escrupulosamente la ejecución. La tarea del observador es importantísima, pues anotará los momentos y ejercicios en que su compañero pierde conciencia de su alineación y coordinación postural correcta. Al finalizar la ejecución, el observador corregirá a su compañero, para lo cual le pedirá que realice lentamente el o los ejercicios en que cometió errores y lo ayudará a corregirlos, ya sea verbalmente o bien mediante el toque corporal. Repitan el ejercicio completo para verificar que han comprendido la corrección. El observador tome el lugar de observador y viceversa. Procuren utilizar la terminología que han aprendido, ésta sirve para lograr precisión y orientar nuestras sensaciones en el sentido de la mejora de nuestros hábitos posturales y de movimiento.

Para que la actividad sea compartida, la mitad del grupo puede realizar simultáneamente las secuencias de calentamiento. Mientras la otra mitad observa y sólo para las correcciones trabajen en parejas. Escojan alguna de las músicas para que sirva de acompañamiento a todos.

Ahora bien, como en los años anteriores, conviene que utilices un diario para registrar la mejora de tu postura corporal. Valora cómo te encuentras actualmente y cómo te sientes al ejecutar los ejercicios de alineamiento y calentamiento. Registra especialmente las correcciones que te hizo tu compañero, para que no las olvides e insistas en ellas en cada clase así como en las

sesiones extraclase de alineamiento. Continúa registrando tus avances durante todo el año para que, al finalizar el ciclo escolar, puedas hacer nuevamente un balance de tu estado corporal.

No olvides que los beneficios de los ejercicios de alineación los obtendrás si eres constante, por lo que te recordamos los realices en otros momentos; además de tu clase de danza, al menos dos veces por semana.

### **1.3 Integración de la respiración como apoyo para la ejecución del movimiento con fluidez y energía**

En los cursos anteriores experimentaste la respiración en cuatro etapas: inhalación, pausa, exhalación y pausa. La has utilizado para relajarte y dar fluidez a tus movimientos, o bien como apoyo o impulso para la realización de un movimiento. También has explorado algunas de sus posibilidades expresivas. Sin embargo, para que seas aún más consciente de la respiración correcta, es necesario que conozcas los tipos existentes y sus características.

Existen tres tipos de respiración: alta o clavicular, media o intercostal y baja o abdominal.

La más común es la primera, pero no la mejor. En este tipo de respiración sólo se mueven el pecho, las costillas, los hombros y las clavículas, por lo que únicamente trabaja la parte superior de los pulmones, de ahí que se absorba una mínima cantidad de aire. Este tipo de respiración demanda mucha energía, pero ofrece pocos beneficios. Se presenta cuando utilizamos ropa muy ajustada o fajas, o después de muchas horas de trabajo sentados, cuando nos inclinamos hacia adelante impidiendo la respiración profunda, o bien cuando en la actividad física intensa, estamos agitados. Debemos evitar que este tipo de respiración se vuelva cotidiana, pues conlleva un empobrecimiento de la vitalidad general, cansancio, fatiga, falta de atención y concentración.

Experimenta con la respiración alta o clavicular. Siéntate y respira rápido y sólo involucra la parte alta del torso. Observa cómo te sientes.

El segundo tipo es la respiración media o intercostal que incluye un poco de la respiración abdominal, llena de aire, en este caso, la parte superior y media de los pulmones. Con frecuencia la desarrollan las personas que trabajan de pie o caminando. Aunque mejoran los beneficios, aún no se logra llenar de oxígeno nuestro cuerpo. Cuando se vuelve un hábito puede provocar estrés y ansiedad, de ahí que se genere falta de atención y concentración. Luego de un intenso ejercicio, en ocasiones nos conformamos con lograr este tipo de respiración, con lo cual corremos el riesgo de que se vuelva un hábito.

Realiza la respiración media. Camina por todo el salón respirando al ritmo normal. No involucres el abdomen al inhalar o exhalar. Presta atención a tus sensaciones.

El mejor tipo de respiración es la baja o abdominal. Este modo de respirar nos ayuda a conseguir la máxima cantidad de aire, llenando por completo los pulmones con un mínimo esfuerzo. Debemos insistir en que nuestra respiración sea lenta, rítmica y continua, lo que nos ayudará a relajarnos y por consiguiente a disminuir las tensiones. Así, lograremos una mayor tranquilidad y concentración. En el caso de la danza, desarrollar el hábito de la respiración abdominal nos permitirá incrementar nuestro nivel de resistencia, ampliar nuestra capacidad aeróbica y evitar el cansancio excesivo.

Ahora bien, una respiración completa, correcta, considera tres fases que corresponden con los tres tipos de respiración: en la primera fase la respiración abdominal; en la segunda, la respiración intercostal y en la tercera, la clavicular.

Reúnete con una pareja y practiquen la respiración completa. Separen ligeramente las piernas, cuidando que estén exactamente debajo de los huesos de la cadera. Los dedos de los pies y las rodillas apuntando hacia el frente. Las caderas paralelas y completamente de frente. Los hombros alineados entre sí y apuntando al frente. Los brazos a los lados del cuerpo dejando que la fuerza de gravedad ejerza su función y con un breve hueco en la axila.

Inicien exhalando y expulsando todo el aire de los pulmones por la nariz, dejándolos completamente vacíos. Inhalen lenta y profundamente el máximo de aire que admitan sus pulmones. Exhalen todo el aire por la nariz con el mismo ritmo y velocidad que inhalaron. Repitan el ejercicio pero observen las tres fases de la respiración. Para verificar que lo hacen correctamente coloquen sus manos en el abdomen (a la altura del vientre).

Inhalen lenta y profundamente por la nariz y observen cómo cuando baja el diafragma, el abdomen se expande como un globo (nuestras manos subirán al tiempo que se expande el abdomen). Ésta es la primera fase o respiración abdominal.

En la segunda fase de la inhalación, separen las costillas inferiores y la parte central del tórax, para que el aire penetre la parte media de los pulmones. Ésta es la segunda fase o respiración intercostal.

Y en la tercera fase, el pecho se expande al máximo para absorber la mayor cantidad de aire posible; luego apliquen tensión en el abdomen (contráiganlo) para permitir que los pulmones se llenen por completo. Ésta es la tercera fase o respiración clavicular.

Inicien la exhalación lenta y relajadamente comenzando en el mismo orden que la inhalación: contraigan el abdomen, compacten las costillas presionándolas una hacia la otra, y relajen y bajen los hombros y las clavículas.

Observa que la respiración completa debe seguir un orden específico: baja, media y alta, sucediéndose una luego de la otra en un movimiento continuo de tres tiempos, sin interrupciones. Es importante que durante la inhalación y la exhalación sientas una sensación placentera de alivio y facilidad. Y que logres que tanto inhalación como exhalación sean lentas, profundas, relajadas y silenciosas. Una adecuada respiración ayuda a lograr una mayor flexibilidad del cuerpo, además de que tonifica los músculos.

Ahora que eres más consciente de la respiración correcta conviene que la integres a tus ejercicios de calentamiento. Puedes hacerlo enfatizando ciertos movimientos con la respiración, o coordinar algún ejercicio con las fases de esta respiración. Recuerda que la exhalación es el momento más oportuno para realizar un movimiento en el que se pretenda una mayor relajación o fluidez. También puedes aprovechar la exhalación para ejecutar un estiramiento, y cuando quieras dar un poquito más, ayúdate con un jadeo con el que expulses hasta la última partícula de aire.



## 1.4 Estructuración de secuencias de movimientos expresivos, que impliquen el uso del espacio parcial y total, así como el uso de la música propuesta por los alumnos

Repasemos brevemente lo que hemos aprendido hasta el momento, acerca de la creación de secuencias de movimiento.

Aprendimos las acciones básicas agrupadas en las siguientes categorías: posibilidades anatómicas: flexión, extensión y rotación; espacio: desplazamiento y dirección; y, gravedad: soporte, salto, equilibrio y caída. En oposición a la idea de acción, aprendimos la pausa activa, que corresponde a la aparente ausencia de movimiento, pues internamente continúa el movimiento de nuestra energía interna.

Reúnete en un equipo de tres personas. Elaboren una frase de movimiento, a partir de una sencilla frase escrita en que combinen algunas ideas que inviten al movimiento. Por ejemplo piensen en las siguientes ideas:

1) un oleaje; 2) una pelea; 3) una pelota; 4) un péndulo; 5) un susto; 6) un animal salvaje; 7) una noche oscura; 8) un volcán; 9) una carcajada; 10) un cohete.

O bien:

1) Un recuerdo; 2) un suspiro; 3) un encuentro; 4) un aroma; 5) una mariposa; 6) un rayo de sol; 7) una mirada; 8) una caricia 9) un arrebató; 10) una flor.

Jueguen con estas ideas o bien piensen en otras, pero recuerden que se trata de crear una idea corta que invite al movimiento, por ejemplo: una flor, una mirada, un suspiro, una mariposa que se escapa. Persigo un recuerdo: tu mirada, un aroma, una caricia, un arrebató. Un rayo de sol me acaricia: te recuerdo.

Creen la frase de movimiento eligiendo, entre las acciones estudiadas, la que mejor traduzca su idea. Denle un ritmo y repítanla hasta que logren fluidez en los movimientos.

Sigamos nuestro repaso con la dinámica. Recuerden que este concepto refiere las variaciones en el uso de la energía, que en principio son dos: peso y fuerza.

Por peso entendemos el uso de la energía para vencer o ceder a la fuerza de gravedad. Cuando cedemos a la gravedad experimentamos una energía **pesada o muy pesada**. En cambio si deseamos vencer la fuerza de gravedad y experimentar la sensación de ingravidez utilizamos una energía **leve o muy leve**.

La fuerza se refiere a la energía que utilizamos para mover los músculos. Cuando incrementamos ligeramente la fuerza muscular, utilizamos una energía **delicada**, pero si utilizamos al máximo nuestra fuerza la energía será **firme**. En cambio, cuando disminuimos la tensión muscular, la energía es **relajada** y si la soltamos por completo, quedamos **guangos**.

El incremento de la energía en un tiempo breve lo llamamos acento. Si el incremento de energía es mucho, ejecutaremos un **acento fuerte**, pero si el incremento es poco, es un **acento suave**. El acento al inicio de una acción es denominado **impulso**; ejecutado al final es llamado **impacto**.

Otro modo de usar la energía es el énfasis y el sin énfasis. Cuando hablamos podemos dar mayor o menor importancia a una frase o a una palabra; del mismo modo podemos dar mayor énfasis o quitar importancia a un movimiento o a un grupo de movimientos. Aunque en el caso del *énfasis* utilizamos también un mayor grado de energía, o un menor grado, no es igual acentuar que enfatizar un movimiento, no es igual *acento* que *énfasis*. ¿Puedes distinguir la diferencia? Mientras que en el acento el incremento de la energía se hace de modo súbito, en el énfasis el uso del mayor o menor grado de energía utiliza el tiempo necesario para dar o quitar la importancia a la acción.

Ahora utilicemos la dinámica en nuestros ejercicios. Reúnete con tu equipo y repitan tres veces una misma frase (de las creadas por ustedes arriba o bien una nueva). Denle a cada frase una dinámica y un tempo diferente. Por ejemplo, piensen en “persigo un recuerdo: tu mirada”. Pueden traducirlo con un desplazamiento en camino recto, un gesto con el brazo derecho apuntando hacia la dirección adelante, nivel alto y una pausa activa. Ejecuten la primera repetición con energía leve y velocidad rápida. La segunda repetición con energía relajada y velocidad media. La tercera repetición con energía pesada y velocidad lentísima.

Han creado un pequeño trozo de danza utilizando la estructura: tema y variaciones, a partir del uso de la dinámica.

En el aprendizaje de los elementos de la danza, hemos hecho especial hincapié en el conocimiento del espacio. Recordemos brevemente los conceptos aprendidos y luego profundizaremos aún más en esta disciplina de la danza que Rudolf Laban denominó *armonía espacial*.

Busca una pareja. Procuren tener a la mano la secuencia 2 del bloque 2 de *Apuntes. Danza 1*, la secuencia 1 del bloque 2 y la secuencia 2 del bloque 3 de *Apuntes. Danza 2*, por si necesitan ampliar la explicación de algún concepto o bien realizar alguna de las exploraciones ahí propuestas.

Nuestra *kinesfera* o espacio personal que nos rodea, define un modo de orientarnos en el mundo. Tenemos un adelante, un atrás, lados y diagonales, así como un arriba y un abajo.

Con la exploración de *la cruz dimensional* descubrieron vivencialmente que su cuerpo está construido por tres dimensiones (vertical, lateral y sagital).

También experimentamos los niveles, que coinciden con las direcciones que componen la dimensión vertical, de modo que encontramos: nivel alto, nivel medio y nivel bajo.

Los *planos*, que se crean al unir dos dimensiones, son tres: 1) *Plano vertical*, lateral o puerta que surge al unir los puntos de la dimensión vertical y la dimensión lateral. 2) *Plano horizontal* o plano mesa, que aparece al unir los puntos de la dimensión lateral y la dimensión sagital. 3) *Plano sagital* o plano rueda, que se construye al unir los puntos de la dimensión sagital y la dimensión vertical.

A diferencia de los planos, las áreas enmarcan los extremos de cada dimensión: lo que supone un despliegue de los planos en diferentes direcciones.

De igual forma experimentamos con las 27 direcciones que surgen al combinar las nueve direcciones básicas: 1) en su lugar, 2) adelante, 3) diagonal derecha adelante, 4) lado derecho,

5) diagonal derecha atrás, 6) atrás, 7) diagonal izquierda atrás, 8) lado izquierdo y 9) diagonal izquierda adelante, con los tres niveles (alto, medio, bajo). Las 27 direcciones son las siguientes:

<b>En su lugar</b>	<b>Adelante</b>	<b>Diagonal derecha adelante</b>
1) En su lugar nivel alto. 2) En su lugar nivel medio 3) En su lugar nivel bajo	4) Adelante nivel alto 5) Adelante nivel medio 6) Adelante nivel bajo	7) Diagonal derecha adelante nivel alto 8) Diagonal derecha adelante nivel medio 9) Diagonal derecha adelante nivel bajo.
<b>Lado derecho</b>	<b>Diagonal derecha atrás</b>	<b>Atrás</b>
10) Lado derecho nivel alto 11) Lado derecho nivel medio 12) Lado derecho nivel bajo	13) Diagonal derecha atrás nivel alto 14) Diagonal derecha atrás nivel medio 15) Diagonal derecha atrás nivel bajo	16) Atrás nivel alto 17) Atrás nivel medio 18) Atrás nivel bajo.
<b>Diagonal izquierda atrás</b>	<b>Lado izquierdo</b>	<b>Diagonal izquierda adelante</b>
19) Diagonal izquierda atrás nivel alto 20) Diagonal izquierda atrás nivel medio 21) Diagonal izquierda atrás nivel bajo	22) Lado izquierdo nivel alto 23) Lado izquierdo nivel medio 24) Lado izquierdo nivel bajo	25) Diagonal izquierda adelante nivel alto 26) Diagonal izquierda adelante nivel medio 27) diagonal izquierda adelante nivel bajo

A partir de estos conocimientos, en el segundo año iniciamos la exploración de las escalas creadas por Laban para experimentar la armonía espacial. Según este analista del movimiento “hay sucesiones o transiciones de un punto a otro del espacio que, según la estructura anatómica y la economía del esfuerzo, pueden sentirse más orgánicas y naturales si se siguen en un orden determinado” (Islas,2007:162). De ahí que propusiera un conjunto de secuencias espaciales establecidas, con las cuales nombrar y aprender algunos de los trayectos más expresivos y económicos en términos de energía, entre un punto y otro del espacio. Laban propuso muchas escalas de movimiento, pero aquí sólo exploraremos cuatro de ellas: la escala dimensional, la escala diagonal y las escalas transversales A y B.

La *escala dimensional* es conocida como la *escala estable*, pues su ejecución permite mantener el equilibrio con facilidad, de ahí que sea la primera en aprenderse. También se le conoce como la *escala de defensa*, porque sus seis posiciones ayudan a ser conscientes de proteger las seis áreas más vulnerables del cuerpo y la cabeza. La defensa se basa en la estructura anatómica y en la habilidad del cuerpo y las piernas para moverse con agilidad en esas zonas. En este caso es importante considerar si son diestros o zurdos, pues la mayor habilidad deberá desarrollarse en el lado “fuerte”. De ahí que, aunque insistimos en que ejecuten las escalas de ambos lados, es conveniente que el mayor número de repeticiones las realicen con su lado fuerte. La *escala de defensa* del cuerpo tiene la siguiente lógica:

Defensa para diestros	Defensa para zurdos
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Levanta el brazo derecho hacia arriba para proteger la cara.</li> <li>2. Baja el brazo derecho presionando hacia el piso para proteger el flanco derecho.</li> <li>3. Cruza el brazo derecho sobre el izquierdo para proteger la vena yugular en el lado izquierdo.</li> <li>4. Dirige el brazo derecho hacia la derecha para desviar el arma de un atacante lejos de la vena yugular en el lado derecho.</li> <li>5. Mueve el brazo derecho hacia atrás cruzándolo por enfrente del cuerpo. Así proteges tu flanco izquierdo del arma del atacante.</li> <li>6. El abdomen se protege con un movimiento hacia adelante para rechazar al atacante.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Levanta el brazo izquierdo hacia arriba para proteger la cara.</li> <li>2. Baja el brazo izquierdo hacia el piso para proteger el flanco izquierdo.</li> <li>3. Cruza el brazo izquierdo sobre el derecho para proteger la vena yugular en el lado derecho.</li> <li>4. Dirige el brazo izquierdo hacia la izquierda para desviar el arma de un atacante lejos de la vena yugular en el lado izquierdo.</li> <li>5. Mueve el brazo izquierdo hacia atrás cruzándolo por enfrente del cuerpo. Así proteges tu flanco derecho del arma del atacante.</li> <li>6. El abdomen se protege con un movimiento hacia adelante para rechazar al atacante.</li> </ol>

Ahora ejecuten con su pareja la escala dimensional, que corresponde con las direcciones de la cruz dimensional. Aunque conviene que logren una mayor habilidad en la ejecución de su lado fuerte, es importante que aprendan y practiquen con ambos lados, para lograr un equilibrio en el desarrollo de las habilidades. Observen que la escala tiene el siguiente orden de ejecución: arriba-abajo, derecha-izquierda (o bien izquierda-derecha), atrás-adelante.

### Escala dimensional lado derecho:

*Trayectoria 1.* De la posición inicial (piernas juntas), den un pequeño paso hacia adelante con el pie derecho sosteniendo todo el peso sobre el metatarso. Al mismo tiempo levanten el brazo derecho hasta llegar a la dirección en su lugar arriba. El brazo izquierdo deberá mantenerse al lado del cuerpo, pero haciendo una contra-tensión hacia abajo.



*Trayectoria 2.* Bajen el brazo al mismo tiempo que flexionan las rodillas, hasta llegar a la posición de cuclillas sobre los dos talones; mantengan el torso elevado. Durante el descenso presionen ambos brazos hacia abajo, ayudando con este esfuerzo a sostener el equilibrio.

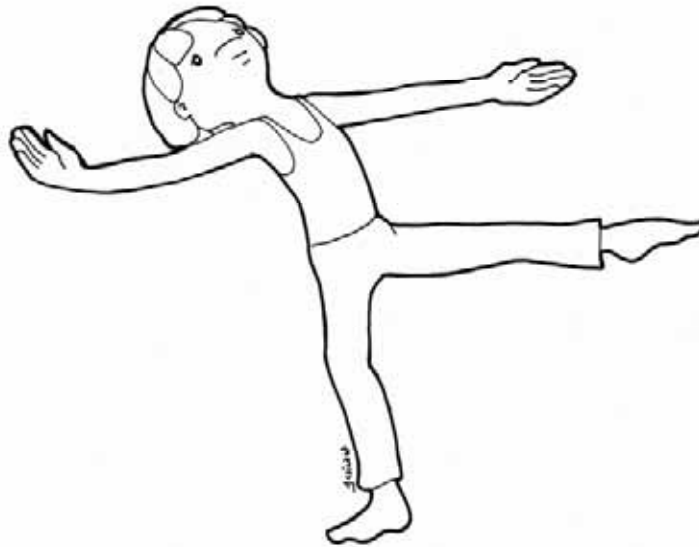


Repitan varias veces los pasos 1 y 2 hasta que los ejecuten con facilidad.

*Trayectoria 3.* Den un paso hacia la izquierda con el pie derecho rotado hacia fuera y cruzándolo por enfrente del izquierdo. Al mismo tiempo dirijan su brazo derecho hacia el lado izquierdo, cruzándolo por enfrente del cuerpo. Este movimiento debe guiarse por el dedo pulgar, a la vez que deslizan el dorso de la mano sobre su pecho. Deslicen el brazo izquierdo atrás de la espalda, doblándolo a la altura de la cintura. Mantengan el peso sobre la pierna derecha que estará flexionada con el tobillo girado hacia la derecha (hacia afuera) para mantener la cadera derecha hacia el frente. Mantengan lo más cerca posible ambas piernas y sientan la sensación de equilibrio sobre ellas.

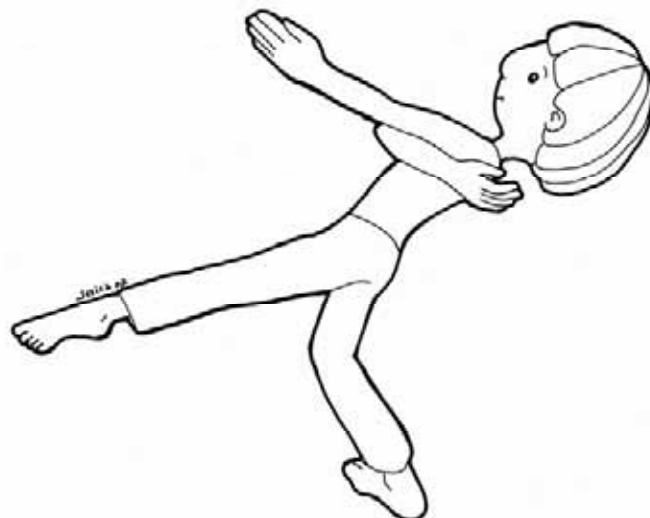


*Trayectoria 4.* Den un paso hacia la derecha con el pie derecho, dejando todo el peso sobre el pie que estará rotado hacia afuera. Al mismo tiempo lleven el brazo derecho hacia la derecha y extiendan el brazo izquierdo al lado izquierdo, a la vez que inclinan su torso hacia atrás y levantan la pierna izquierda para tener una sensación de contratensión entre la pierna, el torso y los brazos. Inclinen su torso y eleven su pierna para quedar tan horizontalmente como les sea posible.

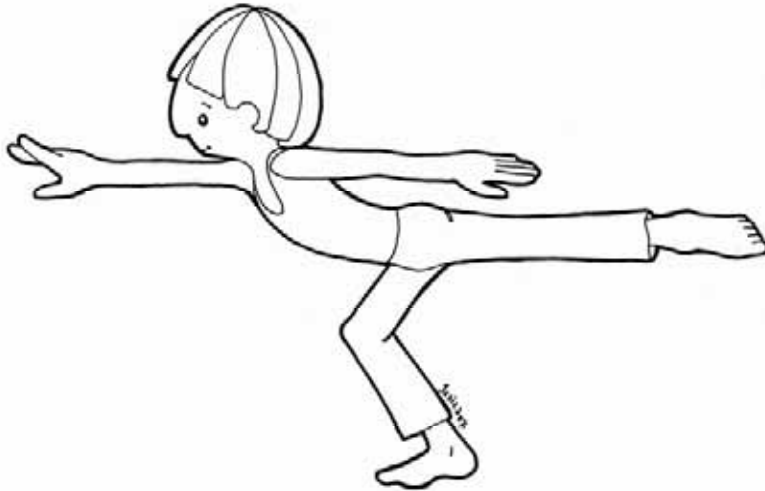


Repitan varias veces los pasos 3 y 4 hasta que los ejecuten con facilidad. Luego líguenlos con 1 y 2.

*Trayectoria 5.* Regresen con rapidez a la posición inicial y deslicen el pie derecho para dar un paso hacia atrás. Inclinen el torso también hacia atrás, al tiempo que cruzan el brazo derecho por delante del cuerpo y por debajo del izquierdo lo dirigen hacia atrás; extienden el izquierdo al frente y levantan la pierna izquierda al frente para hacer contratensión.



*Trayectoria 6.* Regresen a la posición inicial y den un paso al frente con el pie derecho, a la vez que extienden su brazo derecho al frente y el izquierdo atrás; inclinan el torso adelante hasta llegar a la horizontal y elevan la pierna izquierda atrás para lograr contratensión.



Repitan varias veces los pasos 5 y 6 hasta que los ejecuten con facilidad. Luego ligen la escala completa.

### **Escala dimensional lado izquierdo**

*Trayectoria 1.* De la posición inicial (piernas juntas), den un pequeño paso hacia adelante con el pie izquierdo sosteniendo todo el peso sobre el metatarso. Al mismo tiempo levanten el brazo izquierdo hasta llegar a la dirección en su lugar arriba. El brazo derecho deberá mantenerse al lado del cuerpo, pero haciendo una contratensión hacia abajo.

*Trayectoria 2.* Bajen el brazo al mismo tiempo que flexionan las rodillas hasta llegar a la posición de cuclillas sobre los dos talones; mantengan el torso elevado. Durante el descenso presionen ambos brazos hacia abajo, ayudando con este esfuerzo a sostener el equilibrio.

Repitan varias veces los pasos 1 y 2 hasta que los ejecuten con facilidad.

*Trayectoria 3.* Den un paso hacia la derecha con el pie izquierdo rotado hacia fuera y cruzándolo por enfrente del derecho. Al mismo tiempo dirijan su brazo izquierdo hacia el lado derecho, cruzándolo por enfrente del cuerpo. Este movimiento debe guiarse por el dedo pulgar, a la vez que deslizan el dorso de la mano sobre su pecho. Deslicen el brazo derecho atrás de la espalda, doblándolo a la altura de la cintura. Mantengan el peso sobre la pierna izquierda que estará flexionada con el tobillo girado hacia la izquierda (hacia afuera) para mantener la cadera izquierda hacia el frente. Mantengan lo más cerca posible ambas piernas y sientan la sensación de equilibrio sobre ellas,

*Trayectoria 4.* Den un paso hacia la izquierda con el pie izquierdo, dejando todo el peso sobre el pie que estará rotado hacia afuera. Al mismo tiempo lleven el brazo izquierdo hacia la izquierda y extiendan el brazo derecho al lado derecho, a la vez que inclinan su torso hacia atrás y levantan la pierna derecha para tener una sensación de contratension entre la pierna y el torso

y los brazos. Inclinen su torso y eleven su pierna para quedar tan horizontalmente como les sea posible.

Repitan varias veces los pasos 3 y 4 hasta que los ejecuten con facilidad. Luego líguenlos con 1 y 2.

*Trayectoria 5.* Regresen con rapidez a la posición inicial y deslicen el pie izquierdo para dar un paso hacia atrás. Inclinen el torso también hacia atrás, al tiempo que cruzan el brazo izquierdo por delante del cuerpo y por debajo del derecho, lo dirigen hacia atrás, extiendan el derecho al frente y levanten la pierna derecha al frente para hacer contratensión.

*Trayectoria 6.* Regresen a la posición inicial y den un paso al frente con el pie izquierdo, a la vez que extienden su brazo izquierdo al frente y el derecho atrás. Inclinen el torso adelante hasta llegar a la horizontal y eleven la pierna derecha atrás para lograr contratensión.

Repitan varias veces los pasos 5 y 6 hasta que los ejecuten con facilidad. Luego ligen la escala completa.

Una vez que dominen la secuencia y la realicen con fluidez, reúnanse con otras dos parejas y ejecútenla todos juntos. Busquen una música ligada y lenta para acompañarla, preferentemente en compás de 3/4.

Ahora aprendamos la *escala diagonal*. A diferencia de la escala dimensional que se mueve a través de las direcciones de la cruz dimensional y genera un efecto de estabilidad en el cuerpo, la escala diagonal no puede sostener ninguna posición debido a su fugacidad, pues para alcanzar cada uno de los puntos el cuerpo se desestabiliza. De ahí que la cualidad de la escala sea la inestabilidad. Esto vuelve complicado ejecutarla de forma lenta, sin embargo será necesario hacerlo para aprenderla. Al ejecutar esta escala se logra que el individuo se mueva en las tres dimensiones simultáneamente, por lo que habrá momentos en que se encuentre fuera de equilibrio, antes de que la gravedad lo jale y recupere la estabilidad.

Al igual que con la escala dimensional, describiremos el modo de ejecución de ambos lados, para que lo practiquen con la misma intensidad y haya un equilibrio en el desarrollo de las habilidades y la experiencia del espacio. Es útil imaginar que se encuentran en el centro de un cubo. Observen que la secuencia de movimiento tiene el siguiente orden, en el caso del lado derecho: 1) diagonal derecha adelante nivel alto, 2) diagonal izquierda atrás nivel bajo, 3) diagonal izquierda adelante nivel alto, 4) diagonal derecha atrás nivel bajo, 5) diagonal izquierda atrás nivel alto, 6) diagonal derecha adelante nivel bajo, 7) diagonal derecha atrás nivel alto, 8) diagonal izquierda adelante nivel bajo.

En el caso del lado izquierdo, el orden es el siguiente: 1) diagonal izquierda adelante nivel alto, 2) diagonal derecha atrás nivel bajo, 3) diagonal derecha adelante nivel alto, 4) diagonal izquierda atrás nivel bajo, 5) diagonal derecha atrás nivel alto, 6) diagonal izquierda adelante nivel bajo, 7) diagonal izquierda atrás nivel alto, 8) diagonal derecha adelante nivel bajo.



## Escala diagonal lado derecho

*Trayectoria 1.* De la posición inicial den un paso con el pie derecho hacia la diagonal derecha adelante e inmediatamente salten hacia la diagonal derecha adelante nivel alto, alargando el brazo derecho e inclinando el cuerpo hacia esa dirección. El brazo izquierdo y la pierna izquierda, ligeramente elevada y separada de la derecha, deben estar en contratensión con el lado derecho. El movimiento se realiza en sucesión. Regresen a la posición inicial.



*Trayectoria 2.* Den un paso corto hacia atrás sobre su pierna izquierda, enseguida pasen la pierna derecha detrás de la izquierda hacia la diagonal izquierda atrás y arrodíllense sobre ella, al tiempo que inclinan el torso con el brazo derecho cruzado por delante del pecho y los dirigen hacia la diagonal izquierda atrás nivel bajo. Para lograr el movimiento es necesario que además de inclinar el torso realicen un arco de la espalda dirigido hacia la izquierda. El brazo izquierdo hará la contratensión al extenderlo en dirección diagonal derecha. Regresen a la posición inicial.



Liguen los trayectos 1 y 2. Repítanlos varias veces hasta ejecutarlos con fluidez.

*Trayectoria 3.* Den un paso con pie derecho, cruzándolo por delante hacia la dirección diagonal izquierda adelante, enseguida salten, alarguen su brazo derecho hacia la diagonal derecha adelante nivel alto e inclinen el torso hacia esa dirección. Traten de mantener el frente hacia adelante, lo que exigirá una torsión. La pierna izquierda (con la rodilla flexionada) y el brazo izquierdo se dirigirán hacia el punto opuesto (diagonal derecha atrás nivel bajo). La rodilla izquierda debe estar lo suficientemente doblada como para que sea posible que miren el pie izquierdo por encima del hombro derecho. Regresen a la posición inicial.



Liguen los trayectos 1, 2 y 3. Repítanlos varias veces hasta ejecutarlos con fluidez.

*Trayectoria 4.* Den un paso con la pierna derecha hacia la diagonal derecha atrás nivel bajo; flexionen la rodilla y dejen todo el peso sobre ese pie. Al mismo tiempo, el brazo derecho se dirige hacia la misma dirección y apunta a la diagonal derecha atrás nivel bajo. Para hacer contratensión el brazo izquierdo y la pierna izquierda (ligeramente elevada) apuntan hacia la diagonal izquierda adelante nivel alto. Regresen a la posición inicial.



Liguen los trayectos 3 y 4. Repítanlos hasta ejecutarlos con fluidez. Enseguida ligen los trayectos 1 al 4. Y repítanlos hasta que su ejecución sea orgánica y fluida.

*Trayectoria 5.* Den un paso con el pie derecho hacia la diagonal izquierda atrás cruzándolo por detrás del izquierdo y salten hacia esa dirección. Al mismo tiempo, inclinen el cuerpo y alarguen su brazo cruzado por delante del cuerpo, dirigiendo ambos hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto. Para hacer contratensión, sosteniendo el cruce de piernas y brazos, dirijan el brazo y la pierna izquierda hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo. Traten de mantener siempre el torso hacia el frente. Regresen a la posición inicial.



Liguen los trayectos 4 y 5. Repítanlos varias veces hasta ejecutarlos con fluidez.

*Trayectoria 6.* Den un paso corto con el pie izquierdo para dar un pequeño salto sobre el derecho, dirigiéndose hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo; al caer flexionen la rodilla y dirijan su brazo derecho hacia esa dirección. Para hacer contratensión, su pierna y brazo izquierdos deben dirigirse hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto (el punto contrario de la misma diagonal). Regresen a la posición inicial.



Liguen los trayectos 4, 5 y 6. Repítanlos hasta ejecutarlos con fluidez.

*Trayectoria 7.* Den un paso corto con el pie izquierdo y enseguida salten sobre el pie derecho hacia la diagonal derecha atrás nivel alto, a la vez que alargan el brazo derecho hacia la misma dirección. Para hacer contratensión, el brazo y la pierna izquierdos deben apuntar hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo (el punto contrario de la misma diagonal). Regresen a la posición inicial.



*Trayectoria 8.* Diríjense hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo; den un pequeño salto sobre el pie derecho, a la vez que alargan el brazo derecho hacia el mismo punto. Para hacer contratensión dirijan el brazo y la pierna izquierdos, cruzados por detrás del cuerpo, hacia la diagonal derecha atrás nivel alto. Realicen la torsión necesaria para que puedan ver su pie izquierdo por encima del hombro derecho.



Liguen los trayectos 7 y 8. Repítanlos varias veces hasta ejecutarlos fluidamente. Enseguida ligen los trayectos 5 al 8 y repítanlos hasta que logren una ejecución orgánica y fluida. Finalmente ejecuten la escala diagonal completa.

### **Escala diagonal lado izquierdo**

*Trayectoria 1.* De la posición inicial den un paso con el pie izquierdo hacia la diagonal izquierda adelante e inmediatamente salten hacia la diagonal izquierda adelante nivel alto, alargando el brazo izquierdo e inclinando el cuerpo hacia esa dirección. El brazo derecho y la pierna derecha, ligeramente elevada y separada de la izquierda, deben estar en contratensión con el lado izquierdo. El movimiento se realiza en sucesión. Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 2.* Den un paso corto hacia atrás sobre su pierna derecha; enseguida pasen la pierna izquierda detrás de la derecha hacia la diagonal derecha atrás y arrodíllense sobre ella,

al tiempo que inclinan el torso y el brazo izquierdo cruzado por delante del pecho y los dirigen hacia la diagonal derecha atrás nivel bajo. Para lograr el movimiento, es necesario que además de inclinar el torso, realicen un arco de la espalda dirigido hacia la derecha. El brazo derecho hará la contratensión al extenderlo en dirección diagonal izquierda. Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 3.* Den un paso con pie izquierdo, cruzándolo por delante hacia la dirección diagonal derecha adelante; enseguida salten, alarguen su brazo izquierdo hacia la diagonal izquierda adelante nivel alto e inclinen el torso hacia esa dirección. Traten de mantener el frente hacia adelante, lo que exigirá una torsión. La pierna derecha (con la rodilla flexionada) y el brazo derecho se dirigirán hacia el punto opuesto (diagonal izquierda atrás nivel bajo). La rodilla derecha debe estar lo suficientemente doblada como para que sea posible que miren el pie derecho por encima del hombro izquierdo. Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 4.* Den un paso con la pierna izquierda hacia diagonal izquierda atrás nivel bajo, flexionen la rodilla y dejen todo el peso sobre ese pie. Al mismo tiempo, el brazo izquierdo se dirige hacia la misma dirección y apunta a la diagonal izquierda atrás nivel bajo. Para hacer contratensión el brazo derecho y la pierna derecha (ligeramente elevada) apuntan hacia la diagonal derecha adelante nivel alto. Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 5.* Den un paso con el pie izquierdo hacia la diagonal derecha atrás, cruzándolo por detrás del derecho y salten hacia esa dirección. Al mismo tiempo, inclinen el cuerpo y alarguen su brazo cruzado por delante del cuerpo, dirigiendo ambos hacia la diagonal derecha atrás nivel alto. Para hacer contratensión, sosteniendo el cruce de piernas y brazos, dirijan el brazo y la pierna derecha hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo. Traten de mantener siempre el torso hacia el frente. Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 6.* Den un paso corto con el pie derecho para dar un pequeño salto sobre el izquierdo dirigiéndose hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo; al caer flexionen la rodilla, y dirijan su brazo izquierdo hacia esa dirección. Para hacer contra tensión su pierna y brazo derechos deben dirigirse hacia la diagonal derecha atrás nivel alto (el punto contrario de la misma diagonal). Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 7.* Den un paso corto con el pie derecho y enseguida salten sobre el pie izquierdo hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto, a la vez que alargan el brazo izquierdo hacia la misma dirección. Para hacer contratensión, el brazo y la pierna derechos deben apuntar hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo (el punto contrario de la misma diagonal). Regresen a la posición inicial.

*Trayectoria 8.* Diríjase hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo, den un pequeño salto sobre el pie izquierdo, a la vez que alargan el brazo izquierdo hacia el mismo punto. Para hacer contratensión dirijan el brazo y la pierna derechos cruzados por detrás del cuerpo hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto. Realicen la torsión necesaria para que puedan ver su pie derecho por encima del hombro izquierdo.

Observen que al concluir cada trayectoria se regresa a la posición inicial, para recuperar el centro y respirar si es necesario. Ahora bien, para lograr la ejecución continua deben ligar el último movimiento de una diagonal con el primero de la siguiente, sin pasar por la posición inicial. Antes de intentar la ejecución continua, ligen los trayectos como arriba se sugiere.

Presten atención a los cambios de movimientos cerrados y abiertos. Por ejemplo, al moverse de la posición indicada en el punto 2 a la indicada en el 3, sus extremidades pasan de una posición cerrada a otra. En cambio de la posición del punto 4 a la del 5, pasan de una posición cerrada a una abierta. De la 6 a la 7 transitan de una posición abierta a una cerrada. Y de la posición 8 a la 1, cuando repitan la escala varias veces, pasan de una posición cerrada a una abierta.

## Escalas transversales

Prosigamos con las escalas transversales o escalas A y B. Estas escalas tienen una secuencia de recorrido sucesivo de un plano a otro, que va de un extremo del plano puerta a otro del plano rueda y luego al plano mesa; se regresa al plano puerta y así sucesivamente. Las secuencias proponen un recorrido por 12 puntos, parten de un punto preparatorio, pasan por 11 más y regresan al punto inicial. Estas escalas las exploraron en el segundo año, pero ahora las realizaremos con una mayor movilización del cuerpo.

Recuerden que se inicia en el punto direccional diagonal izquierda atrás nivel medio y se continúa la secuencia llegando a los siguientes puntos en el orden indicado: 1) Lateral derecha nivel alto, 2) Atrás nivel bajo, 3) Diagonal izquierda adelante nivel medio, 4) Lateral derecha nivel bajo, 5) Atrás nivel alto, 6) Diagonal derecha adelante nivel medio, 7) Lateral izquierda nivel bajo, 8) Adelante nivel alto, 9) Diagonal derecha atrás nivel medio, 10) Lateral izquierda nivel alto, 11) Adelante nivel bajo, 12) Diagonal izquierda atrás nivel medio.

### Escala A

*Preparación:* De la posición inicial, den un paso hacia la diagonal izquierda atrás con el pie derecho, cruzándolo por detrás de la pierna izquierda; dejen todo el peso sobre pierna derecha y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo, dirijan su brazo derecho, cruzado por debajo del brazo izquierdo, hacia la diagonal izquierda atrás nivel medio (en el plano mesa), inclinen el torso hacia atrás y hagan contratensión con la pierna izquierda extendida al frente y el brazo izquierdo dirigido hacia la diagonal derecha adelante nivel medio.





*Trayectoria 1.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia el lado derecho elevando ligeramente el talón, a la vez que dirigen el brazo derecho hacia el lado derecho nivel alto (en el plano puerta). Para hacer contratensión extiendan su brazo izquierdo y su pierna izquierda (fuera del piso) al lado izquierdo en el nivel bajo. Observen el movimiento abierto del torso en relación con el plano puerta.



*Trayectoria 2.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, muevan su brazo y pierna derechos hacia atrás nivel bajo (en el plano rueda); dejen todo el peso sobre la pierna derecha y flexionen la rodilla. Para hacer contratensión eleven su pierna izquierda hacia adelante y extiendan su brazo izquierdo también al frente.



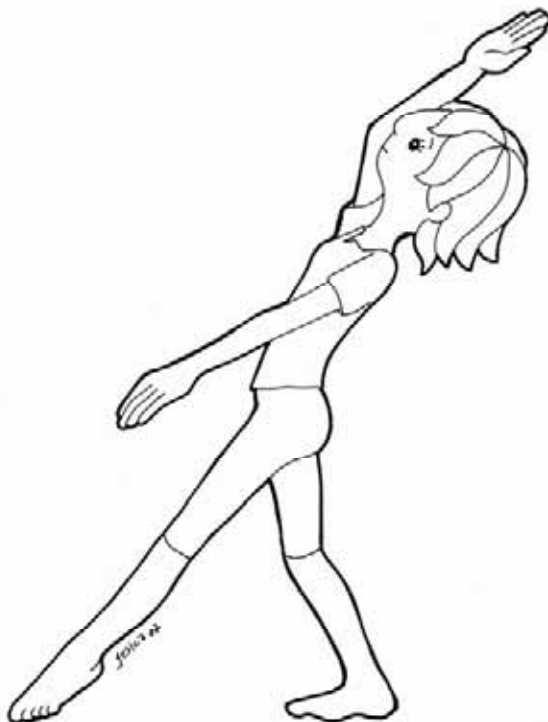
*Trayectoria 3.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, dirijan su brazo y pierna derechos, cruzándolos enfrente del lado izquierdo, hacia la diagonal izquierda adelante nivel medio (en el plano mesa). Procuren mantener sus caderas de frente. Lleven el cuerpo lo más que puedan hacia la horizontal (en el nivel medio), inclinando el torso hacia adelante y flexionando la rodilla derecha. Para hacer contratensión eleven la pierna izquierda con la rodilla ligeramente flexionada inclinándola hacia el lado derecho de modo que por encima del hombro derecho puedan ver el pie izquierdo.



*Trayectoria 4.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, muevan el brazo derecho hacia el lado derecho nivel bajo (en el plano puerta), inclinando el torso hacia la derecha a la vez que dan un paso con el pie derecho hacia la derecha también, flexionando la rodilla profundamente. Para hacer contratensión, extiendan la pierna izquierda al lado tocando el piso con el pie y el brazo izquierdo al lado izquierdo nivel alto, siguiendo la línea que se forma por la inclinación del torso.



*Trayectoria 5.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia atrás, a la vez que inclinan el torso hacia atrás y dirigen el brazo derecho hacia atrás nivel alto (plano rueda). Para hacer contratensión dirijan su pierna y brazo izquierdos hacia adelante nivel bajo.



*Trayectoria 6.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia la diagonal derecha adelante, dejando todo el peso sobre esa pierna y flexionando la rodilla; a la vez inclinen el torso al frente para llegar a una línea horizontal y dirijan el brazo derecho hacia la diagonal derecha adelante (plano mesa). Para hacer contratensión, eleven la pierna izquierda atrás y extiendan el brazo izquierdo también hacia atrás.



*Trayectoria 7.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, muevan el brazo y la pierna derechos hacia el lado izquierdo nivel bajo, cruzándolos enfrente del cuerpo y flexionen ligeramente la rodilla. Pasen el brazo derecho cerca del cuerpo para dirigir la mano hacia el lado izquierdo nivel bajo (plano puerta). Procuren mantener al frente las caderas y para hacer contratensión flexionen el brazo izquierdo por atrás de la cintura y flexionen la pierna izquierda también atrás.



*Trayectoria 8.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia adelante y extiendan el brazo derecho hacia adelante nivel alto (plano rueda). Para hacer contratensión extiendan el brazo y la pierna izquierdos hacia atrás nivel bajo.



*Trayectoria 9.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia la diagonal derecha atrás, dejando todo el peso sobre esa pierna y flexionando la rodilla, a la vez que extienden el brazo derecho hacia la diagonal derecha atrás nivel medio (plano mesa). Inclinen el torso hacia la diagonal atrás, lo más que puedan, para alcanzar una línea horizontal. Para hacer contratensión eleven la pierna izquierda y extiendan el brazo izquierdo hacia la diagonal izquierda adelante.



*Trayectoria 10.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, crucen la pierna derecha por enfrente de la izquierda y eleven ligeramente ambos talones, a la vez que elevan el brazo derecho hacia el lado izquierdo nivel alto (plano puerta) e inclinan el torso hacia la izquierda. Procuren mantener las caderas de frente.



*Trayectoria 11.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia el frente con el pie derecho, flexionado la rodilla, al tiempo que dirigen el brazo derecho hacia adelante nivel bajo (plano rueda) e inclinan el torso al frente. El brazo y la pierna izquierdos hacen contratensión, dirigiendo ambos hacia atrás.



*Trayectoria 12.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia la diagonal izquierda atrás con el pie derecho, cruzándolo por detrás de la pierna izquierda, a la vez que crucen el brazo derecho por debajo del izquierdo dirijanlo hacia la diagonal izquierda atrás (plano mesa), inclinen el torso hacia la diagonal, y para hacer contratensión extiendan la pierna izquierda y el brazo izquierdo hacia la diagonal derecha. Esta posición es la misma que la de preparación.



Ahora experimenten con la escala A del lado izquierdo, pero obténganla ustedes. Observen en las escalas dimensional y diagonal que el lado izquierdo se obtiene al invertir los lados y las diagonales, no así el adelante y el atrás, los que permanecen iguales. Para facilitarles el trabajo a continuación indicamos la secuencia que debe seguirse. La secuencia inicia en el punto diagonal derecha atrás nivel medio y se continúa en el siguiente orden: 1) lateral izquierda nivel alto, 2) atrás nivel bajo, 3) diagonal derecha adelante nivel medio, 4) lateral izquierda nivel bajo, 5) atrás nivel alto, 6) diagonal izquierda adelante nivel medio, 7) lateral derecha nivel bajo, 8) adelante nivel alto, 9) diagonal izquierda atrás nivel medio, 10) lateral derecha nivel alto, 11) adelante nivel bajo, 12) diagonal derecha atrás nivel medio. Recuerden que la secuencia debe ejecutarse con el brazo izquierdo y el pie izquierdo.

Recordemos ahora la escala B. Para ejecutar esta escala comiencen tocando el punto de dirección diagonal derecha adelante nivel medio, a modo de preparación, y luego continúen alcanzando con alguna extremidad los siguientes puntos en el orden que se indica: 1) lateral izquierda nivel alto, 2) adelante nivel bajo, 3) diagonal derecha atrás nivel medio, 4) lateral izquierda nivel bajo, 5) adelante nivel alto, 6) diagonal izquierda atrás nivel medio, 7) lateral derecha nivel bajo, 8) atrás nivel alto, 9) diagonal izquierda adelante nivel medio, 10) lateral derecha nivel alto, 11) atrás nivel bajo, 12) diagonal derecha adelante nivel medio.<sup>1</sup>

## Escala B

*Preparación:* De la posición inicial, den un paso hacia la diagonal derecha adelante, con el pie derecho; dejen todo el peso sobre la pierna derecha y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo, dirijan su brazo derecho hacia la diagonal derecha adelante nivel medio (en el plano mesa), inclinen el torso hacia adelante y hagan contratensión con la pierna y brazo izquierdos extendidos hacia la diagonal izquierda atrás.



*Trayectoria 1.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia el lado izquierdo cruzando la pierna derecha enfrente de la izquierda. Dejen el peso completamente sobre la pierna derecha y eleven ligeramente el talón. Al mismo tiempo crucen el brazo derecho enfrente del cuerpo y extiéndanlo hacia el lado

---

<sup>1</sup> Aquí estamos utilizando la secuencia propuesta por el método Leeder (véase Cámara e Islas, 2007: 141-176).



izquierdo nivel alto (en el plano puerta). Para hacer contratensión extiendan su brazo izquierdo cruzado por enfrente del cuerpo hacia la diagonal derecha adelante y eleven la pierna izquierda extendiéndola atrás. La pierna izquierda está ligeramente cruzada atrás de la derecha.



*Trayectoria 2.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia adelante, extiendan el brazo derecho hacia adelante nivel bajo (en el plano rueda); dejen todo el peso sobre la pierna derecha, flexionen la rodilla e inclinen el torso hacia el frente. Para hacer contratensión eleven su pierna izquierda y extiendan su brazo izquierdo hacia atrás.



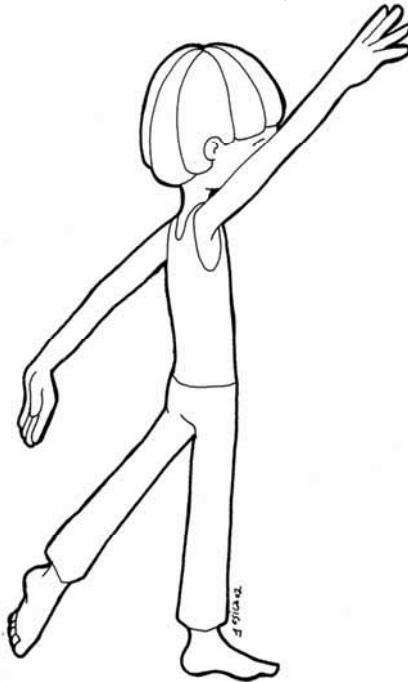
*Trayectoria 3.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia la diagonal derecha atrás, dejen todo el peso sobre esa pierna y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo, extiendan el brazo derecho hacia la diagonal derecha atrás nivel medio (en el plano mesa) e inclinen el torso hacia atrás procurando alcanzar la horizontal. Para hacer contratensión eleven la pierna izquierda y el brazo izquierdo, extiéndanlo hacia la diagonal izquierda adelante.



*Trayectoria 4.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia el lado izquierdo, cruzando el pie por delante del izquierdo y flexionen ambas rodillas. Al mismo tiempo crucen el brazo derecho por enfrente del torso y diríjanlo hacia el lado izquierdo nivel bajo (en el plano puerta). Para hacer contratensión, crucen el brazo izquierdo flexionado por detrás sobre la cintura.



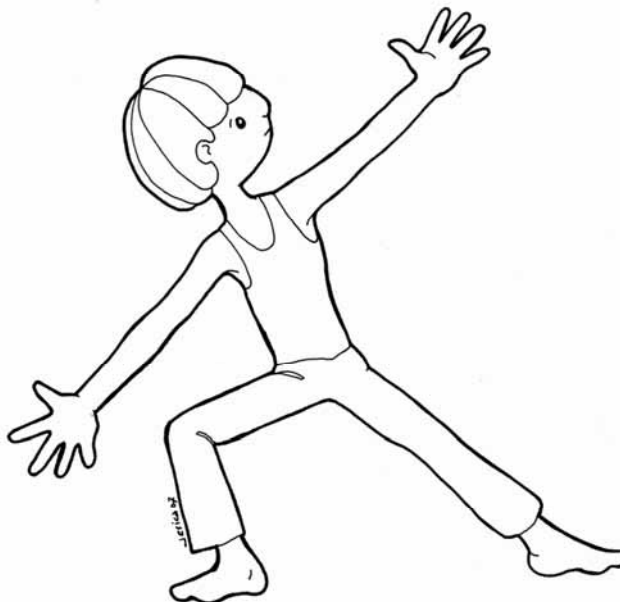
*Trayectoria 5.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia adelante, a la vez que dirigen el brazo derecho hacia adelante nivel alto (plano rueda). Para hacer contratensión dirijan su pierna y brazo izquierdos hacia atrás nivel bajo.



*Trayectoria 6.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia la diagonal izquierda atrás, cruzándolo por atrás de la pierna izquierda. Dejen todo el peso sobre esa pierna y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo muevan el brazo derecho a través del cuerpo, dirigiéndolo hacia la diagonal izquierda atrás (plano mesa). Para hacer contratensión, crucen el brazo y la pierna derechos y dirijanlos hacia la diagonal derecha adelante.



*Trayectoria 7.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia el lado derecho con una flexión profunda de rodilla. Dirijan el brazo derecho hacia el lado derecho nivel bajo (plano puerta). Para hacer contratensión extiendan el brazo izquierdo y la pierna al lado izquierdo.



*Trayectoria 8.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia atrás y extiendan el brazo derecho hacia atrás nivel alto (plano rueda). Para hacer contratensión extiendan el brazo y la pierna izquierda hacia adelante nivel bajo.



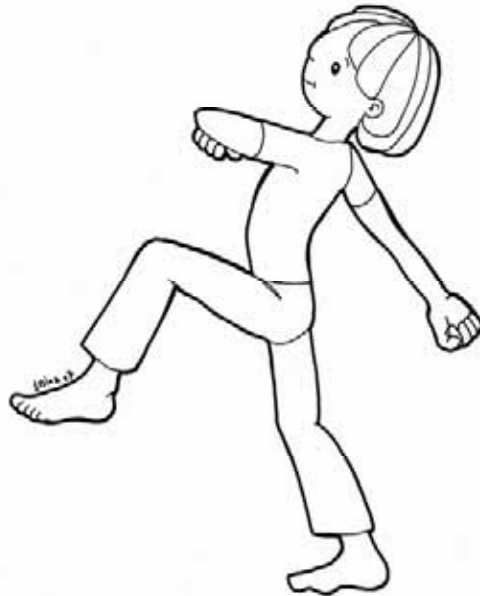
*Trayectoria 9.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia la diagonal izquierda adelante; dejen todo el peso sobre esa pierna y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo extiendan el brazo derecho hacia la diagonal izquierda adelante nivel medio (plano mesa). Inclinen el torso hacia adelante, lo más que puedan para alcanzar una línea horizontal. Para hacer contratensión extiendan el brazo izquierdo hacia atrás, eleven la pierna izquierda y flexionen la rodilla, de manera que por encima del hombro derecho puedan ver el pie izquierdo.



*Trayectoria 10.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso con el pie derecho hacia el lado derecho, dejen todo el peso sobre esa pierna y eleven ligeramente el talón. Al mismo tiempo eleven el brazo derecho hacia el lado derecho nivel alto (plano puerta). Para hacer contratensión extiendan el brazo y la pierna izquierda hacia el lado izquierdo nivel bajo.



*Trayectoria 11.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia atrás con el pie derecho, flexionado la rodilla, a la vez que dirigen el brazo derecho hacia atrás nivel bajo (plano rueda) e inclinan el torso hacia atrás. El brazo izquierdo extendido al frente y la pierna izquierda elevada al frente hacen contratensión.



*Trayectoria 12.* Recuperen la vertical y sostengan el peso sobre los dos pies. Enseguida, den un paso hacia la diagonal derecha adelante con el pie derecho; dejen todo el peso sobre la pierna derecha y flexionen la rodilla. Al mismo tiempo, dirijan su brazo derecho hacia la diagonal derecha adelante nivel medio (en el plano mesa), inclinen el torso hacia adelante y hagan contratensión con la pierna y brazo izquierdos, extendidos hacia la diagonal izquierda atrás. Ésta es la misma posición que la de preparación.



Ahora obtengan la escala B del lado izquierdo. La secuencia que debe seguirse inicia en el punto diagonal izquierda adelante nivel medio, a modo de preparación, y luego continúen alcanzando con alguna extremidad los siguientes puntos en el orden que se indica: 1) lateral derecha nivel alto, 2) adelante nivel bajo, 3) diagonal izquierda atrás nivel medio, 4) lateral derecha nivel bajo, 5) adelante nivel alto, 6) diagonal derecha atrás nivel medio, 7) lateral izquierda nivel bajo, 8) atrás nivel alto, 9) diagonal derecha adelante nivel medio, 10) lateral

izquierda nivel alto, 11) atrás nivel bajo, 12) diagonal izquierda adelante nivel medio.<sup>2</sup> Recuerden que la secuencia debe ser ejecutada con el brazo izquierdo y moviendo primero el pie izquierdo.

En parejas, colóquense frente a frente y uno realice la escala A del lado derecho y el otro la escala B del lado izquierdo. Luego repitan pero ejecuten la escala A del lado izquierdo y la escala B del lado derecho. Observen que se mueven como si fueran espejo. Cambien de lugar.

Por último revisemos la dinámofera, concepto que Rudolf Laban creó para indicar la relación de los movimientos que podemos realizar en nuestra kinesfera con el esfuerzo o calidades de movimiento (que combinan los factores de energía, espacio y tiempo).

Antes de iniciar, recuerda las exploraciones de los factores de movimiento estudiados en el bloque 3 secuencia 2 de *Apuntes. Danza 1*, en el que experimentamos con la combinación de los factores espacio, tiempo, energía, a lo cual denominamos *calidad de movimiento*.

Reúnete en un pequeño grupo de 3 o 4 compañeros. Lean y realicen algunas de las exploraciones propuestas en esa secuencia. Consideren la exploración primero del tiempo: *sostenido* o *súbito*. Luego revisen el factor espacio: *directo* o *indirecto*. Y finalmente experimenten con la energía (sólo consideren el uso del peso): *leve* o *pesado*. Creen una frase de movimiento y ejecútenla con alguna de las calidades de movimiento que surgen al combinar los tres factores. Luego repitan la frase, pero con la calidad contraria (la que modifica los tres factores). Por ejemplo, combinen una flexión, una extensión, una pausa activa y un desplazamiento. Ejecútenla con una calidad que combine directo, sostenido, pesado. Repítanla con la calidad contraria: indirecto, súbito, leve.

En la combinación anterior se modificaron los tres factores, pero podemos experimentar con los cambios: Ejecuten una vez más la frase con la calidad original. Repítanla cambiando sólo uno de los factores, por ejemplo: directo, sostenido, leve.

Experimenten ahora con el cambio de dos de los factores de movimiento. Ejecuten la frase original. Repítanla cambiando dos de los factores, por ejemplo: directo, súbito, leve. Explore con otras frases y calidades de movimiento. Realicen modificaciones de dos factores.

Explore algunas de las múltiples posibilidades de combinaciones con calidades de movimiento. Creen nuevamente alguna frase utilizando las acciones básicas y denle una calidad. Repítanla una vez cambiando sólo un factor. Ejecuten una vez más la frase original y al repetirla cambien dos factores. Ejecuten por tercera ocasión la frase original y finalmente repítanla cambiando los tres factores.

En el equipo comenten sus experiencias y elaboren un breve escrito acerca de las sensaciones y emociones que producen los cambios en las calidades de movimiento.

---

---

---

---

---

---

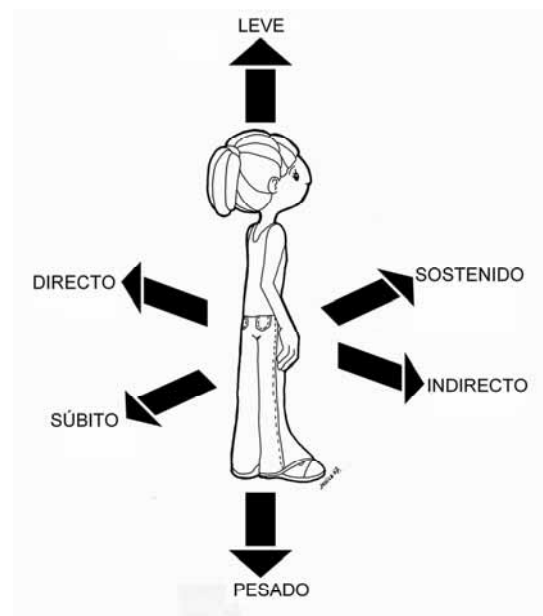
<sup>2</sup> Aquí estamos utilizando la secuencia propuesta por el método Leeder (véase Cámara e Islas, 2007: 141-176).

## Acciones de esfuerzo

El analista de movimiento Rudolf Laban, propuso nombrar las acciones cuya ejecución tiene afinidad con ciertas calidades de movimiento (a lo que denominó *acciones de esfuerzo*), es decir, que al ejecutarlas se combinan los tres factores básicos del movimiento (no incluyó el flujo) de la siguiente manera:

Espacio	Tiempo	Energía	Acción
directo	Sostenido	pesado	Presionar
indirecto	sostenido	leve	flotar
Directo	Súbito	pesado	Golpear
indirecto	súbito	leve	Sacudir
directo	sostenido	leve	Deslizar
indirecto	Sostenido	pesado	Exprimir
directo	Súbito	leve	dar toques ligeros
indirecto	Súbito	pesado	dar latigazos

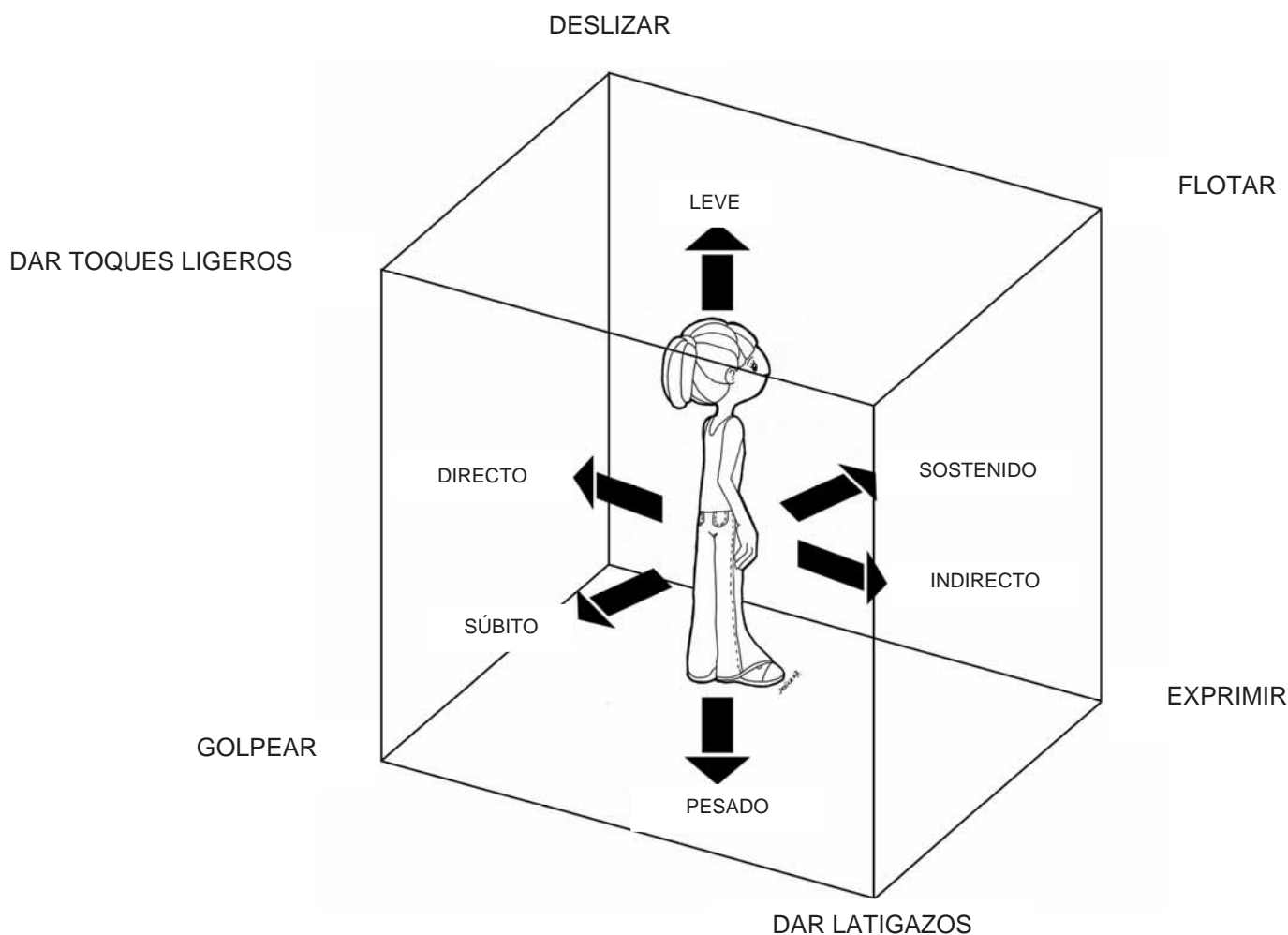
Laban pensaba que cada uno de los factores (espacio, tiempo y energía) puede asociarse con las tres dimensiones básicas de nuestra kinesfera, es decir, con la cruz dimensional. En el esquema de abajo se representa esta asociación. La dimensión vertical (arriba-abajo) está vinculada con el factor peso (leve-pesado): la liviandad, lo leve es más fácil experimentarlo arriba, en tanto que lo pesado abajo. La dimensión lateral (lado-lado) está relacionada con el factor espacio (directo-indirecto), pues según Laban nuestros movimientos hacia el lado derecho los ejecutamos con más libertad, pues el espacio es abierto, no limitado, de manera que permite su uso indirecto; en cambio en el lado izquierdo, debido a que el espacio está limitado, los movimientos exigen un uso directo del espacio. La dimensión sagital (adelante-atrás) está asociada con el factor tiempo (sostenido-súbito).



De este modo, Laban asocia acciones con una calidad determinada, con los ocho extremos de un cubo, como se indica en el esquema de abajo. Las acciones que utilizan energía leve se encuentran en el área de arriba (deslizar, flotar, dar toques ligeros y sacudir), las acciones que



utilizan energía pesada se encuentran en el área de abajo (presionar, exprimir, dar latigazos y golpear). Las acciones que utilizan espacio indirecto se encuentran en el área de la derecha (flotar, sacudir, exprimir y dar latigazos). Las acciones que utilizan espacio directo se encuentran en el área de la izquierda (deslizar, dar toques ligeros, presionar y golpear). Las acciones que utilizan tiempo sostenido se encuentran en el área del frente (deslizar, flotar, exprimir y presionar). Finalmente las acciones que utilizan tiempo súbito se encuentran en el área de atrás (dar toques ligeros, sacudir, golpear y dar latigazos).



Realicemos algunas exploraciones. Exploren primero las cuatro esquinas del cubo que corresponden con el área de levedad. Utilicen su brazo derecho y extiéndanlo hacia la diagonal derecha adelante nivel alto. Ejecútenlo con la calidad requerida: leve, indirecto, sostenido (*flotar*). Dirijan el mismo brazo hacia la diagonal derecha atrás nivel alto y cambien a la calidad: leve, indirecto, súbito (*sacudir*). Ahora muevan el mismo brazo cruzándolo por enfrente del cuerpo y diríjanlo hacia la diagonal izquierda adelante nivel alto, utilizando la calidad: leve, directo, sostenido (*deslizar*). Enseguida muévanlo hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto y modifiquen la calidad a: leve, directo, súbito (*dar toques ligeros*).

Ahora exploren las esquinas del área de abajo del cubo, que corresponden con el área pesada. Extiendan el brazo derecho hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo con la calidad:

pesado, indirecto, sostenido (*exprimir*). Muevan el mismo brazo hacia la diagonal derecha atrás nivel bajo, que requiere la calidad: pesado, indirecto, súbito (*dar latigazos*). Ahora, cruzando por enfrente del cuerpo, dirijan el brazo derecho hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo, usando la calidad: pesado, directo, sostenido (*presionar*). Luego muévanlo hacia la diagonal izquierda atrás nivel bajo y cambien de calidad a: pesado, directo, sostenido (*golpear*).

Realicen una exploración más y ejecuten las trayectorias de la escala diagonal, utilizando las calidades de movimiento afines sugeridas por Laban. Primero explórenlas sólo dirigiendo el brazo y luego incluyan el movimiento del cuerpo descrito en la escala. Experimenten ligando por separado la trayectoria 1-2, 2-3, 3-4, 4-5, 5-6, 6-7 y 7-8. Presten atención a los contrastes en la calidad del movimiento y los cambios en los factores (si se modifica uno, dos o los tres factores). Luego ejecútenla ligada.

*Trayectoria 1.* Dirijan el brazo derecho a la diagonal derecha adelante nivel alto con la calidad: leve, indirecta, sostenida (*flotar*).

*Trayectoria 2.* Muevan el brazo hacia la diagonal izquierda atrás nivel bajo, utilizando la calidad: pesado, directo, sostenido (*golpear*).

*Trayectoria 3.* Dirijan el brazo derecho hacia la diagonal izquierda adelante nivel alto y usen la calidad: leve, directo, sostenido (*deslizar*).

*Trayectoria 4.* Ahora extiendan el brazo hacia la diagonal derecha atrás nivel bajo. Háganlo con la calidad: pesado, indirecto, súbito (*dar latigazos*).

*Trayectoria 5.* Dirijan el brazo hacia la diagonal izquierda atrás nivel alto y cambien a la calidad: leve, directo, súbito (*dar toques ligeros*).

*Trayectoria 6.* Muevan el brazo hacia la diagonal derecha adelante nivel bajo, empleando la calidad: pesado, indirecto, sostenido (*exprimir*).

*Trayectoria 7.* Alarguen el brazo hacia la diagonal derecha atrás nivel alto, usando la calidad: leve, indirecto, súbito (*sacudir*).

*Trayectoria 8.* Dirijan el brazo hacia la diagonal izquierda adelante nivel bajo, modificando la calidad: pesado, directo, sostenido (*presionar*).

Ahora que conocen algunas escalas y el trabajo básico con la *dinamósfera*, inventen algunos ejercicios en que los combinen con el uso del espacio total, es decir, con el desplazamiento.

En pequeños grupos, creen una frase de danza en la que utilicen las cuatro formas de desplazamiento: camino recto, camino curvo, camino circular y camino sin rumbo y alguna de las combinaciones de la *dinamósfera*. Consideren alguna pausa activa en su frase. Piensen en alguna motivación para interpretarla. Repítanla hasta que la ejecuten con fluidez y organicidad.

Formen un sólo grupo. Uno de ustedes tomará el lugar de coreógrafo, elaborará una frase de movimiento e indicará al grupo hacia dónde moverse, combinando formas de desplazamiento con algunas combinaciones de la *dinamósfera*. Repítanla hasta que la ejecuten con fluidez y organicidad. Busquen alguna música para acompañarla o bien créenla, utilizando algunos instrumentos de percusión sencillos (maracas, triángulo, palo de lluvia, pandero, etcétera).

Tomen turnos hasta que todos hayan experimentado la dirección coreográfica con indicaciones de espacio personal y espacio total. Si el grupo es muy grande divídanse en dos o tres grupos.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>1.1 Estructuración y ejecución de una preparación corporal propuesta por el alumno como punto de partida para el desarrollo del movimiento.</p> <p>1.2 Conciencia de la alineación del cuerpo en movimientos realizados por los alumnos.</p> <p>1.3 Integración de la respiración como apoyo para la ejecución del movimiento con fluidez y energía.</p> <p>1.4 Estructuración de secuencias de movimientos expresivos, que impliquen el uso del espacio parcial y total, así como el uso de la música propuesta por los alumnos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en parejas. Lectura del material de <i>calentamiento de Apuntes. Danza 1,2</i>. Identificación de las cuatro fases. Práctica y análisis de los ejercicios propuestos. Estructuración de secuencias de calentamiento propias. Presentación ante los compañeros. Trabajo individual. Voto razonado de las secuencias presentadas. Escrito sobre la importancia del calentamiento.</li>   <li>▪ Trabajo en parejas y grupal. Ejercicios de relajación de áreas tensas. Chequeo visual de la alineación. Ejecución de los ejercicios de alineación. Ejecución, observación y corrección de los ejercicios de calentamiento. Registro en el diario del proceso de mejora de la postura y alineación.</li>   <li>▪ Trabajo con todo el grupo y en parejas. Calentamiento. Tipos de respiración. Práctica de los tipos de respiración. Análisis de los ejercicios de calentamiento e incorporación de la <i>respiración completa</i> a los mismos. Reflexión en torno a la importancia de la respiración completa.</li>   <li>▪ Trabajo en parejas, en equipos y todo el grupo. Calentamiento. Revisión de los conceptos aprendidos para la creación de secuencias de movimiento (acciones básicas y dinámica). Revisión de los conceptos de espacio parcial (kinesfera, cruz dimensional, niveles, planos, áreas y direcciones). Experimentación de las escalas: dimensional, diagonal y</li> </ul>

	<p>transversal. Comprensión del concepto de <i>dinamósfera</i>. Exploración de la escala diagonal con las afinidades de las calidades de movimiento. Creación de frases de movimiento en que utilicen los conocimientos adquiridos. Práctica de dirección coreográfica. Ejercicio final de enfriamiento.</p>
--	--

## Desarrollo de las actividades sugeridas

### 1.1 Estructuración y ejecución de una preparación corporal propuesta por el alumno, como punto de partida para el desarrollo del movimiento

Trabajo en parejas. Lectura del material de *calentamiento* de los cursos 1 y 2. Identificación de las cuatro fases. Práctica y análisis de los ejercicios propuestos. Estructuración de secuencias de calentamiento propias. Presentación ante los compañeros. Trabajo individual. Voto razonado de las secuencias presentadas. Escrito sobre la importancia del calentamiento.

1. En parejas, lean el material de calentamiento propuesto en el bloque 2 secuencia 1 de *Apuntes. Danza 1* y en el bloque 2 secuencia 1 *Apuntes. Danza 2*.
2. Identifiquen los objetivos y las cuatro fases del calentamiento. Escribanlas.
3. Practiquen los ejercicios propuestos para cada fase, analícenlos y describan los elementos que estructuran cada secuencia.
4. Elaboren una secuencia de ejercicios para cada fase y busquen la música con la velocidad e intensidad adecuada a las necesidades y objetivos de cada una.
5. Presenten la secuencia ante sus compañeros, expliquen brevemente el modo en que la realizaron y reciban sus comentarios para mejorarla.
6. Emitan un voto razonado acerca de ocho de las secuencias presentadas, las que se utilizarán una por mes hasta completar el ciclo escolar. Consideren para su voto los rubros que se sugieren en el texto.
7. Elaboren un escrito en el que reflexionen acerca de la importancia del calentamiento como fase inicial de toda clase de danza.

### 1.2 Conciencia de la alineación del cuerpo en movimientos realizados por los alumnos

Trabajo en parejas y grupal. Ejercicios de relajación de áreas tensas. Chequeo visual de la alineación. Ejecución de los ejercicios de alineación. Ejecución, observación y corrección de los ejercicios de calentamiento. Registro en el diario del proceso de mejora de la postura y alineación.

1. En parejas, lean el primer tema de la secuencia 1, bloque 2 de *Apuntes. Danza 1*. Realicen los ejercicios de detección de áreas tensas y creen una secuencia para la relajación.
2. Practiquen la colocación correcta. Realicen uno al otro el chequeo visual de los ejes imaginarios horizontales.
3. Practiquen los ejercicios de alienación en el orden sugerido.
4. Uno ejecute el calentamiento creado en la secuencia anterior, mientras el otro observa. Al finalizar dé las correcciones para mejorar la ejecución de los ejercicios. Tomen turnos.
5. Registren en su cuaderno sus avances en relación con la postura correcta y la alineación. Escriban las correcciones de su compañero para que puedan recordarlas y comparar más tarde su mejora.

NOTA. Pueden dividirse en dos grupos. La mitad del grupo hace el calentamiento y la otra mitad observa y realiza las correcciones.

### **1.3 Integración de la respiración como apoyo para la ejecución del movimiento con fluidez y energía**

**Trabajo de todo el grupo y en parejas. Calentamiento. Tipos de respiración. Práctica de los tipos de respiración. Análisis de los ejercicios de calentamiento e incorporación de la respiración completa a los mismos. Reflexión en torno a la importancia de la respiración completa.**

1. Todo el grupo inicie cada sesión de movimiento con un calentamiento para preparar los músculos y evitar lesiones o lastimaduras. Utilicen alguno de los calentamientos elegidos en el primer tema de esta secuencia.
2. Individualmente, lean las características de los tres tipos de respiración y practiquen las dos primeras. Registren las sensaciones que experimentan con cada una de ellas.
3. En parejas, practiquen la *respiración completa*. Realícenla primero al mismo tiempo y luego tomen turnos: mientras uno observa, el otro corrige. Repitan la respiración hasta que logren realizarla correctamente.
4. Revisen los ejercicios de calentamiento e integren la respiración completa a su ejecución. Analicen los ejercicios en que sea necesario utilizar la exhalación para relajar las tensiones o bien para lograr un estiramiento un poco más amplio.
5. Elaboren un escrito en el que reflexionen acerca de la importancia y necesidad de la respiración completa.

### **1.4 Estructuración de secuencias de movimientos expresivos que impliquen el uso del espacio parcial y total, así como el uso de la música propuesta por los alumnos**

**Trabajo en parejas, en pequeños grupos y todo el grupo. Calentamiento. Revisión de los conceptos aprendidos para la creación de secuencias de movimiento (acciones básicas y dinámica). Revisión de los conceptos de espacio parcial (kinesfera, cruz dimensional, niveles, planos, áreas y direcciones). Experimentación de las escalas: dimensional, diagonal y transversales. Comprensión del concepto de *dinamósfera*. Exploración de la escala diagonal con las afinidades de las calidades de movimiento. Creación de frases de movimiento en que utilicen los conocimientos adquiridos. Práctica de dirección coreográfica. Ejercicio final de enfriamiento.**

(Se sugiere emplear de dos a cuatro horas para completar la actividad. Es necesario considerar un tiempo mínimo de 15 minutos para el calentamiento y de 5 a 10 minutos de enfriamiento en cada sesión de dos horas).

1. Realicen el calentamiento en grupo. Utilicen el primer calentamiento elegido en el primer tema de esta secuencia. Para darle dinamismo pueden modificar la música aunque la secuencia sea la misma.
2. En parejas, revisen la creación de secuencias de movimiento en los bloques 2 y 3 de *Apuntes Danza 1,2*. Realicen las exploraciones que no hayan llevado a cabo el año anterior.
3. Comiencen creando una frase de movimiento en la que utilicen las acciones básicas (flexión, extensión, rotación, desplazamiento, dirección, cambio de soporte, salto, equilibrio y pequeñas caídas).
4. Revisen los conocimientos adquiridos sobre la dinámica del movimiento. Creen una frase de movimiento en que utilicen una dinámica, luego repítanla con otra dinámica. Creen un pequeño trozo de danza con la estructura: tema y variaciones, utilizando la dinámica para las variaciones. Busquen una música para acompañarla. Repítanla hasta que logren organicidad y fluidez en la ejecución. Preséntenla ante sus compañeros y escuchen sus opiniones para mejorarla.
5. Revisen en parejas los conocimientos adquiridos acerca del espacio parcial y total, en los dos años anteriores. Utilicen la secuencia 2 del bloque 2 de *Apuntes. Danza 1*, la secuencia 1 del bloque 2 y la secuencia 2 del bloque 3 de *Apuntes. Danza 2*. Revisen los conceptos básicos: kinesfera, cruz dimensional, niveles, planos, áreas y las 27 direcciones.
6. Experimenten la *escala dimensional* o *escala de defensa*. Háganlo del lado derecho y del lado izquierdo, pero recuerden que es importante desarrollar la mayor habilidad con el lado fuerte (derecho para los diestros, izquierdo para los zurdos).
7. Experimenten la *escala diagonal*. Háganlo del lado derecho y del lado izquierdo. Realícenla primero en segmentos de dos y tres trayectorias (1-2, 2-3, 1 a 3, 3-4, 4-5, 1 a 5, 5-6, 6-7, 5 a 7, 7-8). Luego líguenla.
8. Experimenten con las *escalas transversales A* y *B*. Cuando hayan logrado ligarlas, ejecútenlas en parejas a modo de espejo.
9. Recuerden las combinaciones de los tres factores del movimiento: espacio, tiempo y energía, e identifiquen las calidades que surgen de esas combinaciones. Realicen secuencias de movimiento en que ejecuten una misma secuencia de acciones básicas con calidades de movimiento en que varíen primero un factor, luego dos y finalmente los tres factores.
10. Experimenten con la *dinamósfera*. Primero exploren las acciones y calidades afines en las cuatro esquinas del área de levedad (área de arriba). Luego exploren las cuatro esquinas del área pesada (área de abajo). Enseguida experimenten con la escala diagonal y las afinidades en la calidad de movimiento.
11. En pequeños grupos, creen una frase de movimiento en que utilicen los conocimientos del espacio parcial, las escalas y la dinamósfera.
12. Practiquen la dirección coreográfica de un grupo y den indicaciones utilizando todos los conceptos aprendidos hasta el momento.
13. Realicen un ejercicio final de enfriamiento.

## Autoevaluación

Realiza las siguientes actividades:

1. Explica las fases que debe incluir el calentamiento y la música adecuada para cada una de ellas.
2. Corrige a un compañero durante la ejecución del calentamiento, utilizando la terminología aprendida.
3. Explica las fases de la respiración completa y la importancia y necesidad de su aprendizaje. Haz una demostración.
4. Crea una frase de movimiento en que utilices los conceptos aprendidos acerca del espacio parcial y total, las escalas y la dinámósfera.
5. Practica con el grupo la dirección coreográfica utilizando los conceptos de espacio parcial y total.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
<p>1.1 Estructuración y ejecución de una preparación corporal propuesta por el alumno, como punto de partida para el desarrollo del movimiento.</p> <p>1.2 Conciencia de la alineación del cuerpo en movimientos realizados por los alumnos.</p> <p>1.3 Integración de la respiración como apoyo para la ejecución del movimiento con fluidez y energía.</p> <p>1.4 Estructuración de secuencias de movimientos expresivos que impliquen el uso del espacio parcial y total, así como el uso de la música propuesta por los alumnos.</p>	<p>Esquemas anatómicos y del sistema muscular. Descripciones funcionales del sistema muscular.</p> <p>Libros de anatomía y kinesiología.</p> <p>Libro: <i>Autoconciencia por el movimiento</i> de Moshe Feldenkrais.</p> <p><i>Apuntes. Danza 1,2.</i></p> <p>Libro digital: <i>Desarrollo de la creatividad por medio del movimiento y la danza</i>, de Ferreiro y Lavalle.</p> <p>Programa: <i>El cuerpo y el espacio</i>. SEP, 2006.</p>	<p>Ayuda visual para aprender los términos anatómicos y kinesiológicos que se utilizan en la clase de danza.</p> <p>Para encontrar ejercicios de alineación y respiración.</p> <p>Revisar los conceptos y exploraciones en primero y segundo año.</p> <p>Enriquecer las exploraciones, profundizar en los conceptos relacionados con los espacios personal y total y buscar ideas para la</p>

	<p>Video: <i>Elementos de la danza</i>. SEP, México, 1998. Colección “Hagamos arte”.</p> <p>Libro: <i>Pensamiento y acción. El Método Leeder de la escuela alemana</i>, de Elizabeth Cámara e Hilda Islas.</p> <p>Libro: <i>Danza educativa moderna</i>, de Rudolf Laban.</p>	<p>creación de frases de movimiento.</p> <p>Para encontrar ejemplos y actividades de los elementos de la danza.</p> <p>Para profundizar en los conceptos de espacio personal.</p> <p>Para profundizar y encontrar ejercicios para espacio personal y acciones de esfuerzo.</p>
--	---	--

## Glosario

**Acciones de esfuerzo.** Acciones cuya ejecución tiene afinidad con ciertas calidades de movimiento (combinación de los factores de energía, espacio y tiempo).

**Aeróbico.** Término que refiere el uso de oxígeno en los procesos de generación de energía de los músculos. En particular se utiliza para referir el tipo de ejercicio en que se eleva la frecuencia cardíaca y el oxígeno generado se utiliza para “quemar” grasa y azúcar. Ejemplos: Ejercicio ininterrumpido por más de diez minutos, sea correr, saltar la reata, andar en bicicleta o patinar.

**Contratensión.** El cuerpo está diseñado para sostener dos fuerzas opuestas. La contratensión consiste en la posibilidad de ejercer esas dos fuerzas: arriba-abajo, derecha-izquierda, adelante-atrás. En los ejercicios propuestos, se relaciona un movimiento del lado derecho del cuerpo que va hacia una dirección, en tanto que el lado izquierdo del cuerpo se mueve hacia la dirección opuesta.

**Charles Chaplin.** Actor, director, escritor, productor y compositor británico, que se convirtió en la figura representativa del cine mudo. El personaje que le dio fama universal es un vagabundo ingenuo y sentimental, pero de maneras refinadas y con la dignidad de un caballero inglés. Se vestía con una estrecha chaqueta, pantalones anchos, zapatones, sombrero de bombín, bastón y un característico bigote corto. Su caminar oscilante con los pies abiertos y su comportamiento melancólico ante las injusticias de la sociedad moderna, lo volvieron un emblema de la lucha contra la enajenación humana.

**Cruz dimensional.** Se refiere a las tres dimensiones (vertical, lateral y sagital) con que está construido nuestro cuerpo.

**Dinámica.** Variaciones en los grados de energía que utilizamos al movernos y que nos permite matizarlos.



**Dinamósfera.** Concepto que indica la relación de los movimientos que podemos realizar en nuestra kinesfera con el esfuerzo o calidades de movimiento.

**Escalas de movimiento.** Secuencias espaciales establecidas que permiten nombrar y aprender algunos de los trayectos más expresivos y económicos en términos de energía entre un punto y otro del espacio.

**Labilidad.** Corresponde a la cualidad de lábil, es decir, poco estable. Laban lo utilizaba para indicar aquellos movimientos que producen la sensación de inestabilidad.

**Marcel Marceau.** Actor francés aclamado como el mejor mimo del mundo. Su fama se debió en gran medida a la creación del personaje “Bip”, cuya caracterización consistía en cara pintada de blanco, pantalones muy anchos, camisa marinera de rayas y una chistera (sombbrero alto) muy vieja y deformada de la que salía una flor roja.

## Bibliografía

- Castañer Balcells, Marta, *Expresión corporal y danza*, Barcelona, INDE, 2000.
- Cámara, Elizabeth e Hilda Islas, *Pensamiento y acción. El método Leeder de la escuela alemana*, México, Conaculta/INBA/Tecnológico de Monterrey, 2007.
- Feldenkrais, Moshe, *Autoconciencia por el movimiento. Ejercicios para el desarrollo personal*, Barcelona, Paidós, 1991.
- Ferez, José, “Apuntes del curso Alineación por articulaciones”, México, mimeo, 1982.
- Ferreiro, Alejandra y Josefina Lavalle, *Desarrollo de la creatividad por medio del movimiento y la danza. Paquetes didácticos*. México, Conaculta/INBA/CENIDI-Danza José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Laban, Rudolf, *Danza educativa moderna*, México, Paidós, 1989.
- Newlove, Jean y Jhon Dalby *Laban for all*, Nueva York, Routledge, 2004.
- Schınca, Marta, *Expresión corporal. Técnica y expresión del movimiento*. Barcelona, CissPraxis, 2002.
- , *Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*, Barcelona, CissPraxis, 2003.
- Zazueta Urías, Marco A. y Sonia Fernández Moliner, *Anatomía del movimiento*, México, Ediciones Danzaria Internacional, 1985.

## Secuencia de aprendizaje **2**

---

# Relación de la danza con otros lenguajes artísticos, con los ideales de belleza y con la promoción de la identidad cultural

### Propósitos

---

Reconocer el apoyo que brinda la utilización de otros lenguajes artísticos en manifestaciones dancísticas y valorar la importancia de la danza en producciones cuya finalidad no es bailar.  
Emitir juicios críticos frente al uso que proponen los medios de comunicación.  
Explicar el hecho dancístico como uno de los medios de expresión de las culturas.

### Temas

---

2. Relación de la danza con otros lenguajes artísticos, con los ideales de belleza y con la promoción de la identidad cultural.

2.1 Reconocimiento de otros lenguajes del arte en las manifestaciones dancísticas (teatro, literatura, artes visuales, música), analizando la relación que los elementos estéticos guardan entre sí para conformar un todo.

2.2 Reconocimiento de la danza en el interior de otras manifestaciones artísticas, como ópera, cine, obras musicales, etcétera, que se presenten en la escuela y en la comunidad, a través de la proyección de un material en video o televisión.

2.3 Análisis crítico sobre el concepto de belleza corporal que ofrecen los medios de comunicación.

2.4 Reflexión en grupo en torno a la necesidad de recuperar el sentido de la identidad cultural a través de la danza.

### Contenido

---

#### **2.1 Reconocimiento de otros lenguajes del arte en las manifestaciones dancísticas (teatro, literatura, artes visuales, música), analizando la relación que los elementos estéticos guardan entre sí para conformar un todo**

Cuando revisamos los géneros de danza en el mundo, planteamos que la danza escénica, particularmente la moderna, buscó durante mucho tiempo su independencia de las otras artes, para lograr reconocimiento como un arte autónomo, es decir, sin apoyo ni dependencia de otras

artes para desarrollar su lenguaje. La danza ha logrado crear un cuerpo de conocimientos propios que le permite, si así lo desean los creadores, generar un espectáculo en el cual esta disciplina es la única protagonista.

Sin embargo, esta aspiración de los “modernos” con frecuencia ha sido rebasada y los creadores han experimentado continuamente no sólo con el lenguaje del movimiento, sino que han incorporado las aportaciones de otras artes: música, artes plásticas, teatro, literatura, incluso el cine y el video, a sus creaciones.



Foto: Christa Cowrie, “Grupo La La La Human Steps”, en *La vida de la escena: la escena de la vida*.  
*Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

¿Cuáles son las razones por las que los creadores integran otros lenguajes artísticos a sus producciones? Averígüenlo, solicitando a algún artista, ya sea de su comunidad, o bien que contacten a través de Internet, que responda un cuestionario breve. (Por supuesto, antes de contactarlo revisen si en sus obras busca tal integración), ya sea porque lo hayan visto o leído sobre él en algún periódico).

Elaboren las preguntas del cuestionario, considerando los siguientes aspectos:

1. Criterios para la selección musical de una obra. Preferencias por algún tipo de música y razones de ello. Forma de integrar la música a la obra. Por ejemplo: ¿escogen la música y la utilizan como fuente de inspiración para crear los movimientos, o primero crean los movimientos y luego buscan la música que se adapta a su creación; o bien, crean los movimientos, seleccionan la música y luego modifican lo necesario para integrar música y danza?

2. Criterios para la incorporación de las artes visuales (fotografías, escenografía, utilería, iluminación, vestuario). Forma en que integra los elementos visuales a la obra. Modificaciones que produce la incorporación de los elementos visuales en el movimiento o en la coreografía.
3. Criterios para la incorporación de la actuación o de la voz a la obra. Forma en que las integra o bien modificaciones que produce su empleo.
4. Uso de la narración como fuente de inspiración, para la construcción del guión o como medio para creación de los personajes.
5. Criterios para la incorporación o no de otros lenguajes artísticos. Relaciones que guardan entre sí los lenguajes para la creación del sentido de una obra.

Organicen los resultados de su entrevista y elaboren un breve texto en el que expongan las razones y motivaciones de ese creador, para incorporar otros lenguajes a la producción de la obra dancística. Ilustren su escrito y preséntenlo ante el grupo.

Todo el grupo reunido, discuta los resultados de la entrevista y elaboren una nota periodística en la que planteen por qué los creadores han vuelto a mirar a los otros lenguajes artísticos, ya sea como apoyo en la creación de sentido de la obra o como fuente de inspiración.

Ahora analiza tus propias obras y reflexiona acerca de las aportaciones de los otros lenguajes en la creación de su obra. Reúnete en un equipo con tres o cuatro compañeros (de preferencia con quienes previamente hayas elaborado algún trabajo creativo). Pidan a su maestro, a algún familiar o compañero el registro de video de las escenificaciones de primero y segundo años de danza. Si no tienen registros en video, busquen en la biblioteca de la escuela la bitácora de sus escenificaciones de primero o segundo año de danza. O bien revisen en el bloque 5 de *Apuntes. Danza 1 y 2* sus anotaciones acerca del trabajo creativo del grupo.

Reflexionen acerca de las aportaciones de la música, las artes plásticas, el teatro y la literatura en la creación de la obra presentada. Registren dichas aportaciones. Consideren las interrelaciones que se produjeron entre los lenguajes artísticos. A partir de sus reflexiones, elaboren un ensayo acerca de las interrelaciones entre los lenguajes artísticos.

## **2.2 Reconocimiento de la danza en el interior de otras manifestaciones artísticas. Ejemplo: ópera, cine, obras musicales, etcétera, que se presenten en la escuela y en la comunidad, a través de la proyección de un material en video o televisión**

En sus inicios, la danza escénica estuvo estrechamente vinculada con otras artes: entre ellas se influían y retroalimentaban. El espectáculo escénico del Renacimiento, concebido como una fiesta total, brindaba un abanico de diversiones que abarcaba desde el gusto más refinado hasta lo más popular, pues daba cabida tanto a ópera, ballet, entremeses, canciones y bailes populares (Ramos, 2002:340).

También en la Comedia del Arte, uno de los primeros espectáculos de artes escénicas, encontramos al teatro, la música y la danza ligados a través de la acción dramática, pues los actores en sus improvisaciones empleaban por igual la actuación, el lenguaje corporal (pantomima y gestos) y la música.

Otro ejemplo de la interrelación entre las artes lo tenemos en el teatro musical practicado por las cortes europeas, que combina música, teatro y danza. El apogeo de este tipo de teatro se produjo durante el siglo de oro español y dio lugar a la tradicional *zarzuela*. La *zarzuela* es un género lírico-dramático que alterna escenas habladas, otras cantadas y algunos momentos para el baile. Entre los primeros escritores que ayudaron en el desarrollo de este género se encuentran Lope de Vega y Calderón de la Barca con obras como *La selva sin amor* y el *Golfo de las sirenas*, respectivamente. El interés y gusto por la zarzuela, si bien tuvo altibajos, en el siglo XIX logró una época de esplendor con músicos como Francisco Barbieri y Emilio Arrieta, quienes crearon, entre otras, las obras *Pan y Toros* y *Marina*. El gusto por la zarzuela ha sobrevivido hasta el siglo XX, particularmente en Madrid y Cataluña. Desde los años setenta, los jóvenes se han interesado más en los géneros líricos, lo que benefició a la zarzuela con un incremento de espectadores.

El género de teatro musical, cuyos antecedentes provienen de la época de Shakespeare, ha logrado un gran arraigo en países anglosajones, donde son particularmente famosas las comedias musicales que se presentan en Londres y Nueva York, entre las que destacan obras como *Vaselina*, *Rent*, *Los miserables*, *Mamma Mia*, *Chicago* y *Los productores*. En el teatro musical han sobresalido compositores como Andrew Lloyd Webber, quien ha compuesto 18 obras, algunas de las cuales han logrado una gran fama como *Cats*, *El fantasma de la ópera*, *Jesucristo superestrella* y *Evita*.

La ópera es un espectáculo escénico que nació de la interrelación entre las artes, particularmente del teatro y la música, pues se trata de un drama cantado con acompañamiento instrumental. El montaje utiliza los elementos clásicos del teatro: actuación, vestuario y escenografía, pero los diálogos en lugar de ser hablados son cantados. Los cantantes son acompañados por algún grupo de música, que con frecuencia es la orquesta sinfónica completa.

La palabra ópera en latín es el plural de *opus*: "obra", término que podría aplicarse a cualquiera de las creaciones artísticas. Sin embargo, con el tiempo se ha restringido al arte que combina el canto coral, la declamación y el baile fusionados en un espectáculo en escena.

La ópera nació en el medio del diletantismo y refinamiento de la *camerata fiorentina*, que se había propuesto reconstruir la pluralidad artística de la tragedia griega. Muchos estudiosos señalan a *Dafne* y *Eurídice*, melodramas cantados creados gracias al talento y audacia de Jacopo Peri, como las obras precursoras de la ópera. Sin embargo, insisten en que habrá que esperar al genio de Claudio Monteverdi y al estreno de su *Favula d'Orfeo* en 1607 para declarar el nacimiento de este género escénico-musical.



Foto: Elisabeth Speidel, Ursula Boese en *Orfeo*, 1950. Fototeca CENIDI-Danza José Limón

En la ópera tradicional hay dos modalidades de canto: el recitativo o declamación y el aria. Esta última referida a composiciones para solistas. La ópera generalmente se canta en italiano, aunque debido la fuerza de los compositores alemanes, entre los que destaca Wagner, existen varias óperas en alemán.

Otro ejemplo muy diferente porque pertenece a los movimientos contraculturales (llamados así por su oposición a la cultura dominante), pero en el que podemos observar claramente la integración de los diferentes lenguajes, es el movimiento *Hip Hop*. Este movimiento surgió en los años setenta en las comunidades hispanoamericanas y afroamericanas en los barrios neoyorkinos del Bronx, Queens y Brooklyn. El término *Hip Hop* alude, por un lado, a la forma de hablar propia de los negros americanos (Hip) y, por otro, a bailar (Hop). Sin embargo, el *Hip Hop* incorpora cuatro aspectos bien definidos: el *break dance* (baile), el graffiti (pintar), el Dj (mezclar música) y el Mcing (rapear).

La unión del Mc (maestro de ceremonias) y el Dj (mezclador de música, quien aísla en la música la percusión y la extiende a toda la melodía logrando que la música sea másailable) conforman el estilo musical del *Hip Hop*: el *Rap*. Con frecuencia el Mc recita los *beats* o textos improvisados que siguen e imitan el sonido de las percusiones, de donde surge el *Beatboxing* o técnica de imitar los sonidos de la percusión con la voz y de recitar improvisaciones ingeniosas. En los descansos o *breaks* de la música es cuando solía bailarse, de ahí el término de *break dance*. Los bailarines de *break dance* son conocidos internacionalmente como *B-Boys* y en la

Ciudad de México se les puede ver bailar en el Zócalo, Azcapotzalco, Santa Fe y Cuajimalpa y en Ciudad Nezahualcoyotl. El graffiti es una forma de pintura de protesta desde los años setenta; sin embargo, ha logrado integrarse en la cultura *Hip Hop* al decorar las paredes con los nombres de los grupos de *break dance* y pintar las zonas donde se organizan las fiestas callejeras características de este movimiento. En la actualidad el *Hip Hop* se ha diversificado y generado otros estilos, por ejemplo, el *Southern rap* que es una mezcla del *dancehall* jamaicano con los ritmos del R&B (*rhythm y blues*), disco (género musical derivado del pop) y *funk* (una evolución del *soul* y del *jazz*).

Reúnete con todo el grupo y divídanse en cuatro equipos. Distribúyanse los géneros escénico-musicales arriba mencionados: ópera, zarzuela, comedia musical y *Hip Hop*. Busquen en libros, en revistas especializadas o en Internet, información que profundice acerca de las características de cada uno de ellos. Si les es posible, incluyan el libreto de una obra. Elaboren un escrito en el que caractericen el género estudiado. Ilústrenlo. Preséntenlo ante el grupo y al final de las presentaciones elaboren ya sea una pequeña revista, un periódico mural, o alguna otra manera de publicarlo y compartirlo con la comunidad escolar.



Foto: Christa Cowrie, "Odin Teatret", en *La vida de la escena: la escena de la vida*. Obra fotográfica, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Busquen un video del género a investigar en la videoteca de la escuela, en Internet, o en los canales de televisión (11 o 22). Véanlo con detenimiento y realicen un breve análisis del movimiento de los bailes o coreografías que incluyen. Consideren sus características de: tiempo, espacio, energía y flujo, para identificar la calidad y dinámica predominante. Identifiquen los tipos de relación entre los bailarines: parejas, grupos, solistas. Identifiquen los usos del espacio total (los trazos de piso característicos) y parcial (direcciones, niveles, planos, áreas) de los bailarines. Identifiquen los momentos de la obra en que participa la danza. Tomen notas

acerca del sentido de los movimientos, en relación con el contexto y libreto de la obra. Observen el grado de integración de la danza al contexto general de la obra.

Individualmente, elaboren un escrito en que den su opinión acerca de la participación de la danza en el género observado. Reunidos con todo el grupo, compartan sus experiencias y organicen un pequeño debate acerca del valor estético de los tres géneros escénico-musicales.

## **2.3 Análisis crítico sobre el concepto de belleza corporal, que ofrecen los medios de comunicación**

En todas las sociedades y culturas podemos encontrar un concepto de belleza que se ajusta a sus normas y valores, por lo que a lo largo de la historia podemos descubrir tantos conceptos de belleza como sociedades. La fuerza de dicho concepto en los comportamientos sociales, y su eficacia en los hábitos cotidianos de los individuos, ha variado significativamente. En las sociedades modernas, el ideal de belleza ha sido asociado a modelos estereotipados cuyo mito ha sido diseminado y masificado por la tecnología y los medios masivos de comunicación.

Estos modelos imponen un ideal muy lejano a la experiencia de vida de la mayoría de la población, a sus características físicas y a sus posibilidades de consumo. De ahí que surjan deseos y expectativas que llevan a los sujetos a experimentar frustración y sentimientos de inadecuación, inferioridad y rechazo, a la vez que bloquean el conocimiento, aceptación y apropiación del cuerpo propio.

Un ejemplo muy actual y contundente es el de la delgadez extrema. Este ideal de belleza, exigido por la industria de la moda, ha llevado no sólo a las modelos sino a muchas jóvenes y mujeres adultas a atentar en contra de su salud física y mental. Este mal empieza a aquejar también a la población masculina. En algunos países, la anorexia se ha convertido en un problema de salud pública, al punto de obligar a las autoridades a emitir leyes y recomendaciones que contribuyan a evitar su propagación.

Nuestra sociedad convirtió a la obesidad en un estigma porque la identificó con la falta de control; sin embargo, el intento desesperado por el autocontrol, característico de la anorexia, culmina paradójicamente en una pérdida completa del control de la alimentación, de la autoestima y la seguridad de sí, además del autocastigo y negación de la individualidad, al emprender una carrera obsesiva para cumplir normas y patrones impuestos por el exterior. También la bulimia, otro desorden alimenticio común, está vinculada con el problema del control. Este desorden se caracteriza por una avidez incontrolable de comida, que se alterna con periodos de vómito inducido. Es frecuente que los bulímicos deriven en la anorexia.

El ideal de delgadez exagerada posee tintes racistas y discriminatorios, pues sobreestima la tez blanca, el cabello rubio y el cuerpo alargado, criterios que ponen en franca desventaja a los latinos y afroamericanos y establece una jerarquía que en ciertos ámbitos llega al mercado laboral.





Foto: Christa Cowrie, "Asombro", en *La vida de la escena: la escena de la vida*.  
*Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Si bien este ideal de belleza se dirigió en un principio a "atacar" al público femenino, poco a poco, los medios masivos y los anuncios publicitarios han ido también impulsando un ideal para los hombres, quienes hace varias décadas eran un sector poco vulnerable hacia este tipo de información.

Ahora vemos con frecuencia anuncios dirigidos a insistir en el cuidado del cuerpo masculino: el cuidadoso modelamiento de su musculatura y de su aspecto físico, lo que requiere, además de un entrenamiento físico específico, un cuidado de la alimentación, del cabello y del cutis especial. El ideal de hombre actual ya no se dirige sólo al éxito en la actividad laboral o profesional, sino que obliga a un cuidado extremo de la apariencia física, en el que por supuesto, el perfil de belleza occidental (griega) es el predominante. La preocupación por el desarrollo muscular también ha conducido a que los hombres atenten contra su salud, abusando de productos químicos, como lo anabólicos. ¿Qué opinan?

Existen otras industrias que han obtenido jugosos beneficios de la obsesión por la belleza y el cuidado de la imagen: la cosmetología y la cirugía plástica. Estos procedimientos tienen el propósito de eliminar las imperfecciones, los estragos de la edad o los excesos en el modo de vida. De ahí la necesidad de usar gruesas capas de maquillaje o de consumir cremas que ayuden a recuperar la fragancia perdida. Cuando los resultados ya no satisfacen las expectativas de quienes viven para el cuidado de su imagen, la reconstrucción facial o bien del cuerpo en su conjunto es una solución que ayuda a combatir el deterioro que produce el paso de los años.

Lo anterior ha convertido a la nuestra en una sociedad cada vez menos tolerante ante el envejecimiento, y cada vez menos orgullosa de sus viejos; pero sobre todo incapaz de recuperar la experiencia vivida por ellos y la belleza de su edad.

Conviene reflexionar un poco acerca de las diferencias entre el ideal de belleza propuesto a hombres y a mujeres. Busquen algún ejemplo de anuncio publicitario en que puedan identificarse con claridad las diferencias entre ambos ideales. Den su opinión al respecto. ¿Observan diferencias de género en los prejuicios y niveles de obsesión de quienes deseen alcanzar dicho ideal? Den su opinión acerca del ideal de belleza propuesto para el sexo opuesto.

Reúnete en un equipo y busquen en libros, en revistas especializadas o en Internet, información que profundice acerca de los efectos perniciosos del ideal de belleza impulsado por los medios masivos de comunicación: desórdenes alimenticios debido a la búsqueda de una delgadez extrema; discriminación en el mercado laboral por no cubrir con un criterio físico específico; publicidad fraudulenta acerca de productos y cremas milagrosas; problemas con la aparición de clínicas de belleza sin los aparatos e instalaciones adecuadas para atender imprevistos.

Realicen también un inventario de los modos de vestir y adornar el cuerpo que se impulsan, de los gestos y posturas característicos, de las partes del cuerpo en que deben modelarse con mayor cuidado. Consideren cómo estas cuestiones afectan a hombres y mujeres.

Con la información obtenida, elaboren un breve guión de un espectáculo en el que denuncien estos efectos perniciosos y propongan medidas para disminuirlos o eliminarlos. Piensen en algún espectáculo que incorpore música, teatro, artes plásticas y danza por ejemplo, una comedia musical.

## **2.4 Reflexión en grupo en torno a la necesidad de recuperar el sentido de la identidad cultural a través de la danza**

En diferentes momentos del curso de danza, hemos estudiado la fuerza de la danza en la construcción social de las identidades, es decir, el proceso que permite a los grupos sociales reconocer a sus integrantes y distinguirse de otros grupos. Hemos estudiado los modos en que la cultura se encarna en el cuerpo, a través de las técnicas corporales. Estas técnicas corporales se identifican en los actos cotidianos de la vida comunitaria, como el comer, dormir, beber, etcétera; pero también las encontramos en las actividades extracotidianas, en las fiestas y otros momentos extraordinarios que experimentan los grupos sociales, donde la danza tiene una participación muy relevante.

Los seres humanos utilizan la danza no sólo para comunicarse, sino también para identificarse con su grupo social. La danza “es una gran exclamación silenciosa: expresa con los cuerpos, en el espacio, lo que no puede decirse con la lengua. En los textos, el hombre conjetura; en los ejercicios de la danza el hombre y la mujer desean y *son*, comprueban su existencia” (Dallal, 1990:31).

Así, la danza cumple una importante función en el proceso de reproducción de la vida social, observable en las diferentes maneras de cada sociedad de dar sentido al cuerpo, al movimiento corporal. Estos usos del cuerpo, estos modos de producir y consumir significaciones corporales, son transmitidas cuerpo a cuerpo constituyendo una “idiosincrasia social” que les da identidad a sus integrantes (Mauss, 1999:337).

La construcción social de las identidades entraña un proceso de selección y recreación de lo que debe ser preservado y lo que se deja en el olvido. Esta conservación o no de las

manifestaciones culturales corresponde con una política de memoria y olvido, de la cual no siempre somos conscientes y que con frecuencia está vinculada a intereses ajenos a las comunidades.

De ahí que valga la pena reflexionar sobre la fuerza de la danza en la construcción de nuestra identidad social y cultural, considerando que México es un país con una gran riqueza cultural y dancística gracias a la pluralidad étnica y cultural que posee, pero con grandes conflictos sociales que no pueden obviarse al momento de profundizar en la realidad social de la gran mayoría de los productores de arte.



Foto: Christa Cowrie, "Manos de la tierra", en *La vida de la escena: la escena de la vida*.  
Obra fotográfica, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

El conocimiento de las manifestaciones dancísticas de nuestro país constituye uno de los medios para sensibilizarnos acerca de su valor, así como para tomar conciencia del olvido económico y social que padecen las comunidades donde se producen.

Lo anterior nos lleva a deliberar acerca del compromiso que adquiere cada generación de conocer el legado cultural y artístico de las generaciones pasadas y transmitirlo a las futuras, pues ello favorece la construcción de las identidades comunitarias o de toda la nación. En nuestro país, durante largo tiempo, el gobierno ha promovido la construcción social de identidades, pero éstas han sido despojadas de su historicidad (no se han considerado sus

transformaciones de acuerdo con las condiciones económicas, políticas y sociales). De ahí que se haya producido una “identidad nacional” inmutable y condensada en símbolos nacionales, muchos de los cuales se han convertido en estereotipos. Es el caso del charro y la china poblana, que han sido objeto más de la mercantilización que de una valoración de los bailes y tradiciones que simbolizan. No se trata, pues, de fortalecer el espíritu nacional con un aprendizaje mecánico, desritualizado y ajeno al contexto socioeconómico y cultural en que se generan las manifestaciones dancísticas; se trata de asumir nuestra responsabilidad como conocedores de las expresiones coreográficas tradicionales y reconocer que en su escenificación y difusión existe una oportunidad de crear memoria y conciencia de la fuerza de nuestro pasado cultural, pero también de la necesidad de actuar hoy para transformar la realidad económica en que viven la mayor parte de las comunidades que nos ofrecen y comparten sus producciones estéticas.

La danza ha estado estrechamente vinculada con la producción de identidades comunitarias, regionales e incluso nacionales, y es también un elemento que contribuye al sentido de pertenencia y a la identidad de diversos grupos. Seguramente has experimentado este sentimiento de pertenencia al grupo, de comunidad, en algunos momentos del curso, al crear, bailar y escenificar diversas danzas con tus compañeros. Pero también se hace presente en otros ámbitos de la vida; algunos bailes identifican a generaciones enteras: los bailes de nuestros abuelos seguramente no son los mismos que se bailan actualmente en las fiestas y reuniones; los bailes de las ciudades no son los mismos que los del campo.

De ahí la importancia de que al igual que apreciamos nuestro pasado cultural, valoremos la fuerza de la danza en la producción de nuevos mundos, ideas y posibilidades. En otras palabras, reconocer nuestra propia fuerza creativa, que entraña una mirada nueva, refrescante y crítica de nuestras circunstancias pasadas y actuales y a partir de la cual vislumbramos nuevos horizontes por explorar. De ahí la importancia del ejercicio creativo en la danza, donde podemos incorporar nuestras vivencias y las de otros, nuestras formas de pensar, sentir y actuar y las de otros, y crear así nuevos vínculos y complicidades, nuevos modos de mirar el mundo, en fin, nuevas identidades culturales.

Reúnete en un equipo y busquen un video de alguna escenificación de danza contemporánea, folclórica, o bien alguna manifestación dancística popular. Discutan si la obra contribuye o no y de qué forma a la memoria histórica, a la reflexión, a crear un sentido de admiración y respeto por lo ahí representado, o bien a convertir las manifestaciones dancísticas en un mero entretenimiento de disfrute efímero. Para ello pueden recuperar la guía para la escenificación que se encuentra en el bloque 5 de *Apuntes. Danza 1 y 2* para analizar con sentido crítico cada uno de los siguientes aspectos:

1. El tema de la escenificación.
2. Estructura y organización de la escenificación.
3. Diseño escénico.
4. Integración de otras artes.

Elaboren una nota periodística crítica y compártanla con sus compañeros. Todo el grupo reunido elabore conclusiones sobre la necesidad de recuperar el sentido de identidad cultural por medio de la danza.

Otro aspecto que conviene analizar es la relación que se produce entre identidad individual (los comportamientos que te caracterizan y hacen único e irrepetible), identidad social (las conductas que te identifican con un grupo social y te diferencian de otros grupos sociales).

sociales). Aquí la danza aporta algunos elementos para el análisis, pues podemos revisar los márgenes de libertad y de creación individual que permiten los diferentes géneros de danza: ritual, social o escénica en función de sus objetivos, y contrastarlos con los límites de interpretación que exige.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>2.1 Reconocimiento de otros lenguajes artísticos en las manifestaciones dancísticas (teatro, literatura, artes visuales, música), analizando la relación que los elementos estéticos guardan entre sí para conformar un todo.</p> <p>2.2 Reconocimiento de la danza en el interior de otras manifestaciones artísticas, como ópera, cine, obras musicales, etcétera, que se presenten en la escuela y en la comunidad, a través de la proyección de un material en video o televisión.</p> <p>2.3 Análisis crítico sobre el concepto de belleza corporal que ofrecen los medios de comunicación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipos. Elaboración y aplicación de entrevista o cuestionario a creadores. Elaboración de un escrito con las razones y motivaciones de los creadores para incorporar otras artes a sus creaciones. Discusión e intercambio de los resultados con todo el grupo. Elaboración de nota informativa acerca de los cambios en la perspectiva de los coreógrafos. Reflexión acerca de las creaciones propias en relación con la integración de las artes. Elaboración de cuadro de aportaciones de los otros lenguajes a las creaciones y un escrito en que reflexionen sobre el proceso. Elaboración de conclusiones de todo el grupo.</li> <li>▪ Trabajo en equipo e individual. Investigación de algún género escénico-musical para caracterizarlo. Difusión de la investigación en la comunidad escolar. Análisis de uno de los géneros, enfatizando en la participación de la danza. Escrito crítico sobre la obra. Discusión grupal del valor estético de la obra analizada.</li> <li>▪ Trabajo en equipo. Investigación acerca de los efectos perniciosos del ideal de belleza impulsado por los medios. Inventario de comportamientos a que da lugar. Descripción de las diferencias de género. Encuesta en la comunidad escolar sobre el interés por alcanzar este ideal. Discusión acerca de los perjuicios. Elaboración de un guión para un espectáculo que alerte acerca del problema. Presentación del espectáculo ante la comunidad escolar.</li> </ul>

<p>2.4 Reflexión en grupo en torno a la necesidad de recuperar el sentido de la identidad cultural a través de la danza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Análisis de la contribución de los espectáculos de danza contemporánea, folclórica o bien de alguna manifestación dancística popular a la creación de una memoria histórica y a la valoración de las tradiciones culturales. Elaboración de nota crítica. Discusión acerca de la identidad cultural. Análisis del grado de libertad promovido por cada género de danza. Discusión acerca de las experiencias propias.</li> </ul>
--	--

**Desarrollo de las actividades sugeridas**

**2.1 Reconocimiento de otros lenguajes del arte en las manifestaciones dancísticas (teatro, literatura, artes visuales, música), analizando la relación que los elementos estéticos guardan entre sí para conformar un todo**

**Trabajo en equipos. Elaboración y aplicación de entrevista o cuestionario a creadores. Elaboración de un escrito con las razones y motivaciones de los creadores para incorporar otras artes a sus creaciones. Discusión e intercambio de los resultados con todo el grupo. Elaboración de nota informativa acerca de los cambios en la perspectiva de los coreógrafos. Reflexión acerca de las creaciones propias en relación con la integración de las artes. Elaboración de cuadro de aportaciones de los otros lenguajes a las creaciones y un escrito en que reflexionen sobre el proceso. Elaboración de conclusiones de todo el grupo.**

1. Reúnete con dos o tres de tus compañeros en un equipo y elaboren un cuestionario para averiguar las razones y formas en que los creadores integran otros lenguajes a sus creaciones.
2. Contacten a algún creador o maestro de danza de su comunidad o bien por medio de Internet y háganle una breve entrevista o envíenle el cuestionario para que lo responda.
3. Procesen la información de la entrevista o el cuestionario y elaboren un escrito en que describan las razones y motivaciones del coreógrafo entrevistado. Ilustren su escrito con algunas fotografías de su obra o bien con algún dibujo de la escenografía y preséntenlo ante el grupo.
4. Luego de una discusión con todo el grupo en que logren llegar a conclusiones, elaboren individualmente una nota informativa en que planteen los cambios en la mirada de los creadores de la danza en relación con otros lenguajes artísticos.
5. Reúnanse en otro equipo de tres o cuatro compañeros y reflexionen sobre sus propias creaciones. Revisen los registros visuales y escritos de las escenificaciones de primero y segundo años y discutan acerca de las motivaciones y logros en la producción de la obra al integrar otros lenguajes en la creación. Piensen si harían el mismo tipo de integración o lo modificarían. Especificuen el tipo de cambios. Completen el cuadro de aportaciones sugerido con las interrelaciones entre las artes logradas.
6. Elaboren un escrito sobre la interrelación de los lenguajes artísticos.
7. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **2.2 Reconocimiento de la danza en el interior de otras manifestaciones artísticas, como ópera, cine, obras musicales, etcétera, que se presenten en la escuela y en la comunidad, a través de la proyección de un material en video o televisión**

**Trabajo en equipo e individual. Investigación de algún género escénico-musical para caracterizarlo. Difusión de la investigación en la comunidad escolar. Análisis de uno de los géneros, enfatizando en la participación de la danza. Escrito crítico sobre la obra. Discusión grupal del valor estético de la obra analizada.**

1. Divídase todo el grupo en tres equipos. Distribúyanse los cuatro géneros escénico-musicales revisados: ópera, zarzuela, comedia musical o *hip hop*. Busquen información para profundizar en sus características y elaboren un breve escrito con la información recabada. Ilústrenlo y preséntenlo ante sus compañeros. Todo el grupo elabore conclusiones y planee alguna forma de difundirlo en la comunidad escolar.
2. Con apoyo de su maestro, busquen un video de alguno de los géneros estudiados. Véanlo y tomen notas de los bailes o coreografías que incluye acerca de: a) la calidad de movimiento; b) la relación de los bailarines; c) los usos del espacio (parcial y total); d) los momentos de la obra en que participa la danza; e) relación entre el contexto y libreto de la obra y los movimientos; f) el grado de integración de la danza con las demás artes para lograr un espectáculo total.
3. Individualmente, elaboren un escrito crítico acerca de la participación de la danza en la obra.
4. Todo el grupo comente sus experiencias y algunos fragmentos del escrito y organicen un debate acerca del valor estético de la obra analizada.
5. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **2.3 Análisis crítico sobre el concepto de belleza corporal que ofrecen los medios de comunicación**

**Trabajo en equipo. Investigación acerca de los efectos perniciosos del ideal de belleza impulsado por los medios. Inventario de comportamientos a que da lugar. Descripción de las diferencias de género. Encuesta en la comunidad escolar sobre el interés por alcanzar este ideal. Discusión acerca de los prejuicios. Elaboración de un guión para un espectáculo que alerte acerca del problema. Presentación del espectáculo ante la comunidad escolar.**

1. Reúnete en un equipo y busquen información que profundice acerca de los efectos perniciosos del ideal de belleza impulsado por los medios masivos.
2. Realicen un inventario y descripción de las formas de vestir y adornar el cuerpo promovidas, así como de los comportamientos estereotipados a que dan lugar.
3. Observen las diferencias de género y sus consecuencias en los comportamientos cotidianos. Busquen algún comercial en que puedan describirlos y ejemplificarlos.
4. Elaboren una breve encuesta entre la comunidad escolar, en la que puedan identificar su interés o no por alcanzar este ideal de belleza y los comportamientos característicos de quienes lo persiguen. Procesen la información y analicen los resultados. Discutan acerca de los prejuicios y obsesiones a que da lugar perseguir este ideal, en ocasiones muy ajeno a las características físicas y culturales, y propongan maneras de combatirlos. Discutan la situación que prevalece en su comunidad.

5. Elaboren un guión para algún espectáculo, ya sea escénico-musical o dancístico, en que alerten acerca de los efectos y excesos que conlleva la obsesión por alcanzar un ideal ajeno a las características físicas y culturales, y propongan algunas medidas para conjurarlos. Preséntenlo en la comunidad escolar.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **2.4 Reflexión en grupo en torno a la necesidad de recuperar el sentido de la identidad cultural a través de la danza**

**Trabajo en equipo. Análisis de la contribución de los espectáculos de danza contemporánea, folclórica o bien de alguna manifestación dancística popular a la creación de una memoria histórica y a la valoración de las tradiciones culturales. Elaboración de nota crítica. Discusión acerca de la identidad cultural. Análisis del grado de libertad promovido por cada género de danza. Discusión acerca de las experiencias propias.**

1. Reúnete en un equipo con tres compañeros. Busquen algún video de una escenificación de danza contemporánea, folclórica o bien de una manifestación dancística popular y analicen su contribución o no a la creación de una memoria histórica, conocimiento y valoración de las tradiciones culturales de nuestro país. Para el análisis pueden consultar el bloque 5 de *Apuntes. Danza 1 y 2* en que se señalan algunos aspectos que pueden incluirse en el análisis (tema de la escenificación, estructura y organización, diseño escénico, integración de otras artes).
2. Individualmente, elaboren una nota crítica acerca de la obra y compártanla con el resto del grupo.
3. Todo el grupo comente la obra y discuta acerca de la importancia de promover la identidad cultural por medio de la danza.
4. Analicen la relación entre identidad individual e identidad social que se promueve en los distintos géneros de la danza estudiados en cursos pasados. Recurren al bloque 2 secuencia 3 de *Apuntes. Danza 1* para identificar los objetivos de cada género de danza y el grado de libertad para la creación individual permitido. Elaboren algún gráfico en que muestren los resultados.
5. Discutan sus propias experiencias y sentimientos en la interpretación de una danza con fines rituales y danzas con fines sociales y las posibilidades de creación y libertad permitidas.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **Autoevaluación**

1. Explica tu experiencia en la integración de otras artes en una obra de danza.
2. Explica cuál es la participación e importancia de la danza en los géneros escénico-musicales.
3. Explica algunos de los efectos perniciosos del ideal de belleza promovido por los medios de comunicación.
4. Explica la participación y fuerza de la danza en la construcción de identidades culturales.



## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
<p>2.1 Reconocimiento de otros lenguajes del arte en las manifestaciones dancísticas (teatro, literatura, artes visuales, música), analizando la relación que los elementos estéticos guardan entre sí para conformar un todo.</p>	<p>Serie El poder de la danza del Canal 22  <a href="http://www.youtube.com/">http://www.youtube.com/</a></p>	<p>Encontrar obras de danza para el análisis.</p>
<p>2.2 Reconocimiento de la danza en el interior de otras manifestaciones artísticas, como ópera, cine, obras musicales, etcétera, que se presenten en la escuela y en la comunidad, a través de la proyección de un material en video o televisión.</p>	<p><a href="http://www.weblaopera.com/primera.htm">http://www.weblaopera.com/primera.htm</a>  <a href="http://www.weblaopera.com/">http://www.weblaopera.com/</a>  <a href="http://www.zarzuela.net/">http://www.zarzuela.net/</a></p>	<p>Profundizar en la historia de los géneros de drama musical, encontrar artículos, libretos y discografía.</p>
<p>2.3 Análisis crítico sobre el concepto de belleza corporal que ofrecen los medios de comunicación.</p>	<p>Revistas especializadas de cuerpo y salud.</p>	<p>Artículos acerca de los desórdenes alimenticios, del entrenamiento físico y los riesgos físicos y psicológicos.</p>
<p>2.4 Reflexión en grupo en torno a la necesidad de recuperar el sentido de la identidad cultural a través de la danza.</p>	<p>Libro: <i>Cuerpo vestido de nación</i> de Pablo Parga            Libro: <i>Danza, cultura y clases sociales</i>, de Amparo Sevilla.</p>	<p>Para analizar el papel de la danza en la recuperación del sentido de identidad cultural.</p>

## Glosario

**Anorexia.** Abstención voluntaria de comida, por temor a subir de peso.

**Bulimia.** Avidez incontrolable de comida, que se alterna con periodos de vómito inducido.

**Comedia del Arte.** Género del teatro surgido en Italia durante el Renacimiento con las compañías itinerantes de actores profesionales, que tenían un repertorio de frases y bromas, a partir de los cuales improvisaban su papel. El término lo utilizaban para diferenciarse de la comedia erudita, cuyo texto estaba escrito íntegramente, es decir, no había improvisación. Los personajes principales eran Arlequín, Colombina, Pierrot y Polichinela.

**Camerata florentina.** Grupo de humanistas, músicos, poetas e intelectuales de Florencia que durante el Renacimiento se reunieron para discutir y guiar las tendencias en las artes, particularmente en la música y el drama. Los miembros de este grupo sostenía que la música se había corrompido, por lo que era necesario retornar a las formas y estilo de la Grecia antigua, lo que mejoraría nuevamente las creaciones y por consecuencia también la sociedad.

**Diletantismo.** Se dice que alguien es un “diletante” cuando muestra interés en algo, pero no se esfuerza por profundizar. Es un interés superficial, generalmente relacionado con un estatus social, con una “pose”. Entonces, el diletantismo puede ser entendido como una forma de interés superficial por algún área del conocimiento o por alguna manifestación artística.

**Orquesta sinfónica.** Agrupación musical que ha tenido gran tradición en la historia de la música occidental. Se caracteriza por la reunión de instrumentos de cuerdas, de aliento y de percusión, es decir, de instrumentos que producen el sonido al hacer vibrar una cuerda (como las guitarras y los bajos), por el paso del aire (como las flautas y los saxofones) o por un golpe (como los tambores y las claves).

## Bibliografía

- Baud, Pierre-Alain, *Una danza tan ansiada. La danza en México como experiencia de comunicación y poder*, México, UAM-X, 1992.
- Baz, Margarita, *Metáforas del cuerpo. Un estudio sobre la mujer y la danza*, México, PUEG/UAM/UNAM, 1996.
- , “El cuerpo en la encrucijada de una estética de la existencia”, en Silvia Carrizosa (comp.), *Cuerpo: significaciones e imaginarios*, México, UAM-X, 1999.
- Bonfigliani, Carlo, *Fariseos y matachines en la Sierra Tarahumara. Entre la pasión de Cristo, la transgresión cómico sexual y las danzas de conquista*, México, INI, 1995.
- Dallal, Alberto, *El aura del cuerpo*, México, UNAM, 1990.
- Lavalle Josefina, *La danza, la música y la promoción cultural. Bases para la acción*, México, Dirección General de Promoción Cultural, 1985.
- , “La danza como parte de la dimensión cultural, líneas de investigación”, en *Memoria de la Primera Reunión de Universidades e Instituciones de Educación Artística Superior*, México, CNCA/INBA/Universidad Veracruzana, 1993.
- , *En busca de la danza moderna mexicana. Dos ensayos*, México, Conaculta/INBA/CENIDI-Danza “José Limón”, 2002.
- Márquez Romero, Guillermo, *Danza moderna y contemporánea*, La Habana, Pueblo y Educación, 1988.

- Mauss, Marcel, *Sociología y antropología*, Madrid, Tecnos, 1979.
- Oneto, José (director), *El mundo de la ópera*, Madrid, Tiempo, 8 volúmenes, 1993.
- Parga, Pablo, *Cuerpo vestido de nación. Danza folklórica y nacionalismo mexicano (1919-1939)*, México, Conaculta/FONCA, 2004.
- Ramos, Maya, *La danza en México durante la época colonial*, México, Conaculta/ Alianza Editorial, 1990 (1979).
- , *El actor en el siglo XVIII. Entre el Coliseo y el Principal (1753-1821)*, México, Gaceta/Escenología, 1994.
- , “De la fiesta teatral barroca al ballet de acción: profesionalización de los artistas del espectáculo y danza teatral durante el Virreinato”, en Maya Ramos Smith y Patricia Cardona Lang (directoras), *La danza en México. Visiones de cinco siglos*, vol. 1, Ensayos históricos y analíticos, México, INBA/CENIDI-Danza, José Limón/Escenología, 2002. Reyna, Ferdinando, *Historia del ballet*. España, Daimon, 1985.
- Saldaña Azcárraga, Guillermo (coord.), *La ópera mexicana 1815-2002*, México, Joaquín Porrúa/Centro de Estudios Universitarios Londres, 2002.
- Sevilla, Amparo, *Danza, cultura y clases sociales*, México, Serie de Investigación y Documentación de las Artes, segunda época, INBA/CENIDI-Danza José Limón, 1990.
- Tortajada Quiroz, Margarita, *Frutos de mujer. Las mujeres en la danza escénica*, México, Conaculta/INBA/Ríos y Raíces, 2001.
- , *Danza y género*, México, COBAES/DIFOCUR, 2001
- , *Danza de hombre*, México, SOMEC Sinaloa/Archivo Histórico del Estado de Sinaloa/ISMUJER.

**EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

# **DANZA 3**

## **Bloque 3**

**Elaboración de danzas creativas, incorporación de otros lenguajes a la creación y reflexión en torno a la experiencia en grupo**



# Secuencia de aprendizaje **1**

---

## **Elaboración de danzas creativas, incorporación de otros lenguajes a la creación y reflexión en torno a la experiencia en grupo**

### **Propósito**

---

Elaborar danzas creativas que comunican sentimientos y pensamientos personales, incorporando otros lenguajes artísticos.

### **Temas**

---

1. Elaboración de danzas creativas, incorporación de otros lenguajes a la creación y reflexión en torno a la experiencia en grupo
  - 1.1 Elaboración de danzas creativas en pequeños grupos.
  - 1.2 Incorporación de otros lenguajes artísticos a las producciones.
  - 1.3 Reflexión colectiva en torno a la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.

### **Contenido**

---

El proceso de creación dancística ya es familiar para ti, pues en los anteriores cursos has experimentado, de diferentes maneras, tanto la elaboración creativa de frases de movimiento, como la creación de trozos de danza en los que has elegido la estructura que mejor responde a la temática seleccionada.

En esta secuencia continuaremos con el proceso creativo, pero enfatizaremos aún más la experiencia grupal, para lo cual aplicarás los conocimientos adquiridos en el bloque anterior sobre la utilización del espacio total, en particular los movimientos de grupos

## 1.1 Elaboración de danzas creativas en pequeños grupos

El grupo es un término que utilizaron las compañías de danza moderna para diferenciar su trabajo del de los “cuerpos de baile” de la danza clásica, que establecen una jerarquía con los solistas. La danza moderna no sólo fue una nueva forma de danza, sino también un modo de relación distinta entre los bailarines: más democrática. Y el término grupo define esta nueva relación.

La idea de grupo cambia la relación entre bailarines, pero también modifica la configuración de la forma coreográfica, pues el conjunto ya no es una simple introducción o recibimiento para los solistas, sino que todo el peso de la coreografía recae en la fuerza colectiva del grupo. Los solos funcionan como foco o contraste, pero no pretenden la glorificación de alguno de los integrantes del grupo. Así, la danza moderna plantea un principio de dignidad y respeto a los individuos, independientemente de sus facultades y talentos (Humphrey, 1981:106).

El reto ahora, es lograr que del grupo se desprenda la fuerza que atrape al espectador. De ahí que sea necesario aprender algunos aspectos técnicos. Si bien es cierto que el movimiento grupal simultáneo tiene gran poderío, es preciso utilizarlo con cuidado, a riesgo de saturar la visión del espectador y perder la fuerza.



Foto: Christa Cowrie, “Ballet Nacional de México”, en La vida de la escena la escena de la vida. Obra fotográfica, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Antes de iniciar la sesión creativa, reúnete con todo el grupo y hagan el calentamiento que les corresponde de las ocho secuencias elegidas, en un lugar amplio y ventilado.

Ahora que ya estás preparado física y mentalmente para la actividad física, experimenta con algún ejercicio de sensibilización o de toma de confianza con el grupo. Puedes practicar alguno de los ejercicios del bloque 1 secuencia 1 de este tercer año. Si ya has logrado una mayor confianza, realiza la siguiente exploración con una pareja. Colóquense uno al lado del otro, improvisen y descubran qué ocurre con el movimiento cuando:

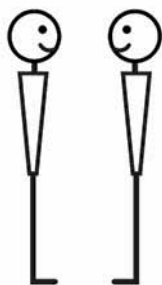
- 1) un cuerpo rebota contra el otro, utilicen diferentes energías (delicado, firme, relajado o guango);
- 2) un cuerpo gira en torno al otro cuerpo, pero manteniendo el contacto corporal;
- 3) un cuerpo es arrastrado por otro, utilizando, el que hace de bulto, diferentes energías (firme, guango, leve);
- 4) un cuerpo es cargado por otro, utilizando diferentes partes del cuerpo: brazos, espaldas, piernas, pies.

Cuiden de no lastimarse, recuerden que la actividad debe ser placentera y gozosa, así como respetuosa de los otros.

Prueben con el contrabalanceo de los cuerpos. Uno enfrente del otro sujetándose de las muñecas y tocándose los dedos los pies uno del otro, inclínense hacia atrás tanto como puedan y hagan contrapeso. Flexionen las rodillas y diríjense al nivel bajo, cuiden realizar el contrapeso necesario para equilibrarse. Extiendan lentamente las piernas y sin perder la inclinación hacia atrás suban al nivel alto. Eleven los tobillos. Repitan varias veces la actividad hasta que lo realicen con cierta fluidez.

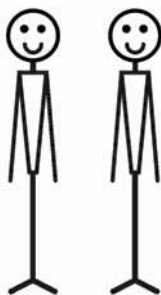
Creen algunos diseños corporales en parejas. Imaginen que se pueden convertir en diferentes tipos de silla en que otra persona puede sentarse, recostarse, mecerse, acostarse, subirse. También transfórmense en sillas de diferentes materiales y texturas diversas.

Jueguen un poco con las formas de relación entre dos personas y las diferentes posibilidades de situarse entre sí (Hutchinson, 1985). Cuando conversamos con alguien generalmente nos encontramos frente a frente. Improvisen una conversación de movimientos con el compañero, frente a frente. Exploren con diferentes estados de ánimo, de manera que de una conversación animada pasen a una discusión acalorada o bien a una conversación de encuentro casual por la calle. Recuerden que se trata de una conversación y no sólo de “hablar” con los movimientos, de manera que deberán existir momentos de pausa para escuchar lo que el otro dice.

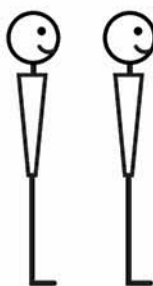




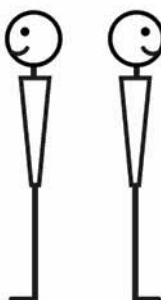
Cuando caminamos junto a alguien nos colocamos uno al lado del otro. Podemos mantener una actitud distante, fría, ajena, o bien aún sin hablar podemos estar muy atentos a las necesidades del otro. Hagan una caminata en pareja con diferentes estados de ánimos y situaciones en la pareja (enojados, pensativos, preocupados, etcétera). Luego reúnanse con otra pareja y realicen la improvisación de un paseo por la playa.



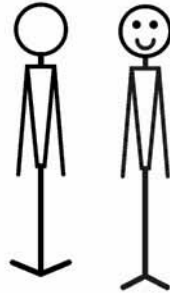
También puede ocurrir que nos situemos uno detrás del otro, como cuando hacemos una fila en la parada del camión, o cuando nos formamos después del recreo, o cuando seguimos al líder del grupo. O bien, se puede expresar una relación desigual, como en el caso de algunas culturas orientales, en que la mujer siempre avanza detrás del hombre. Esta colocación también puede significar cuidado, cuando un padre desea proteger a su hijo lo coloca detrás de él. Jueguen con estas ideas o algunas otras, colocándose uno detrás del otro.



Hay otras situaciones en que nos colocamos uno de espaldas con el otro por haber discutido, o simplemente un encuentro casual en un transporte público. Explore algunos movimientos en que la relación proponga el mantenerse de espaldas.



También podemos pensar en una relación uno al lado del otro pero en situación mirando en diferente perspectiva, para cuidar de todos los frentes en una situación de peligro. O bien puede ser una situación pasajera en que por momentos existe la relación o un duelo en el que avanzan hacia el lugar en que dispararán.



Piensen en alguna narración con la cual ligen las cinco situaciones. Escribanla y luego elaboren alguna frase de movimiento.

---



---



---

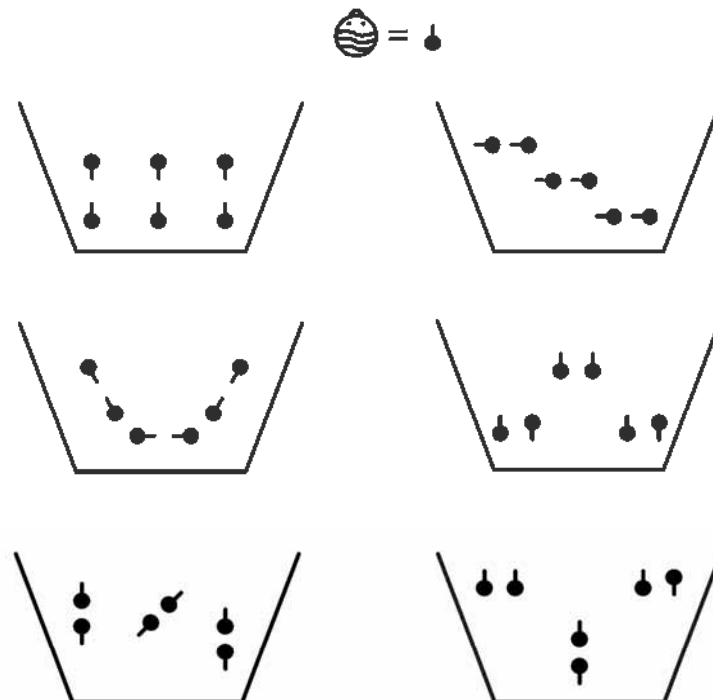


---



---

Reúnanse con otras dos parejas y exploren estas situaciones de relación con la pareja, manteniendo los seis la misma relación y los mismos frentes o con diferentes frentes cada pareja. O bien cambien el tipo de relación y los frentes de cada pareja. Observen los siguientes ejemplos:



Piensen en alguna narración o situación dramática donde puedan ligar una frase de movimiento en que participen las tres parejas. Comenten la experiencia. Luego, individualmente, escriban brevemente si tuvieron en algún momento la sensación de grupo: si se sintieron fusionados al grupo.

---

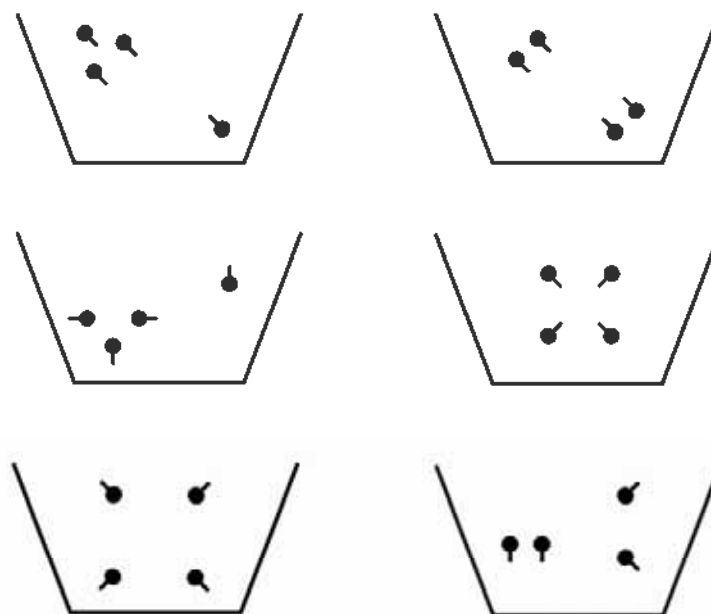
---

---

---

Ahora reúnete con dos compañeros y diseñen movimientos de tríos. Piensen en un triángulo amoroso o en un mal tercio, en que uno seduce a otro o lo fuerza a realizar algo que no desea, o bien azuza a los otros dos. Imaginen también en un triángulo perfecto, armónico, en que todos realizan lo que desean. Busquen a otro trío y ligen sus movimientos, primero mediante una breve narración y luego creando frases de movimiento que pueden trabajar al unísono, como canon, o como pregunta y respuesta.

Reúnete con tres compañeros, formen un cuarteto, experimenten con algunas divisiones del grupo y busquen relaciones de figuras en el espacio con movimientos muy simples. Por ejemplo, uno en oposición a tres, dos y dos, uno pasivo y los otros tres dinámicos, tres pasivos o como simple acompañamiento de un activo, que crea el foco escénico; los cuatro moviéndose al unísono, dos pasivos y dos activos. Incluyan entradas y salidas del escenario, con las mismas subdivisiones. Vean los siguientes esquemas:



Uno de los riesgos de estas experiencias es que al pensar en relaciones, los individuos tienden a quedarse estáticos, aunque conozcan modos diversos de utilizar el espacio total. Una primera tarea será modificar las divisiones, pero utilizando todo el espacio. Piensen en alguna idea que los obligue a desplazarse: un oso que los persigue; la búsqueda del tesoro. También el contraste ayuda; ideen algunas oposiciones: timidez-agresión; perderse-encontrarse; preguntar-responder (Humphrey, 1981:111). Exploren con algún tema y creen algunas frases con esta subdivisión.

Reúnanse con otro cuarteto y creen una danza para ocho bailarines. Antes de iniciar la creación de los movimientos hagan una gráfica de los mismos en el espacio, en que utilicen:

- 1) a todo el grupo como unidad;
- 2) a todo el grupo entrando y saliendo del escenario fluidamente, y en momentos formando parejas, tríos o cuartetos;
- 3) alternen la permanencia de tríos o cuartetos en el escenario con entradas y salidas individuales.

Piensen en alguna narración para desarrollar tres frases de movimiento en que ligen las tres posibilidades propuestas. O bien creen otras posibilidades para generar un trozo de danza con al menos tres frases de movimiento y que tenga principio, desarrollo y conclusión.

Ahora creen estructuras con los cuerpos. Reúnanse en pequeños grupos y construyan una pared infranqueable, una barricada o una empalizada. Otro grupo intente romper la estructura. Luego procuren integrarse a la estructura para buscar las áreas de mayor vulnerabilidad. Cuiden de no lastimarse: procuren no sólo su cuerpo, también el de sus compañeros. En un grupo uno protege al otro.

Experimenten la diferencia entre el coro y el grupo. El coro trabaja siempre al unísono, aunque pueden existir diferencias en los tonos de la voz (diferentes dinámicas y duración en los movimientos, como hemos visto en otro momento). En cambio el grupo propone múltiples facetas, enfoques, divisiones, perspectivas. En el coro la idea del individuo se diluye, pues éste se funde en el movimiento de todos, mientras que en el grupo, el individuo tiene un papel que cumplir en función del grupo, pero no pierde su personalidad.

Reúnete con cuatro o cinco compañeros y diseñen una frase de movimiento en que actúen como coro y otra en que actúen como grupo; piensen en alguna situación dramática que sirva de transición para el cambio en la forma de actuar de los bailarines.

Finalmente, creen un breve trozo de danza para un grupo, aplicando lo que han aprendido:

1. elijan librar un espacio que permita el movimiento;
2. elaboren el guión de danza (pueden pensar en alguna poesía) definan el número de participantes;
3. escojan la estructura adecuada (principio, desarrollo y final, o bien, tema y variaciones);
4. elaboren la gráfica de los movimientos, tal como se propone en los ejemplos;
5. creen las frases de acuerdo con el guión, consideren el punto elevado de la danza, denles una dinámica y un tempo a los movimientos, y ligen orgánicamente las frases.
6. repitan cada frase hasta que la ejecuten fluidamente y ligen los movimientos frase por frase.

7. Revisen las propuestas del siguiente tema para que busquen la música adecuada, piensen en la escenografía y vestuario necesarios.

Presenten su trozo de danza ante el grupo y escuchen los comentarios de sus compañeros para mejorar su creación e interpretación. Los observadores tomen notas para hacer sus comentarios específicos. Recuerden dar una retroalimentación precisa y objetiva: eviten juicios descalificadores y adjetivos calificativos negativos. Piensen más bien en describir lo que observan y que consideran necesario mejorar: la fuerza expresiva, la limpieza de los movimientos, la dinámica en relación con la temática, el contraste en las frases, etcétera. Los observadores tomen notas de los comentarios de otros grupos, pues los utilizarán en las siguientes actividades.

Realicen una actividad de enfriamiento al finalizar cada clase o ensayo.

## 1.2 Incorporación de otros lenguajes artísticos a las producciones

En diferentes momentos hemos insistido en la importancia de considerar otros lenguajes artísticos en la producción de la obra dancística. Revisemos brevemente algunas de las aportaciones de esos lenguajes, ya sea como inspiradores o como elementos integradores de la obra.

La danza es un arte autónomo que no necesita de ningún otro lenguaje artístico para crear sentido y significación: el movimiento se basta a sí mismo para dicha creación. La *danza absoluta* ha sido una prueba de ello. Sin embargo, con frecuencia la integración de uno o más lenguajes enriquece la creación y ayuda al espectador en la traducción de las ideas, sentimientos y sensaciones que el coreógrafo desea comunicar.

Uno de los lenguajes de mayor afinidad para la creación de la obra dancística es la música. A lo largo del proceso creativo te has preparado para seleccionar la música más adecuada a los movimientos creados, tomando en cuenta tanto la temática como la calidad de los movimientos. En otros momentos has acompañado tus movimientos con efectos sonoros y en otros más, con la voz. Revisemos el uso de estos recursos.

La danza puede prescindir de la música, pero no del ritmo: éste es inherente al movimiento. En una danza sin música, en silencio, el ritmo se pulsa en el cuerpo (Blom y Chaplin, 1996:194). De modo que, al crear ritmos en nuestro cuerpo, creamos una música interna. El músico contemporáneo Bobby McFerrin es un buen ejemplo del uso del cuerpo para la creación de ritmos y de música. Tiene un amplio rango vocal de voz, la que utiliza para crear efectos de sonido. Es famosa su recreación de un bajo (instrumento musical de cuerdas), que logra cantando y golpeando suavemente su pecho.

José Limón, destacado bailarín y coreógrafo mexicano, creó la imagen del cuerpo como una orquesta para impulsar a sus estudiantes a explorar su cuerpo. Utilicemos esta idea y pensemos en los múltiples sonidos que se pueden generar con las partes del cuerpo. Piensen en la idea de agrupaciones como en la música. Un cuarteto de cuerdas: violines, violas, violonchelo y contrabajo. O bien uno de viento: trompeta, clarinete, saxofón y flauta o bien de percusiones: claves, tambores, cascabeles.

Reúnanse en un equipo de tres compañeros e improvisen movimientos con esta idea: hagan sonar cada parte de su cuerpo con la imagen de algún instrumento y elaboren algunas frases de movimiento para crear una sinfonía en él. El peligro mayor en esta improvisación es la imitación de los instrumentos; no se queden con las ideas más fáciles, usen su imaginación.

Los sonidos también nos han ayudado a “musicalizar” nuestras danzas, pero no hemos intentado bailar a la vez que producimos sonidos. Produzcan sonidos, como quejidos, bostezos, risas, suspiros, respiraciones, siseos, lloriqueos, etcétera. O pueden experimentar con alguna grabación de sonidos ambientales; las músicas *new age* ofrecen una gran variedad de sonidos. También busquen algún poema que les guste e improvisen movimientos al ritmo de la poesía. No se trata de ilustrar la poesía, sino de seguir el ritmo de las palabras o bien las emociones que provoca. Retomen sus producciones del tema anterior y musicalícenlas con sonidos creados en sus cuerpos.

El recurso que hemos utilizado más es el de la música. Tal vez ya sepamos que una mala elección puede arruinar nuestro trabajo o bien darle vida. De ahí la importancia de una cuidadosa selección, porque no toda la música es apta para bailar. Según la coreógrafa Doris Humphrey nuestra elección debería orientarse hacia tres campos de la música que se ligan estrechamente con el cuerpo humano: el melódico, el rítmico y el dramático. “La melodía, a través de su origen en la respiración y la voz; el ritmo métrico, a través del cambio del peso sobre los pies y por el pulso; el sonido dramático a través de la enorme escala de emociones siempre acompañadas de la reacción física” (Humphrey, 1981:154).

Elijan alguna de las exploraciones del tema anterior y utilicen alguna música muy melódica o muy rítmica o una música que penetre las entrañas y provoque sacudidas emocionales: que conmueva.

Una vez elegida la música deberán decidir cómo utilizarla. La música puede apoyar el movimiento y servir como mecanismo impulsor de la danza; puede “crear un espacio” en el que vivirá la danza; “puede colorear, subrayar, azucarar, conversar, y jugar con la danza; puede ser como un vecino, amigo, socio, amante, enemigo” (Blom y Chaplin, 1996:202). Un buen ejemplo del primer caso lo pueden encontrar en *La consagración de la primavera* de Stravinsky, obra que desde Nijinsky ha cautivado a diversos coreógrafos entre los que destacan Pina Bausch y Maurice Béjart. Algunos críticos piensan que esta obra fue comprensible en su momento gracias a la danza.

Revisen el trozo de danza creado en el tema anterior. Elijan la música adecuada y el modo en que la utilizarán. Repitan la danza hasta que logren bailar con la música.

La integración de las artes visuales a la danza se hace de múltiples formas: la iluminación, la escenografía, la utilería, el vestuario, el video. Los elementos teatrales, objetos o accesorios, en lugar de simples elementos de ambientación de la danza, pueden convertirse en personajes de la misma, cuya fuerza da vigor a la obra, o pueden ayudarte a crear movimientos especiales para relacionarte con ellos. También el vestuario puede constituir un elemento que incrementa las posibilidades de crear diseños con el cuerpo en movimiento (Blom y Chaplin, 1996: 233).

La escenografía no tiene que ser estática como simple telón de fondo o a modo de piernas, puede integrarse a la danza si se utiliza como un elemento exploratorio más en la obra. O bien pueden utilizarse en un momento como escenografía, en otro como vestuario y en otro más como utilería. Seleccionen alguna de las creaciones del tema anterior y, en equipos, integren algún objeto o vestuario a los movimientos.



Foto: Christa Cowrie, "Wuppertal Tanztheater", en *La vida de la escena la escena de la vida*. *Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Otro elemento muy sugerente son las máscaras, pues su uso puede cambiar por completo la significación de algún movimiento de la obra en su conjunto. Pueden utilizar máscaras muy simples elaboradas con una bolsa de papel, con máscaras elaboradas con yeso. Quizá alguna de la inmensa variedad de máscaras populares que se utilizan en las danzas con fines rituales. También pueden maquillarse la cara o todo el cuerpo, como lo hacen en algunas danzas tarahumaras, orientales y africanas. Retomen alguna de las secuencias de grupo y descubran las significaciones que adquiere su trabajo al incluir alguno de estos elementos.

Para muchos la división entre teatro y danza resulta un tanto artificial, pues el buen bailarín debe crear una dramaturgia, una acción dramática, para la interpretación de la obra dancística. De manera que cuando crea el personaje, cuando interpreta la obra, es un actor que, en lugar de la palabra hablada o la pantomima, utiliza el movimiento para comunicarse. Un bailarín-actor no se limita a bailar, sino que baila comunicando; de este modo, asume su "responsabilidad dramática", rechaza el papel de simple repetidor y se erige en co-creador de la obra; reconoce que el entrenamiento físico sólo mantiene al cuerpo en "estado de creatividad", por ello emprende también un entrenamiento mental, para desarrollar "el músculo de la imaginación" y encontrar el puente "que une la orilla física y la orilla mental del proceso creativo" (Féral, Mnouchkine y Barba citado en Ponce, 2006:119-122).

Este proceso ocurre cuando dotan de sentido a sus danzas y las interpretan tratando de que sean significativas para el espectador; que lo conmuevan. Para lograr una mayor conciencia del trabajo dramático conviene realizar una actividad propia del proceso de crear dramaturgia.

Busquen con su maestro o en la biblioteca de la escuela alguna obra de teatro de interés. Escojan al personaje principal en una de las escenas culminantes y recreen la escena con movimientos dancísticos. Consideren en el proceso creativo, que una importante diferencia entre danza y teatro es la capacidad de la primera de sintetizar en un gesto o movimiento muchas palabras. Tal vez convenga que, a modo de ejemplo, vean algún fragmento de la *Pavana del Moro*, obra de José Limón que recrea el *Otelo* de Shakespeare. Pueden encontrarla en Internet.

La literatura también ha sido fuente de inspiración de muchas de las obras de danza. El coreógrafo mexicano Raúl Flores Canelo se inspiró en la vida y obra de Ramón López Velarde para crear tres de sus obras más importantes: *Jaculatoria*, *El poeta* y *El bailarín*. Algunas obras clásicas del ballet se han inspirado en cuentos populares: *La bella durmiente*, *El cascanueces*, *El lago de los cisnes*.

Anteriormente, has elaborado guiones para crear tus danzas. Ahora te proponemos vincular la danza con la literatura. Un buen comienzo pueden ser los *haikú*, pues ofrecen una gran cantidad de imágenes en muy pocas palabras, con las cuales puedes crear fácilmente frases de movimiento haciendo la “traducción” del sentido global del *haikú* al movimiento. O bien puedes buscar en algunos de los grandes poetas mexicanos o latinoamericanos alguna poesía que invite a la acción dancística. Recuerda que no se trata de traducir las palabras a movimientos, sino la idea global o los sentimientos y emociones que provoca.

Reúnete con una pareja y soliciten a su maestro, busquen en libros de poesía o en Internet alguna material que les sirva de inspiración para crear alguna frase de movimiento o para reelaborar algunas de las creaciones grupales.

Reúnete con los compañeros con quienes creaste el trozo de danza en el tema anterior y piensen en integrar los diferentes lenguajes artísticos para enriquecer su trabajo creativo. Además creen otro trozo de danza en que utilicen la creación grupal, integrando otros lenguajes artísticos.

### **1.3 Reflexión colectiva en torno a la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo**

Como en otros momentos del curso, es importante hacer un alto en el proceso creativo y reflexionar acerca de lo experimentado; en este caso, acerca de la creación e interpretación en grupo. En el bloque 3 secuencia 3 de *Apuntes. Danza 1*, hablamos acerca de la “alegría del movimiento” que emerge cuando los grupos logran comunicarse entre sí la energía de cada participante y fusionarse en un sólo movimiento. Bien, pues se trata de que reflexiones una vez más acerca de las experiencias de bailar en grupo, de crear en grupo y de apreciar el movimiento de los grupos. Al hacer esta reflexión considera tanto lo actual como tu recorrido a lo largo del curso.





Foto: Rocío Hidalgo, *Clase de Graciela González en la Academia de la Danza Mexicana*, Archivo personal de Alejandra Ferreiro, 2001.

Comencemos analizando *la alegría del movimiento*: la experiencia de comunión grupal, de bailar con los otros.

¿Existen movimientos en que percibes con mayor contundencia esta experiencia? ¿Qué características tienen? Descríbelos.

---

---

---

---

¿Consideras que hay alguna relación entre la duración del movimiento y el logro de la alegría del movimiento? ¿Con el tempo? Comenta.

---

---

---

---

¿Has identificado si con alguna dinámica es más fácil percibirla? Describe.

---

---

---

---

¿Descubriste algún tipo de movimiento en el espacio, que suscitara la experiencia, o fue la reiteración de los movimientos en el espacio lo que la provocó? Ejemplifica.

---

---

---

---

En *Apuntes. Danza 1* descubriste tus preferencias de movimiento ¿Has modificado esas preferencias, al tratar de vincularse con los movimientos del grupo y el tempo de la música? Explica.

---

---

---

---

¿Este esfuerzo por vincularse al tempo general del grupo te ha ayudado a sentirte uno con el grupo? Desarrolla tu respuesta.

---

---

---

---

¿Percibiste la diferencia entre bailar en coro y en grupo? Descríbela.

---

---

---

---

¿Cómo valorarías en tu vida la experiencia vivida en el grupo? Comenta.

---

---

---

---

Ahora analicemos la creación en grupo: compartir nuestras ideas con otros y llegar a un resultado creativo.

¿Cuáles fueron las dificultades que enfrentó el grupo para llegar a consensos al momento de crear? ¿Cómo las superó?

---

---

---

---

¿Cuándo te sientes más cómodo: al crear individualmente o crear en grupo? Amplía tu respuesta.

---

---

---

---

¿Cuál consideras que es el principal aprendizaje que has logrado en el proceso de crear en grupo? ¿En qué aspectos de tu vida personal o escolar te ha ayudado? Elabora un brevísimo ensayo al respecto.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Qué habilidades has desarrollado al trabajar en un equipo creativo de danzas?

---

---

---

---

Finalmente, como *espectador de una danza en grupo*, ¿en qué momentos de las danzas presenciadas en clase se logró la unidad del grupo al momento de bailar? Argumenta tu respuesta.

---

---

---

---

---

¿A qué elementos de la danza le atribuyes el logro de esta sensación de grupo? ¿En qué medida la participación de otros lenguajes ayudó en la creación de la unidad del grupo?

---

---

---

---

¿Qué importancia tuvo la calidad interpretativa de los miembros del grupo en la producción de la percepción de unidad grupal?

---

---

---

---

Cuando hayas contestado el cuestionario, reúnete con tus compañeros y comparte tus reflexiones. Elaboren conclusiones en torno a la satisfacción personal que ofrece la experiencia de bailar y crear en grupo. Realicen un *collage* o pinten un mural entre todos.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>1.1 Elaboración de danzas creativas en pequeños grupos.</p> <p>1.2 Incorporación de otros lenguajes estéticos a las producciones.</p> <p>1.3 Reflexión colectiva en torno a la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en parejas y en grupo. Calentamiento. Toma de confianza con el grupo. Creación en parejas, tríos, cuartetos y grupos pequeños. Establecimiento de diferenciaciones entre coro y grupo. Elaboración de un trozo de danza. Presentación ante el grupo. Enfriamiento.</li> <li>▪ Trabajo en grupo. Calentamiento. Experimentación con los lenguajes artísticos: música, artes visuales, teatro y literatura. Reelaboración de su trozo de danza incorporando los lenguajes artísticos. Presentación ante el grupo. Ejercicio final de enfriamiento.</li> <li>▪ Trabajo individual y grupal. Responder cuestionario. Compartir reflexiones individuales. Elaborar ensayo acerca de la experiencia de crear y bailar en grupo. Publicación de ensayos.</li> </ul>

### Desarrollo de las actividades sugeridas

#### 1.1 Elaboración de danzas creativas en pequeños grupos

**Trabajo en parejas y en grupo. Calentamiento. Toma de confianza. Creación en parejas, tríos, cuartetos y pequeños grupos. Diferenciación entre coro y grupo. Elaboración de un trozo de danza. Presentación. Enfriamiento.**

(Se sugiere emplear de dos a cuatro horas para completar la actividad; es necesario considerar un tiempo mínimo 15 minutos para el calentamiento y de 5 a 10 minutos de enfriamiento en cada sesión de dos horas).

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento elegido para este mes. Recuerda que en el calentamiento debe procurarse cubrir las cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos, y d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.

2. Reúnete con una pareja y realicen un ejercicio de sensibilización o de toma de confianza con el grupo. Revisen los propuestos en el bloque 1 secuencia 1 de este tercer año, o si sienten que han logrado confianza con la pareja realicen las sugerencias de esta secuencia.
3. Piensen en crear algunos diseños corporales en parejas, por ejemplo, convertirse en una silla o diversas formas de relación entre dos personas al experimentar diferentes posibilidades de situarse entre sí. Piensen en alguna narración que se ligue con las situaciones anteriores. Escríbanla y luego elaboren alguna frase de movimiento.
4. Reúnanse con otras dos parejas y exploren en el espacio total las posibilidades de situarse entre sí, manteniendo todos el mismo frente o cambiándolo. Piensen en alguna narración o situación dramática donde puedan ligar una frase de movimiento en que participen las tres parejas.
5. Reúnanse en tríos y realicen formaciones y movimientos de tres. Luego reúnanse con otro trío, ligen sus exploraciones mediante una narración o situación dramática y creen una frase de movimiento.
6. Ahora reúnanse en cuartetos, experimenten con algunas divisiones del grupo y busquen relaciones de figuras en el espacio, con movimientos muy simples: dos y dos, tres y uno con diferentes frentes y posiciones, manteniéndose unos activos y otros pasivos (pero no en pausa activa). Piensen en alguna situación dramática para ligar las figuras y elaboren una frase de movimiento.
7. Reúnanse con otro cuarteto y exploren movimientos con ocho bailarines. Utilicen parejas, tríos o cuartetos distribuidos en el espacio, entradas y salidas del escenario. Busquen formas de relación y de situarse entre sí. Abarquen las distintas zonas del escenario y modifiquen su importancia alternando la actividad o pasividad de los bailarines. O bien, exploren la diferencia entre el coro y el grupo. Piensen en una situación dramática y creen una frase de movimiento.
8. Finalmente, creen un breve trozo de danza para un grupo aplicando lo que han aprendido: 1) elijan un tema; 2) elaboren el guión de danza y definan el número de participantes; 3) escojan la estructura adecuada; 4) elaboren la gráfica de los movimientos; 5) creen las frases de movimiento; denles una dinámica y un tempo a los movimientos, y líguenlas orgánicamente; 6) busquen la música adecuada y elaboren la escenografía y el vestuario.
9. Presenten su trozo de danza ante el grupo y escuchen los comentarios de sus compañeros para mejorar su creación e interpretación.
10. Realicen una actividad de enfriamiento que incluya respiraciones y estiramientos.
11. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## 1.2 Incorporación de otros lenguajes estéticos a las producciones

**Trabajo en grupo. Calentamiento. Experimentación con los lenguajes artísticos: música, artes visuales, teatro y literatura. Reelaboración de un trozo de danza incorporando los lenguajes artísticos. Presentación ante el grupo. Ejercicio final de enfriamiento.**

(Se sugiere emplear de cuatro a ocho horas (dos a cuatro sesiones) para completar la actividad; es necesario considerar un tiempo mínimo de 15 minutos para el calentamiento y 5 a 10 minutos de enfriamiento en cada sesión de dos horas).

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento elegido para este mes. Recuerda que en el calentamiento debe procurarse cubrir las cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones,

- desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos, y d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Seleccionen diferentes ritmos, sonidos o música para acompañar sus frases de movimiento en danza, o bien improvisen movimientos a partir de ellos. Luego, selecciónenlos y creen alguna frase de movimiento. Pueden elegir alguna de las elaboraciones del tema anterior o crear nuevas.
  3. Incorporen las artes visuales a sus creaciones. Elijan alguna de sus elaboraciones del tema anterior y tomen en cuenta objetos, telas, máscaras, vestuarios y accesorios diversos. Pueden modificar los movimientos, o bien crear nuevas movimientos o frases.
  4. Discutan acerca de la diferencia entre teatro y danza. Elijan una obra de teatro de interés para el grupo. Seleccionen a un personaje y alguna de las escenas de la obra (la que ofrezca mayores posibilidades para su traducción al lenguaje del movimiento) y recréenla con movimientos dancísticos. A modo de ejemplo de este tipo de trabajo, pueden ver algún fragmento de *La pavana del moro*, obra de José Limón que recrea el *Otelo* de Shakespeare. Búsquenla en Internet.
  5. Realicen algunas exploraciones para crear frases de danza con poesía. El trabajo con el *haikú* puede ser fructífero dado su condensación, pero también pueden utilizar autores latinoamericanos o mexicanos de diferentes épocas. Recuerden que no se trata de realizar “traducciones” literales de la palabra al movimiento, sino de atrapar en movimiento los sentimientos y emociones que evoca la poesía. Pueden también reelaborar algunas de sus frases de movimiento del tema anterior a partir de algún poema.
  6. Discutan las posibilidades que ofrecen los otros lenguajes estéticos para dar sentido a una obra de danza o para enriquecerla. Individualmente elaboren un escrito en que reflexionen acerca de las aportaciones de la música, el teatro, las artes visuales y la literatura a la creación dancística.
  7. Reúnanse con el grupo con el que crearon el trozo de danza en el tema anterior y piensen en integrar los diferentes lenguajes estéticos para enriquecer su trabajo creativo. O bien, creen otro trozo de danza en que utilicen la creación grupal, integrando otros lenguajes estéticos.
  8. Presenten la danza ante el grupo y escuchen los comentarios de sus compañeros para mejorar su creación e interpretación.
  9. Realicen en cada clase un ejercicio final de enfriamiento, que incluya respiraciones y estiramientos
  10. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### **1.3 Reflexión colectiva en torno a la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo**

**Trabajo individual y grupal. Responder cuestionario. Compartir reflexiones individuales con el grupo. Elaborar ensayo acerca de la experiencia de crear y bailar en grupo. Publicación de ensayos.**

1. Individualmente reflexionen acerca de las experiencias de bailar en grupo, de crear en grupo y de apreciar el movimiento de los grupos.
2. Respondan el cuestionario que se les propone.
3. Reúnanse con otro el grupo y compartan sus reflexiones con sus compañeros. Elaboren conclusiones entre todos.
4. Individualmente, elaboren un ensayo acerca del tema. Consideren las aportaciones de sus compañeros.

5. Publiquen sus ensayos en el periódico mural o bien elaboren una revista con los mejores ensayos del grupo.

## Autoevaluación

1. Narren sus experiencias en el trabajo de creación con pequeños grupos y los nuevos aprendizajes logrados.
2. Describan las posibilidades de integrar otros lenguajes artísticos a la creación dancística.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
1.1 Elaboración de danzas creativas en pequeños grupos.	Libro: <i>El acto íntimo de la coreografía</i> , de Blom, Lynne Anne y Chaplin, L. Tarin. Libro: <i>La composición en la danza</i> , de Doris Humphrey	Ideas para exploración con pequeños grupos
1.2 Incorporación de otros lenguajes artísticos a las producciones.	Libro digital: <i>Dramaturgia del bailarín</i> , <i>Anatomía del crítico</i> , de Patricia Cardona.  <a href="http://www.arts4all.com/newsletter/issue18/moorspavane18.html">http://www.arts4all.com/newsletter/issue18/moorspavane18.html</a> <a href="http://www.bobbymcferrin.com/#">http://www.bobbymcferrin.com/#</a> <a href="http://www.elrincondelhaiku.org/sec2.php">http://www.elrincondelhaiku.org/sec2.php</a> Libros de obras de teatro.	Ideas para la incorporación de otros lenguajes artísticos  Para ver <i>La pavana del moro</i>
1.3 Reflexión colectiva en torno a la satisfacción personal que brinda la experiencia en grupo.	Entrevistas a bailarines y coreógrafos que hablan de sus experiencias al bailar. Pueden encontrar en Internet <a href="http://www.revistadco.blogspot.com/">http://www.revistadco.blogspot.com/</a> <a href="http://www.danzaballet.com/">http://www.danzaballet.com/</a> <a href="http://danzar.com/mp/index.php">http://danzar.com/mp/index.php</a> <a href="http://www.danzadance.org/">http://www.danzadance.org/</a>	Ideas para el tratamiento de un trozo de danza con tema y variaciones.  Contrastar la experiencia propia con la de otros bailarines.

## Glosario

**Canon.** Forma de composición musical de carácter polifónico, en el que una voz interpreta una melodía, y es seguida, luego de varios compases, por voces sucesivas que la repiten, en algunos casos transformada en su tonalidad u otros aspectos.

**Contrabalanceo.** Compensar el peso buscando el equilibrio.

**Danza absoluta.** Término con que se designó la danza alemana de los años veinte y treinta del siglo XX, que experimentó sólo con el movimiento, sin ayuda de la música ni de otras artes.

**Dramaturgia.** Acción dramática. En danza, el término se emplea para caracterizar la serie de sucesos entrelazados que dan sentido a la obra y en torno a los cuales se crean los movimientos del cuerpo, los usos del tiempo, de la energía y el espacio, así como el manejo de los elementos teatrales y musicales.

**Erigir.** Dar a una persona o cosa un carácter o categoría que antes no tenía.

**Flores Canelo, Raúl.** Nació en Coahuila. Se inició como bailarín en el Ballet Nacional de México y fue un destacado protagonista de la Época de Oro de la Danza Moderna Mexicana. En 1966, fundó el Ballet Independiente, que dirigió hasta su muerte en 1992. Destacó por su estilo nacionalista y popular, y por la crítica social de sus obras. Entre sus obras más destacadas se encuentran: *Jaculatoria*, *El poeta*, *El bailarín*, *La espera*, *El hombre y la danza*, *Luzbel*, *Pastorela*, *Queda el viento*.

**Frase de danza.** Una serie de movimientos entretreídos orgánicamente (uno surge de otro, uno permite la realización del otro), en número indeterminado, a los que se les dota de una duración y de un sentido.

**Haikú.** Una de las formas de la poesía tradicional japonesa. Se diferencia de otras formas poéticas por un marcado valor espiritual. Es un poema breve de aproximadamente 17 sílabas que suelen estar organizadas en 3 versos (5-7-5).

**Limón, José.** Bailarín y coreógrafo mexicano, nacido en 1908 en Culiacán, Sinaloa. Vivió la mayor parte de su vida en Estados Unidos, donde se convirtió en un destacado bailarín, bajo la guía y dirección de Doris Humphrey. Fue coreógrafo invitado del Ballet de Bellas Artes durante la Época de Oro de la Danza Moderna Mexicana. Creó un gran número de obras, entre las que destacan *La pavana del moro (Variaciones sobre el tema de Otelo)*, *Los exiliados*, *El traidor*, *El emperador Jones*, *La Malinche*, *Los olvidados*. Creó una técnica para el entrenamiento de sus bailarines utilizando las enseñanzas de Doris Humphrey y su propia experiencia como bailarín y coreógrafo. Creó su propia compañía, la que dirigió hasta su muerte en 1972.

**Música melódica.** Es la música que incluye sonidos que tienen diferentes alturas, es decir, que usan las notas: do, re, mi, fa, sol, la, si. La voz humana y algunos instrumentos musicales, como



las flautas, los acordeones y los pianos, producen música melódica. Los instrumentos de percusión no producen melodía, solamente ritmos.

**McFerrin, Bobby.** Vocalista estadounidense, nacido en Nueva York en 1950. Su trabajo innovador dio un aire refrescante en el escenario del jazz de los años ochenta, particularmente en el mundo de los vocalistas. Gracias a su técnica, registro amplísimo y dominio absoluto del *scat* (improvisación vocal, generalmente con palabras sin sentido, que convierte la voz en un instrumento).

**Piernas.** En la terminología del teatro se denomina “piernas” a las cortinas con las que se separan en “callejones” los laterales de un teatro y permiten a los bailarines las entradas y salidas de escena sin ser vistos por el espectador.

**Punto elevado.** Cambios de matiz en el movimiento, que subrayan la importancia de una frase o varias de ellas en un trozo de danza.

**Trozo de danza.** Varias frases de movimiento entretejidas una con la otra, pero con un sentido.

## Bibliografía

- Blom, Lynne Anne y Chaplin, L. Tarin, *El acto íntimo de la coreografía*, México, INBA/CENIDI-Danza, serie de Investigación y Documentación de las Artes. Segunda época, 1996.
- Cardona, Patricia, *Dramaturgia del bailarín, Anatomía del crítico*, México, Conaculta/INBA, Cenart, Biblioteca digital CENIDI-Danza, 2006.
- Durán, Lin, *La humanización de la danza, Manual del coreógrafo, Danza. Caleidoscopio de la forma artística*, México, Conaculta/INBA/Cenart/CENIDI-Danza José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Humphrey, Doris, *La composición en la danza*, México, UNAM, 1981.
- Laban, Rudolf, *Danza educativa moderna*, México, Paidós, 1989.
- Mendoza Bernal, María Cristina, *La coreografía: el nacionalismo de Raúl Flores Canelo*, México, Conaculta/INBA/Instituto Coahuilense de Cultura, 2006.
- Ponce, Dolores, “Estudio preliminar. De la dramatización del yo a la dramaturgia de la bailarina”, en Kirkland, Gelsey y Lawrence, Greg, *La forma del amor (autobiografía)*, México, Conaculta/INBA/Tecnológico de Monterrey, 2006.
- Tortajada Quiroz, Margarita, “José Limón y las masculinidades hegemónicas: *La pavana del Moro*” en *Casa del Tiempo*, México, UAM, marzo 2003, <http://www.difusioncultural.uam.mx/revista/mar2003/tortajada.html>

## Secuencia de aprendizaje **2**

---

# Juicios críticos acerca de las producciones elaboradas en clase e importancia de la danza como parte de la formación personal

### Propósito

---

Emitir juicios críticos sobre las producciones elaboradas en clase.  
Valorar la importancia de la danza como parte de la formación personal.

### Temas

---

2. Juicios críticos sobre producciones elaboradas en clase e importancia de la danza como parte de la formación personal.

2.1 Valoración de las danzas creativas desarrolladas en clase.

2.2 Valoración de la danza como lenguaje universal, muestra de los rasgos distintivos de lo humano, manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social.

2.3 Valoración crítica de la experiencia dancística en la formación personal.

### Contenido

---

#### 2.1 Valoración de las danzas creativas desarrolladas en clase

En otros momentos ya has analizado tus creaciones y las de tus compañeros. De manera que te has familiarizado con este tipo de proceso. Recuerda que la valoración de una obra de danza implica hacer juicios fundados: argumentar, lo que conduce a un análisis cuidadoso de la coherencia, unidad y claridad de todos los elementos que integran la obra, pero también de su capacidad y fuerza para producir experiencias estéticas.

Comentar una obra de danza no es tarea fácil, pues muchas de las sensaciones y emociones que despierta son indescriptibles: no contamos con las palabras necesarias para hacerlo, en particular cuando deseamos establecer diferencias en las múltiples calidades que puede tener

un movimiento. Sin embargo, los investigadores de este arte continuamente intentan desentrañar el misterio de la danza.

A continuación presentamos algunos fragmentos del análisis de Cristina Mendoza sobre la obra “*Poeta*” del coreógrafo mexicano Raúl Flores Canelo. Esta investigadora utiliza algunas herramientas de la descripción etnográfica, a la vez que emplea recursos provenientes del análisis de movimiento de Laban (que ya son familiares para ti), sin olvidar la necesaria contextualización e historización de la obra.



Ensayo de *El hombre y la danza*, Ballet Independiente, Bailarines: Cecilia Baram, Silvia Unzueta, Raúl Flores Canelo, Socorro Meza y Patricia Ladrón de Guevara, 1976. Fototeca CENIDI-Danza José Limón

En “*Poeta*”, el coreógrafo se inspiró en la vida y obra de Ramón López Velarde. Según la investigadora, aunque la obra es cronológica, el coreógrafo sólo toma los episodios con los que se identifica y les da un tratamiento poco realista. Esta coreografía recrea una atmósfera “romántico-provinciana que no corresponde en concepto ni en desarrollo formal a la obra de López Velarde, mucho más atrevida y representativa del modernismo. Si bien la temática de sus poemas giró alrededor del amor y la muerte, no fue a la manera del romanticismo. Su crudeza de concepto y la agudeza de la palabra marcan una distancia significativa con respecto a éste” (Mendoza, 2006:251). Mendoza parte de la revisión de los poemas de López Velarde para rastrear las fuentes de la coreografía creada por Flores Canelo. Detengámonos un poco a analizar la siguiente selección de fragmentos y cómo los vincula con las imágenes creadas a través de la danza:

En López Velarde la imagen de la muerte es devastadora; se teme, pero a la vez se acepta y se espera con resignación. Algunos de los versos de sus poemas *Muerte*, *Te honro en el espanto* y *El sueño de los guantes negros* nos permiten acercarnos a la idea coreográfica de Flores Canelo.

*Muerte*

[...]

Se derramó tu espíritu  
cual vaso de ambrosía,  
y en tu mano difunta  
puso mi amor una azucena.

[...]

*Te honro en el espanto*

[...]

Y porque eres, Amada, la armoniosa elegida  
de mi sangre, sintiendo que la convulsa vida  
es un puente de abismo en que vamos tú y yo,  
mis besos te recorren en devotas hileras  
encima de un sacrílego manto de calaveras  
como sobre una erótica ficha de dominó.

[...]

*El sueño de los guantes negros*

[...]

De súbito me sales al encuentro  
resucitada y con tus guantes negros.  
Para volar a ti, le dio su vuelo  
el Espíritu Santo a mi esqueleto.  
Al sujetarme con tus guantes negros  
me atrajiste al océano de tu seno  
y nuestras cuatro manos se reunieron  
en medio de tu pecho y de mi pecho,  
como si fueran los cuatro cimientos  
de la fábrica de los universos.

[...]

La idea de muerte en Raúl Flores Canelo no refleja terror alguno, antes bien, trabaja a este personaje –una *Catrina* posadiana– con un esteticismo que elimina toda sensación de rechazo. La escena final de *Poeta* no es otra que la entrega del hombre a su nueva amante, la muerte. Escena de un apasionamiento sereno, inusitado, que se desarrolla en un tiempo largo hasta lo indecible por la certeza de su fin. No es una visión terrorífica, es penetrante y casi natural, aunque bañada de simbolismo (Mendoza, 2006:251-252).

Según la investigadora, ¿cuál es la principal diferencia entre el concepto de muerte del poeta y la del coreógrafo?

---

---

---

---

---

---

---

Lee nuevamente los fragmentos de los poemas y escribe la sensación que te producen. Si consideras necesario busca los poemas completos. ¿Tu experiencia concuerda con la de la investigadora? Explica tus semejanzas o diferencias.

---

---

---

---

Reúnete con un compañero y creen una breve frase de movimiento en que recreen las sensaciones que les produjo el poema. Recuerden que la dinámica, el tempo y la música elegida son fundamentales para producir sensaciones y emociones. Improvisen algún accesorio o vestuario que apoye el sentido de los movimientos. Presenten el trabajo ante sus compañeros. Escuchen sus comentarios acerca de la interpretación dancística del poema. Recuerden que en la danza una traducción literal no siempre es la mejor, porque puede reducirse a la mímica y perder la fuerza simbólica característica de la danza.

Narra tu experiencia en esta “traducción dancística” de los poemas y las de tus compañeros, al observarla.

---

---

---

---

Regresemos al trabajo de Cristina Mendoza de *Poeta* y revisemos algunas de sus descripciones y análisis de movimiento.

Se inicia la música y en la penumbra aparece la imagen de una mujer que teje... teje la vida. La atmósfera es hogareña, cotidiana. Una mecedora, una mesa alta, un candelero y una cuna conforman este ambiente de añoranza infantil.

La mujer tira de la hebra y recoge la bola de estambre, se despereza con los dos brazos en alto, mientras cobra vida la imagen de una nana que mece una cuna suspendida en el aire. La tejedora se levanta, toma con la mano derecha el candelero, danza por el escenario utilizando trayectorias circulares. La tejedora se asoma a ver al bebé dentro de la cuna hasta percatarse de que alguien se acerca, momento en que desaparece por el extremo derecho del escenario.

Los motivos de movimiento que utiliza esta danza son *attitudes*, giros sobre una extremidad, *piqués en arabesque* y carreras, generalmente acompañados de brazos suaves, extendidos a lo alto a los lados del torso. La línea de piernas y brazos es alargada. Su dinámica es peso ligero, espacio directo y flujo contenido [...], muy semejante a la de la danza clásica, aunque con una rigidez menor, principalmente en los brazos. La danza tiene desplazamientos en línea recta hacia adelante y curvas. La atención del personaje oscila entre los objetos de la escenografía y la cuna. El tono de la escena se mantiene de principio a fin (Mendoza, 2006:255-256).

¿El texto te permite recrear imaginariamente la escena? Intenta recrear en movimiento alguna de las descripciones y escribe tu experiencia.

---

---

---

---

---

¿Piensas que este tipo de descripciones ayudaría a recrear obras que en otro momento histórico fueron consideradas obras de arte? ¿Permiten conocer las intenciones del artista? ¿Favorecen la valoración de las producciones dancísticas? Argumenta tu respuesta.

---

---

---

---

---

Reúnete con tres o cuatro de tus compañeros y seleccionen alguno de los trabajos del tema anterior de esta secuencia o bien de la secuencia anterior. Describan lo más detalladamente posible de lo que sucede en escena. Incluyan una descripción de la calidad de los movimientos y de las principales acciones (flexiones, extensiones, rotaciones, etcétera), así como de la temática y contexto que recrea la coreografía. Concluyan el análisis con un comentario crítico de la obra.

Coordinados por el maestro, todo el grupo reunido, elija los análisis mejor descritos y argumentados, elaboren un folleto, una revista o un periódico mural con los textos. Ilústranlas con dibujos o fotos.

## **2.2 Valoración de la danza como lenguaje universal, muestra de los rasgos distintivos de lo humano, manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social**

La danza, como forma de comunicación humana por medio del cuerpo en movimiento, es considerada por muchos un “lenguaje” universal, cuya fuerza es capaz de hermanar a los humanos. Se reconoce, pese a las significativas diferencias culturales e históricas, que la danza tiene la capacidad para comunicar, sin importar raza o identidad social y cultural, pues gracias a ella se hace comprensible toda aquella expresión humana para la cual las palabras son insuficientes. Ello considerando que su lenguaje sintético y simbólico tiene la fuerza suficiente para tocar más que el intelecto, las fibras más profundas de los seres humanos y conmoverlos.

En un grupo de tres o cuatro compañeros, busquen alguna obra de danza europea, oriental o africana. Tomen notas acerca de las diferencias o semejanzas con las obras de danza que han visto hasta el momento. ¿Qué les transmitió la obra? ¿La “comprendieron”? Comenten las sensaciones y emociones que les produjo.

---

---

---

---

---

Lee los siguientes textos y realiza las actividades que se piden.

La aspiración humana por superar la realidad hizo desde tiempos inmemoriales buscar a los hombres un camino más corto, pero más profundo y misterioso para encauzar sus propias actividades vitales dentro de una interpretación menos real pero más fantástica de las fuerzas de la naturaleza, infundiéndole un valor artístico, simbólico y metafísico a la realidad. Así es como esa superación liberadora, imaginativa del hombre sobre su propio ambiente, lo sumergió cada vez más en una eterna aspiración cósmica. La danza se hace entonces expresión y pretende interpretar las manifestaciones de la fuerza vital que ata al hombre a la naturaleza. Sólo en la danza hecha rito, símbolo, mito y arte, es donde el hombre puso mayor afán expresivo y en la que hizo participar más elementos sacados de su propio ser sicofísico (Colombia Moya, citado por Waldeen, 1982:139).

Según Colombia Moya, ¿por qué danza el hombre?

---

---

---

---

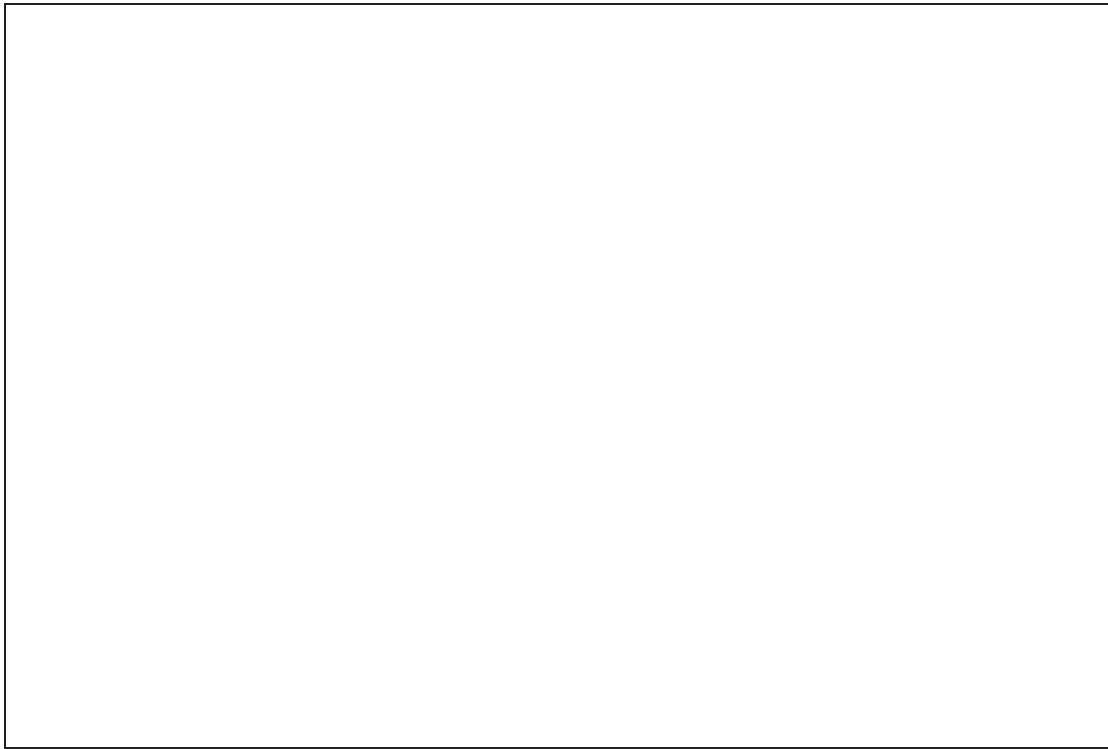
---



*Culturas del Mundo: Danza oriental. Fototeca CENIDI-Danza José Limón.*

La danza es un lenguaje vivo que habla sobre el hombre; un mensaje artístico que se eleva por encima del terreno de la realidad para hablar en nivel más alto, en imágenes y alegorías, de las emociones más profundas del hombre y de su necesidad por comunicarse (Mary Wigman, citado por Waldeen, 1982:129).

Dibuja una alegoría de la danza y el hombre, inspirándote en el texto de Wigman.



La danza recoge los elementos plásticos, los grandes gestos o grandes posturas corporales y los combina en una composición coherente y dinámica. El hombre realiza esa "construcción" plástica inspirado por sentimientos de orden superior. El espíritu que sopla en toda forma de arte y sugiere sus combinaciones de gestos y la armonía total viviente hace de la danza una obra categóricamente artística. El hombre que danza o que contempla la danza lo hace sumergido en el estado anímico que se entiende como sensación estética o sensación de belleza. La danza es una creación de belleza y es valedera por sí misma, como obra bella; o es utilizada por el hombre que danza, o por los demás hombres que delegan en él, con el propósito de exaltar el trance del espíritu, anegado por la emoción religiosa y por la exaltación de potencias vitales como el amor, la alegría, el *entusiasmo*, que es el frenesí de las bacantes en las fiestas de Dionysos (Salazar, 1949:9).



Según Adolfo Salazar, ¿cuál es el estado anímico en que el hombre se sumerge al danzar?

---

---

---

---

---

---

Reúnete con un compañero, creen una frase de danza en que expresen el *entusiasmo* que les provoca y compártanla con el resto del grupo.

La danza es una forma de existir. No simplemente juego sino celebración, participación, y no espectáculo; está entrelazada con la magia y la religión, el trabajo y la fiesta, el amor y la muerte. Los hombres han bailado todos los momentos solemnes de su existencia: la guerra y la paz, el matrimonio y los funerales, la siembra y la cosecha.

En todas las lenguas europeas la palabra *danza, dance, tanz*, deriva de la raíz *tan*, que en sánscrito significa “tensión”. Bailar es sentir y expresar, con la máxima intensidad, la relación del hombre con la naturaleza, con la sociedad, con el porvenir y con sus dioses. Bailar es, primero, establecer una relación activa entre el hombre y la naturaleza, es tomar parte del movimiento cósmico y de su dominio. [...]

La danza es pues una manera total de vivir el mundo; es a la vez conocimiento, arte y religión. Sabiduría plena de la cual Dios es la fuerza creativa siempre en nacimiento y siempre presente en el corazón de toda existencia. Nos revela que lo sagrado es también carnal y que el cuerpo puede mostrar lo que un espíritu descarnado no conoce: la belleza y la grandeza de la acción realizada cuando el hombre no está dividido de sí mismo, sin presente en todo lo que hace.

Este enriquecimiento de la vida lo sentimos cuando la danza ejerce en nosotros la fascinación del mar, de las nubes, del fuego o del amor (Garaudy, 2003:15-17).

¿En qué se sustenta Roger Garaudy para afirmar que la danza es una forma de existir?

---

---

---

---

---

---

Reúnete con todo el grupo y elaboren un *collage* en que se aprecien la relación de la danza con el hombre, con su medio cultural y la satisfacción o entusiasmo que produce. Inviten a la comunidad escolar.

## 2.3 Valoración crítica de la experiencia dancística en la formación personal

Durante el curso de danza has desarrollado habilidades y actitudes de las que no siempre estás consciente, además de haber logrado una mejora en la coordinación y manejo de tu cuerpo.

Responde el siguiente cuestionario que te servirá para valorar tu grado de avance y las áreas en que se ha reflejado.

A) Comencemos con el *área física y corporal*.

Revisa el cuaderno en el que has registrado tu avance en la colocación y la alineación corporal. ¿Cuáles han sido tus logros? ¿Tienes ya una colocación funcional y correcta que te permite moverte con facilidad y sin el uso exagerado de energía? Escríbelos o bien elabora una serie de dibujos en que muestres los cambios.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

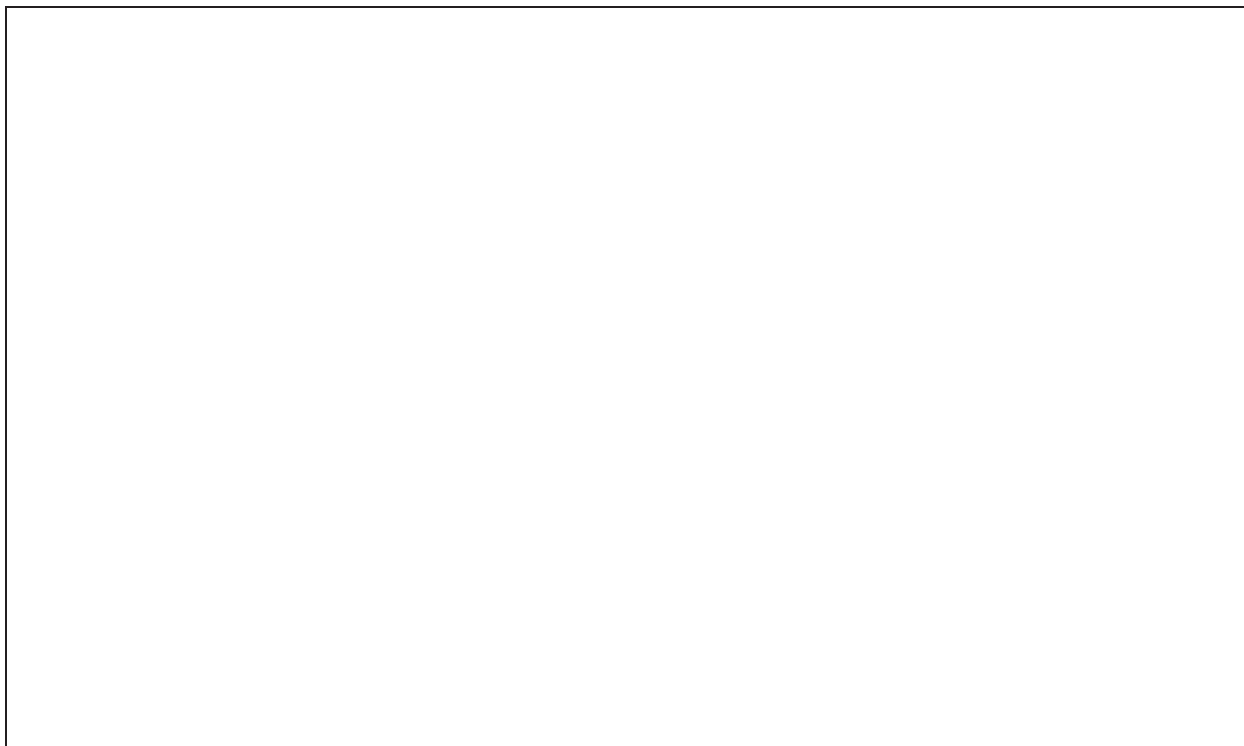




Foto: Rocío Hidalgo, *Clase de Alma Mino en la Academia de la Danza Mexicana*, Archivo personal de Alejandra Ferreiro, 2001.

¿Has incrementado la flexibilidad y elasticidad de tu cuerpo? ¿Sientes aumento en la fuerza y resistencia de tus músculos? ¿Has perfeccionado tu coordinación motriz? ¿Has mejorado la movilidad general de tu cuerpo? Escribe o dibuja tus logros.

---

---

---

---

¿Te mueves con mayor facilidad en relación con la música? ¿Has mejorado tu ritmo y musicalidad? ¿Has mejorado tu expresividad? Escribe tus experiencias o bien dibújalas.

---

---

---

---

---



B) Área social y de vínculo con los grupos:

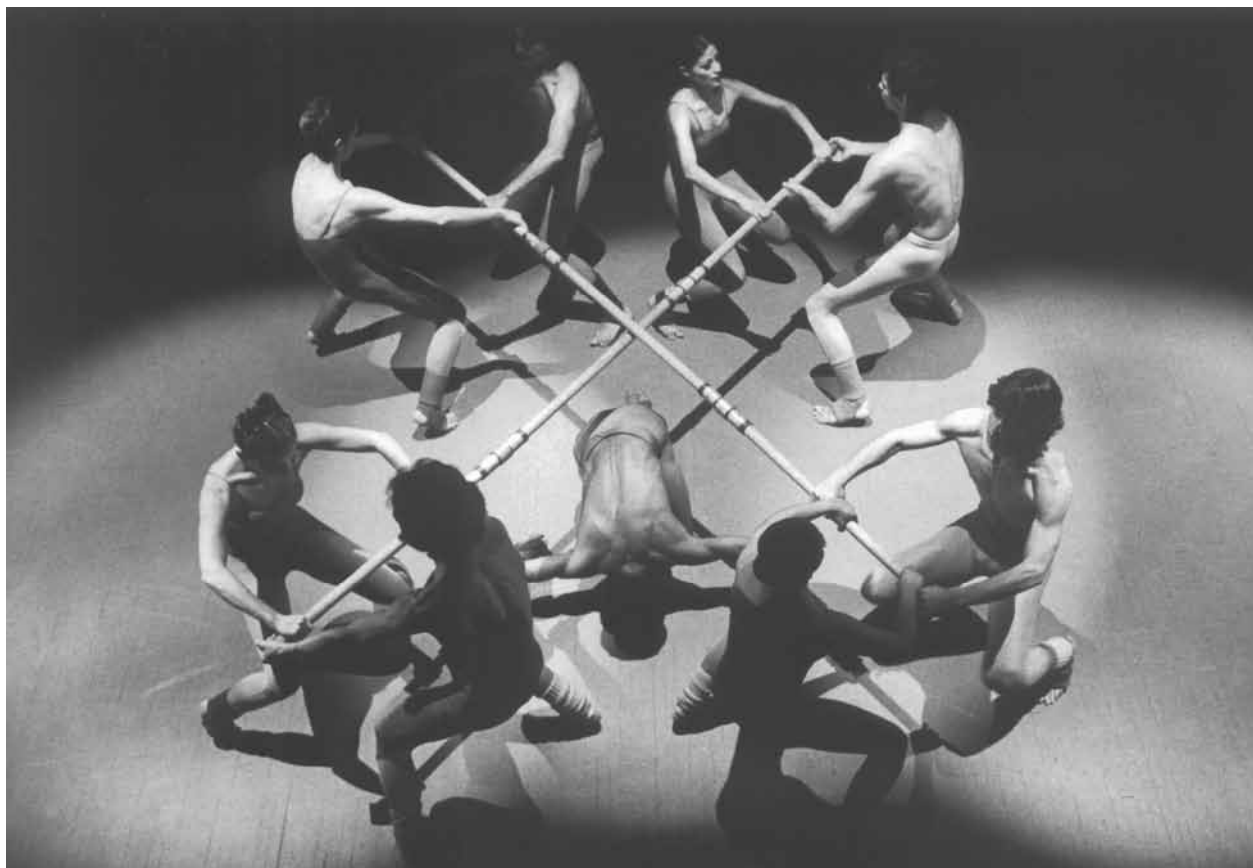


Foto: Jorge Contreras Chacel, *Rito a la danza*, Ballet Independiente, 1980. Fototeca CENIDI-Danza José Limón

¿La danza te ha ayudado a relacionarte con mayor facilidad con otras personas? ¿Te ha dado seguridad para presentarte en algún escenario? ¿Sientes que ha mejorado tu sensibilidad hacia las otras personas y percibes con mayor facilidad su comunicación no verbal? Responde con una narración o un dibujo.

---

---

---

---



*C) Área afectiva o emocional:*

¿La danza te ha ayudado a expresar con mayor facilidad tus sentimientos? ¿Cuando bailas te desahogas y liberas las tensiones? ¿Logras olvidar tus problemas cuando bailas? ¿Te sientes más tranquilo y liberado? Comenta o dibuja las emociones y sentimientos que te produce bailar y si éstas generan un estado de ánimo agradable.

---

---

---

---



*D) Área intelectual y cultural:*

¿Consideras que el aprendizaje de la danza y la reflexión acerca de tus creaciones ha desarrollado tus habilidades intelectuales? ¿Has descubierto e incrementado tu capacidad creativa y desarrollado tu imaginación? ¿Has incrementado tu cultura general? Argumenta tu respuesta.

---

---

---

---

¿En general, consideras que la danza ha favorecido tu formación personal? Comenta tus experiencias y escribe o dibuja algunos ejemplos.

---

---

---

---

Da una calificación entre 0 y 4 a cada aspecto y elabora una gráfica de la mejora personal alcanzada en la clase de danza. Puedes considerar los siguientes valores: 0: nada, 1: poco, 2: regular, 3: buena, 4: muy buena.

Coordinados por el maestro, todo el grupo comente sus avances y comparta con sus compañeros la gráfica de avances.



Foto: Rocío Hidalgo, *Clase de Luis Fandiño en la Academia de la Danza Mexicana*, Archivo personal de Alejandra Ferreiro, 2001.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>2.1 Valoración de las danzas creativas desarrolladas en clase.</p> <p>2.2 Valoración de la danza como lenguaje universal, muestra de los rasgos distintivos de lo humano, manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipo. Leer el análisis propuesto. Responder preguntas. Comentar el poema y “traducirlo a movimiento”. Leer fragmento de análisis y comentar. Seleccionar un trabajo previo de clase y elaborar una descripción y análisis de movimiento. Seleccionar los mejores análisis y elaborar un folleto o revista.</li> <li>▪ Trabajo en equipo. Buscar y observar una danza de otro país o continente. Discutir su comprensión. Leer fragmentos teóricos de danza. Comentar los aspectos por los que puede ser valorada . Elaborar un <i>collage</i>.</li> </ul>

<p>2.3 Valoración crítica de la experiencia dancística en la formación personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo individual y grupal. Valoración del avance personal. Calificar el avance y elaborar una gráfica del mismo. Comentar con todo el grupo sus reflexiones y plantear metas para el curso.</li> </ul>
--	---

## Desarrollo de las actividades sugeridas

### 2.1 Valoración de las danzas creativas desarrolladas en clase

**Trabajo en equipo. Leer el análisis propuesto. Responder preguntas. Comentar el poema y “traducirlo a movimiento”. Leer fragmento de análisis y comentar. Seleccionar un trabajo previo de clase y elaborar una descripción y análisis de movimiento. Seleccionar los mejores análisis y elaborar un folleto o revista.**

1. Lean el fragmento del análisis de la obra propuesta.
2. Respondan las preguntas e identifiquen las diferencias entre la visión del coreógrafo y la del poeta en quien se inspira para su creación coreográfica.
3. Comenten las sensaciones y emociones que les producen los fragmentos de poemas de López Velarde y con una pareja creen una frase de movimiento en que las recreen. Busquen una música para acompañarla y algún accesorio que ayude a dar el sentido deseado. Compartan su creación con sus compañeros.
4. Escriban su experiencia en la “traducción” de poesía a movimiento.
5. Lean los fragmentos descriptivos y analíticos de Cristina Mendoza y reflexionen si éstos ayudan en la valoración y reconocimiento de las intenciones del artista.
6. En equipo, seleccionen algún trabajo previo y descríbanlo lo más detalladamente posible. Incluyan un sencillo análisis de las calidades de movimiento (tiempo, energía, espacio y flujo), de las principales acciones (flexiones, extensiones, rotaciones, etcétera), así como de la temática y contexto que recrea la coreografía. Concluyan el análisis con un comentario crítico de la obra.
7. Coordinados por el maestro, todo el grupo reunido elija los análisis mejor descritos y argumentados; elaboren un folleto, una revista o un periódico mural con los textos. Ilústrenlas con dibujos o fotos.
8. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### 2.2 Valoración de la danza como lenguaje universal, muestra de los rasgos distintivos de lo humano, manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social

**Trabajo en equipo. Buscar y observar una danza de otro país o continente. Discutir su comprensión. Leer fragmentos teóricos de danza. Comentar los aspectos por los que puede ser valorada la danza. Elaborar un *collage*.**

1. Reúnanse en equipos de tres o cuatro compañeros y busquen en Internet o con su maestro una danza europea, oriental o africana. Véanla, tomen notas acerca de las diferencias que encuentran con las obras de danza creadas y vistas hasta el momento. Discutan con sus compañeros si comprendieron la obra y qué les produjo.



2. Lean los fragmentos acerca de la relación de la danza con el hombre como manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social. Coméntenlos en pequeños grupos y elaboren un *collage* en que muestren los diferentes aspectos por los que la danza es valorada.
3. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## 2.3 Valoración crítica de la experiencia dancística en la formación personal

**Trabajo individual y grupal. Valoración del avance personal. Calificar el avance y elaborar una gráfica del mismo. Comentar con todo el grupo sus reflexiones y plantear metas para el curso.**

1. Valoren su avance en las áreas físico-corporal, emocional, social e intelectual. Respondan las preguntas o bien elaboren una secuencia de dibujos en que muestren sus avances.
2. Den una calificación de 0 a 10 a cada uno de los aspectos analizados y elaboren una gráfica de su avance.
3. Coordinado por el maestro todo el grupo reunido comente los resultados de su análisis y compartan su gráfica. Establezcan metas por desarrollar al finalizar el curso.
4. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### Autoevaluación

1. Realiza una descripción y el análisis de movimiento de alguna escena de danza.
2. Explica al menos uno de los aspectos por los que la danza puede ser valorada.
3. Escribe los aspectos en que pueden ser valoradas las aportaciones de la danza en la formación personal.

### Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
2.1 Valoración de las danzas creativas desarrolladas en clase. 2.2 Valoración de la danza como lenguaje universal, muestra de los rasgos distintivos de lo humano, manifestación social y cultural y medio de satisfacción personal y social. 2.3 Valoración crítica de la experiencia dancística en la formación personal.	<p>Libro: <i>La coreografía: el nacionalismo de Raúl Flores Canelo</i>, de Cristina Mendoza</p> <p>Libro: <i>La danza: Imagen de creación continua</i>, de Waldeen.</p> <p>Libro: <i>Danzar su vida</i>, de Roger Garaudy.</p> <p>Libro: <i>Desarrollo de la creatividad por medio del movimiento y la danza</i> de Alejandra Ferreiro y Josefina Lavalle.</p>	<p>Profundizar en la descripción y análisis de una obra de danza.</p> <p>Encontrar textos para valorar la danza desde diferentes perspectivas.</p> <p>Encontrar textos para valorar el potencial educativo y psicopedagógico de la danza.</p>

## Glosario

**Alegoría.** Del griego *allegorein*, “hablar figuradamente”, recurso estilístico muy usado en la Edad Media y el Barroco, que consiste en representar simbólicamente ideas abstractas por medio de figuras en forma humana o como objeto. Ejemplo: una mujer ciega con una balanza es alegoría de la justicia.

**Analogía.** Comparar o relacionar dos o más objetos o experiencias distintas, basándose en las semejanzas.

**Añoranza.** Sensación que se tiene al acordarse de un momento del pasado o de una persona querida que se ha perdido.

**Attitude.** Posición sobre una pierna con la otra levantada atrás, la rodilla flexionada en un ángulo de 90° y bien abierta hacia afuera de modo que la rodilla quede más alta que el pie (Ramírez, 2004).

**Arabesque.** Posición del cuerpo en que una pierna sostiene el peso, mientras la otra se eleva atrás.

**Descripción etnográfica.** Narración detallada de los acontecimientos que se producen en una comunidad, los cuales permiten identificar las costumbres, creencias, mitos, historia de una comunidad. En el caso de una obra de danza esta herramienta de investigación se utiliza para narrar lo más detalladamente posible lo que ocurre durante alguna escena o toda la obra.

**Entusiasmo.** Proviene de la raíz *in theos*, que literalmente significa “vivir en Dios”. Una de sus acepciones hace referencia a la exaltación del ánimo que se experimenta ante algo que se admira; la persona queda “cautivada”.

**Piqué** (picado). Acción en que la pierna de trabajo se extiende para dar un paso al frente y apoyar el metatarso o la punta para sostener el peso del cuerpo en una pierna.

**Piqué en arabesque.** Acción en que se ejecuta un piqué con una pierna, mientras la otra se extiende y eleva atrás.

**Posadiana.** Adjetivo que refiere los grabados de José Guadalupe Posada, quien se hizo célebre particularmente por sus dibujos sobre la muerte (entre las que destaca *La Catrina*) y sus caricaturas políticas.

## Bibliografía

- Cardona, Patricia, *Dramaturgia del bailarín, anatomía del crítico*, México, Conaculta/INBA, Cenart, Biblioteca digital CENIDI-Danza, 2006.
- Durán, Lin, *La humanización de la danza, Manual del coreógrafo, Danza. Caleidoscopio de la forma artística*, México, Conaculta/INBA/Cenart/CENIDI-Danza José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Ferreiro, Alejandra y Lavallo, Josefina, *Desarrollo de la creatividad por medio del movimiento y la danza. Paquetes didácticos*. México, Conaculta/INBA/Cenart, Biblioteca Digital CENIDI-Danza, 2006.
- Garaudy, Roger, *Danzar su vida*, México, Conaculta/Cenart, 2003.
- Mendoza Bernal, María Cristina, *La coreografía: el nacionalismo de Raúl Flores Canelo*, México, Conaculta/INBA/Instituto Coahuilense de Cultura, 2006.
- Ramírez Domínguez, Sylvia, *La terminología de la danza clásica*, México, Conaculta/INBA/Cenart, Biblioteca Digital del CENIDI-Danza, 2004.
- Salazar, Adolfo, *La danza y el ballet*, México, Fondo de Cultura Económica, 1949.
- Waldeen (compiladora y comentarista), *La danza: Imagen de creación continua*, México, UNAM, 1982.

**EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

# **DANZA 3**

## **Bloque 4**

**Preparación para el montaje dancístico  
de un baile popular actual**



# Secuencia de aprendizaje **1**

---

## Preparación para el montaje dancístico de un baile popular actual (parte I)

### Propósito

---

Indagar, observar y reflexionar acerca de un baile popular actual

### Temas

---

1. Contexto sociocultural y características de un baile popular actual.
  - 1.1 Origen sociocultural y transformaciones del baile popular actual.
  - 1.2 Características del baile popular actual seleccionado.
  - 1.3 Identificación de la danza popular actual como reflejo de encuentros sociales y culturales, así como de transformaciones dancísticas.

### Contenido

---

Este tercer año de tu curso de danza estudiaremos los bailes populares actuales. Se trata de que elijas entre el repertorio actual aquel género de baile con el que te sientas más identificado corporal y emocionalmente, y utilices los conocimientos adquiridos en los dos años anteriores en la creación de una obra en que puedas compartir con otros tus experiencias y conocimientos de esta disciplina

En esta secuencia indagarás sobre el origen del baile con el que te identifiques. Para que la investigación sea rigurosa y los hallazgos te sirvan para comprender y recrear el sentido corporal y emotivo del baile seleccionado, conviene que trabajes en paralelo ésta y la siguiente secuencia de este bloque, en la que prepararás el montaje de la obra.

#### 1.1 Ubicación de la danza en el contexto sociocultural

En el bloque 2, secuencia 2, *Apuntes. Danza 2*, investigaste sobre cuatro géneros del baile popular actual: ritmos afrolatinos o caribeños, bailes finos de salón, bailes populares y bailes populares actuales.

Reúnete en un equipo con tres o cuatro compañeros. Revisen el material producido, en especial el cuadro sobre los bailes populares actuales con arraigo en nuestro país y los resultados de la práctica de observación de un baile de tu comunidad. Elaboren un breve resumen con las ideas principales.

---

---

---

Discutan cuál de los géneros del baile les atrae más y escriban las razones.

---

---

---

Lee cuidadosamente la información, que te proporcionamos a continuación, de algunos de los bailes populares actuales de mayor arraigo en nuestro país. Complementa la lectura escuchando algunos discos o casetes para identificar los ritmos de los distintos bailes; también puedes ver algunos videos o películas en los que aparecen. Si entre tus compañeros hay quienes conozcan alguno de los bailes mencionados, pueden hacer demostraciones para comparar los estilos, el movimiento y la expresión característicos de cada baile.

Reúnete con todo el grupo y, con ayuda del maestro, elijan el baile que aprenderán y escenificarán. Para decidir consideren: las preferencias de la comunidad en que viven, o bien de la comunidad escolar; los conocimientos de su maestro o de algunos miembros de la comunidad que pueden colaborar con la puesta en escena y los gustos del grupo.

### **Principales bailes populares actuales en nuestro país**

Entre la gran variedad de ritmos *afrolatinos* o *caribeños* existentes, aunque en diferentes épocas, los que más se han destacado en nuestro país han sido: salsa, merengue, cumbia, mambo y cha-cha-cha. Revisemos brevemente algunas de sus características.

#### **A) Salsa**

El baile al que se ha denominado salsa surge en los años setenta en la comunidad cubana y puertorriqueña de Nueva York como resultado de la mezcla de ritmos afrocaribeños con el jazz latino. Su estructura está basada en el son cubano y tiene dos secciones: comienza una melodía seguida por el *montuno*, en que las frases se alternan entre solos del cantante y del coro. Se toca en compás de 4/4 y ritmo de clave. La clave es un ritmo sincopado que se produce en dos compases: el primero lo integra una negra con puntillo, una corchea ligada con una negra y otra negra más; el segundo compás, un silencio de negra, dos negras y otro silencio de negra ( | ♩ ♪ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ | ).

El resto de la música se construye en torno a la clave, a la que se agregan ritmos más complejos con las congas, timbales, el bajo, el güiro, el cencerro, los bongós, etcétera, lo que fomenta la creatividad de los músicos, pues es posible improvisar. Las orquestas de salsa, además del arsenal de percusiones mencionado, incluyen una sección de trompetas.

En español, el término salsa hace referencia a un aderezo, y al parecer se utilizó esta palabra para nombrar esta nueva creación musical y dancística por la petición de “echarle un poquito de salsita a esa música”, es decir, de incrementar el tempo de la música. Muchos coinciden en que el término salsa fue el nombre comercial que algunas disqueras dieron a la música popular

latina en los Estados Unidos. La popularidad de este género ha producido derivaciones múltiples, entre los que destaca la salsa romántica.

Se dice que en la salsa todo se vale, por lo que su estilo es muy libre. La posición de la pareja es similar a la de todos los bailes caribeños: cuerpos juntos, la mujer con el brazo izquierdo toma el brazo derecho del hombre y viceversa, y con el brazo derecho extendido, la mujer descansa su mano derecha sobre la mano izquierda del hombre, quien con el brazo extendido la toma firmemente con la suya.



Clases de bailes finos de salón en el Salón Riviera, 1990. Fototeca del CENIDI-Danza.

## B) Merengue

El merengue es un baile originario de la República Dominicana, cuyos antecedentes se encuentran en los bailes de los esclavos africanos llegados a América, en el cual también hay influencia española e indígena. Este baile se integró con facilidad a los sectores populares, y aunque las clases altas tardaron más en aceptarlo por el carácter picaresco y erótico de la letra, durante el siglo XX ha adquirido el carácter de baile nacional de esa isla antillana. Hay varios tipos de merengue: *cibaeño*, *apambichao* y *coeño*. Se toca en un compás de 2/4 y su estructura básica consta de tres partes: paseo, merengue y jaleo.

El merengue es un baile alegre y fácil de gran contenido emocional y erótico por el fuerte contacto cuerpo a cuerpo. El movimiento se centra en las caderas, los hombros apenas se mueven y los brazos permanecen inmóviles, lo que le da su carácter sensual.



### **C) Cumbia**

La cumbia es un ritmo tradicional de Colombia, cuyo origen parece remontarse al siglo XVIII, en el que se fusionan las melancólicas melodías indígenas con los ritmos africanos alegres y pícaros, que destacaban por la impetuosa resonancia de sus tambores.

En su forma más tradicional, la cumbia era exclusivamente instrumental y era interpretada por grupos típicos denominados gaiteros, milleros y piteros. Pero, este baile ha evolucionado, se le han incluido letras y algunos instrumentos como el acordeón e incluso instrumentos electrónicos. Se toca en un compás binario que se caracteriza por su acentuación a contratiempo.

Existen tres tipos de cumbia: la cumbia clásica, formada por una melodía indígena y ritmos de tambores negros, exclusivamente instrumental; la cumbia moderna, que incluye instrumentos como la caña de millo, la guacha, las maracas, el tambor llamador, el tambor alegre y la tambora o bombo, e incluye letra; la cumbiamba que se toca con banda.

Pero ha sido el ritmo seductor de la cumbia moderna la que ha conquistado a los jóvenes colombianos y a los de otras latitudes y se ha convertido poco a poco en uno de los bailes populares más demandados en los salones de fiestas.

### **D) Mambo**

El mambo surge de una variación en el esquema formal y de variaciones en la composición instrumental de algunos danzones. El danzón titulado *Mambo* del músico cubano Orestes López da inicio a este género musical y de baile. Sin embargo, será la reelaboración sincopada de este danzón realizada por Pérez Prado, la que dará inicio al ritmo que conocemos como mambo. Dicha reelaboración, tocada en compás de 4/4, consistió en arreglos inspirados en el jazz, la introducción de trompetas, saxos y la percusión cubana característica de este género. El mambo más conocido y de mayor éxito de este músico cubano es *Qué rico el mambo*.

Es uno de los bailes tropicales más rápidos. Se caracteriza por iniciar en el segundo tiempo de la música y el sensual movimiento de las caderas. El mambo puede bailarse en parejas, pero la dificultad de las figuras, su velocidad y los giros, dificulta juntar los cuerpos.

### **E) Cha-cha-cha**

Otra variante del danzón, que surge de las experimentaciones del músico cubano Enrique Jorrín, es el cha-cha-cha. Sus antecedentes son los mismos que los del danzón.

Es un género musical fácilmenteailable por su ritmo ni muy lento ni rápido, así como por la simplicidad de sus pasos. Se toca en un compás de 4/4; el motivo básico está compuesto por cinco pasos: lento, lento, rápido, rápido, lento.

La posición de la pareja es con los cuerpos juntos y los brazos al estilo tropical (la mujer toma con su brazo izquierdo el antebrazo derecho del hombre y el hombre con su brazo derecho toma el antebrazo izquierdo de la mujer, y manos con brazos extendidos, mano derecha de la mujer descansa sobre la mano izquierda del hombre, quien la toma firmemente), realizándose además el característico movimiento de caderas de los bailes caribeños.

El nombre de cha- cha- cha se origina como una onomatopeya del sonido que producen los pies al rozar el suelo cuando se ejecutan los pasos al ritmo de la música. El nombre original que su creador le había dado era neodanzón.

De los **bailes finos de salón**, sin duda el de mayor arraigo en nuestro país, particularmente en los salones de baile de la Ciudad de México es su majestad el danzón.

## F) Danzón

El danzón es uno de los fenómenos musicales que muestran el potencial sintético y dinámico de los ritmos populares. Proviene de la mezcla entre la danza criolla, la contradanza y el son cubano. Su nombre alude al aumentativo de “danza”, como fue conocida la danza criolla en Cuba, debido que se aumentaron sus partes y se extendió el tiempo bailable. Aunque ya había sido tocado, se considera que el creador del primer danzón *Las alturas de Simpson* es el compositor cubano Miguel Failde y Pérez



Litografía de *bailes finos de salón*. Fototeca del CENIDI-Danza.

Se toca en compás de 2/4 y utiliza el cinquillo, ritmo que surge de cinco notas que se adecuan al valor de cuatro. La forma danzón consta de una introducción de ocho compases que se repite, una parte de clarinete, otra vez la introducción que funciona como puente para pasar al trío de metales. Esta forma corresponde a la orquesta de viento que consta de cornetín, trombón de pistones, fígle, dos clarinetes, dos violines, contrabajo, timbales y güiro.

El danzón es más lento y cadencioso que la contradanza y elegante en sus pasos. Las parejas bailan abrazadas con una postura similar a la del tango, pero sosteniendo un intenso contacto visual; al bailar prácticamente no se mueven de su sitio. La parte introductoria no se baila, momento en que la mujer se abanica y conversa íntimamente con su pareja, lo que es una de sus características principales.

Entre los bailes de mayor popularidad en los años sesenta y setenta, destaca por su fuerza y difusión el rock and roll.

### G) Rock and roll



Foto: Fernando Maldonado, *Swing*, Fototeca CENIDI-Danza.

Este género musical, que agrupa diversos bailes populares estadounidenses (*blues, boogie woogie, jazz, country, western*, entre otros), se popularizó en los años cincuenta. El rock and roll engloba distintos subgéneros como el *rockabilly, doo wop, New Orleans, teen idols*. Además, de él se han derivado otros como el *heavy metal*, el *punk*, el *rock progresivo*, etcétera.

El rock and roll está asociado a la rebeldía y necesidad de libertad de los jóvenes de la época mencionada. Entre los intérpretes más famosos destacan Billy Haley y, por supuesto, Elvis

Presley, quien le diera su gran fama. Es un baile vivo de salón, cuyo motivo principal se encuentra en las idas y venidas de la mujer impulsada y guiada por el hombre, de manera que todas las combinaciones resultan del contrapeso de ambos. Incluye giros y trayectorias circulares que alternan el hombre y la mujer, enlazadas y enrolladas, cambios de mano, cargadas y giros de marometa de la mujer.

Uno de los más destacados bailes populares actuales en nuestro país es la quebradita.

## H) Quebradita

Aunque su lugar de origen es polémico, pues unos dicen que nació en Sinaloa y otros en Nuevo León, la Quebradita es un fenómeno musical y dancístico generado por las bandas, entre las que destacan la Banda el Recodo, la Banda Machos, la Cuisillos y la Banda Toro.

Surge a principios de los años noventa y fue difundida por las radiodifusoras, por lo que logró atrapar principalmente a los jóvenes que buscaban nuevas formas para bailar, así como a los inmigrantes mexicanos que han encontrado en la banda una manera de no perder el vínculo cultural con el país.

Se ejecuta con una música alegre en tiempo binario y la pareja completamente abrazada: el hombre toma la cintura de la mujer y coloca su pierna derecha entre las dos piernas de la mujer ejecutando apoyos alternados muy muelleados con pequeños brinquetes y girando por todo el salón; o bien se hacen quebradas, en que el hombre ejecuta un apoyo hacia el frente extendiendo la pierna hasta lograr que la mujer se desequilibre e incline hacia atrás con la espalda recta.

Una vez elegido el baile que aprenderán, lo primero será investigar algunos datos del contexto sociocultural en que se ha desarrollado. Esta información nos ayudará a comprender sus características, a fin de lograr una interpretación de mayor fuerza expresiva y la creación de diseños coreográficos que muestren la energía grupal que se produce en las fiestas sociales en que se baila.

Reúnanse en cuatro equipos y distribuyan los aspectos que abajo se señalan. Busquen información sobre el baile elegido en libros, revistas, en Internet o por medio de entrevistas a bailarines o maestros que conozcan la danza.

### 1. 1 Aspectos históricos

- ¿Cuál es el origen del baile? ¿En dónde se bailaba?
- ¿En qué ritmos está basado?
- ¿Desde cuándo se baila en nuestro país?
- ¿Existe alguna anécdota sobre su creación? ¿El nombre tiene algún significado?
- ¿Quiénes lo han bailado y por qué?
- ¿Qué cambios significativos ha sufrido?
- ¿Cuáles son las fiestas en las que se baila?
- ¿Qué características tiene el grupo o música con que se acompaña?

## 1.2 Aspectos socioeconómicos

- ¿Cuáles son los grupos sociales en que ha tenido mayor fuerza? Elaboren una breve descripción de las características e historia de estos grupos.

## 1.3 Aspectos culturales

- ¿En qué situaciones o momentos se baila? ¿Qué tradiciones se han generado en torno al baile? ¿Quiénes o cómo se promueve la conservación de la tradición?
- ¿Qué otras actividades artísticas se desarrollan en torno al baile?

Organicen e ilustren la información obtenida para presentarla ante el grupo. Luego, entre todos, elaboren una ficha socioeconómica y cultural del baile y una breve reseña histórica del mismo, utilizando los datos aportados por todos los equipos.

## 1.2 Características del baile popular actual seleccionado

Una vez seleccionado el baile, es necesario caracterizarlo e identificar las peculiaridades de la versión que aprenderás. De ahí la importancia de obtener información actualizada y de recuperar algunas experiencias de quienes lo bailan y enseñan, para lo cual conviene que asistas a algún baile popular en que puedas observar y entrevistar a los bailarines.

Reúnete con todo el grupo. Organicen equipos de acuerdo con las indicaciones de su profesor y elaboren los instrumentos y herramientas de investigación (entrevistas, encuestas, guías de observación y de registro del baile) para obtener la información documental y de campo necesaria y así identificar las principales características del baile popular que aprenderán y escenificarán.

### Cuestionario de investigación para lograr la escenificación de un baile popular

De la organización:

1. ¿Dónde se organiza el baile?
2. ¿Quiénes lo organizan?
3. Motivo de organización.
4. Lugar en que se realiza (descripción del espacio, en particular del lugar de la representación)

De los invitados:

1. Razones para ir a un baile
2. Preparativos previos: a) vestimenta; b) arreglo personal, adornos.
3. Recibimiento del invitado en el baile y ubicación de los invitados.
4. Diferencias en vestimenta y comportamiento de acuerdo con el rango social.

De los bailarines:

1. Motivaciones para bailar (edad, experiencia dancística).
2. Formas de elección de la pareja y de invitarla a bailar.
3. Diferencias en las formas de bailar una misma pieza (en pisadas, en movimientos de torso, brazos y cabeza, usos de la energía y el tiempo).
4. Formas de relación con la pareja, con las otras parejas y con el resto del grupo (usos del espacio parcial y total, trazos de piso característicos).

5. Formas de cubrir la pausa entre pieza y pieza y en los descansos de los grupos musicales.
6. Razones por las cuales una pareja abandona la pista de baile.
7. Formas en que se deja a una pareja.
8. Relaciones entre los bailarines y los observadores.
9. Razones por las que se puede suspender un baile.
10. Elementos visuales y sonoros que acompañan la danza (escenografía, iluminación, instrumentos musicales o acompañamiento sonoro).

De los observadores:

1. Razones para no bailar.
2. Relación con otros observadores.
3. Formas de despedirse de un baile.

Después del baile.

1. ¿Qué se acostumbra hacer?
2. Reuniones posteriores al baile y razones de las mismas.

Elaboren un reporte en que organicen la información e ilústrenlo con dibujos, fotografías, videos, material sonoro e instrumentos musicales. Cada equipo presente ante el grupo los resultados de su investigación y entre todos los equipos elaboren una carpeta.

Ahora distribúyanse en tres equipos, elijan uno de los rubros que abajo se proponen y busquen información en revistas, libros, Internet o el video sugerido, para identificar las características del baile popular.

1. Aspectos coreográficos: nombre del baile (relación con su significado), nombre y número de partes que lo integran, diseños coreográficos, pasos o pisadas. Relación con la pareja y el resto del grupo.
2. Música: tipo de conjunto (por ejemplo, banda, orquesta), número de instrumentos, procedencia de los integrantes del grupo, de los instrumentos y las melodías, coordinación con los bailarines, otros elementos sonoros (cantos, gritos, versos).
3. Vestuario: descripción de la vestimenta de hombres y de mujeres, accesorios y materiales.

Elaboren una ficha de las características del baile popular, ilústrenla con dibujos y fotografías. Cada equipo presente su trabajo ante el grupo y entre todos elaboren un periódico mural con la información obtenida.

- Descripción general del lugar en que se realiza el baile.
- Participación de grupos o bandas. Descripción de los instrumentos, número de participantes y organización musical de las tandas (duración de cada participación, ritmos musicales predominantes, orden de presentación de las piezas musicales, participación del público en la petición de ciertas piezas).
- Descripción general de los asistentes al baile: edad, vestimenta, participación activa, (bailando, cantando, tocando) o pasiva (observando).
- Organización general de las tandas de danza (periodos en que predominan cierto tipo de bailes). Predominancia de ciertos ritmos.
- Identificación de preferencias según edades y ritmos musicales. Relación con las tandas y orden de las mismas.

- Identificación de gestos, posiciones y movimientos corporales característicos. Descripción de los usos de la energía, tiempo, espacio y flujo más comunes.
- Identificación de pisadas y trazos coreográficos característicos. Relación de las parejas con otras parejas. Bailes grupales o comunitarios.

### **1.3 Identificación de la danza popular actual como reflejo de encuentros sociales y culturales, así como de transformaciones dancísticas**

A lo largo de nuestra historia encontramos numerosos ejemplos de encuentros culturales, de los cuales ha surgido una nueva cultura mestiza, híbrida. Esta creación cultural dejó honda huella en las producciones dancísticas. Al estudiar nuestras danzas con fines rituales, seguramente descubriste que en la mayoría de ellas, sus antecedentes se remontan a la época colonial, momento histórico en que vivimos el más significativo choque y encuentro cultural de nuestra historia y la de toda América Latina. En las danzas quedó la imborrable marca de la Conquista, particularmente de la espiritual, pues la mayoría de los evangelizadores aprovecharon la fuerza estética de las culturas prehispánicas para lograr que nuestros antepasados incorporaran a su vida la nueva religión.

La influencia española no se limitó a la evangelización; los nuevos pobladores trajeron consigo “numerosas canciones, músicas y bailes procedentes de diversas regiones de la península ibérica, entre los que destacaron diversas formas de zapateados de origen gitano y andaluz, además de las seguidillas manchegas y castellanas, consideradas entre las más antiguas de España” (Ramos, 2005: 139).

También se produjeron otros encuentros culturales. La influencia de los esclavos negros que llegaron a la Nueva España durante el siglo XVI tuvo una significativa participación en la creación cultural y racial que se produjo en los tres siglos de vida colonial. Esta influencia ha sido menos reconocida y estudiada, su importancia ha sido opacada por la fuerza cultural de nuestro pasado prehispánico. Sin embargo, los estudios sobre la sociedad colonial destacan su presencia, tanto en la multiplicidad de castas generadas, como en el potencial contestatario y subversivo que crearon los movimientos rítmicos y voluptuosos de sus danzas. Al respecto, la historiadora de la danza novohispana Maya Ramos comenta:

La presencia africana sería de vital importancia en el desarrollo de la música y el baile populares. Su música y sus bailes empezaron a predominar muy tempranamente entre las clases populares, mediante el atractivo que ejercían sus ruidosas “juntas” o fiestas realizadas a cualquier hora y en plena calle de la ciudad, cuya euforia traía consigo desórdenes, embriaguez e incluso hechos violentos. Consideradas como elemento perturbador del orden público, dieron origen a quejas y ordenanzas destinadas a contenerlas, mientras que su influencia se hizo sentir en nuevos bailes y coplas que pronto provocarían indignadas censuras y prohibiciones (Ramos, 2005:136-137).

Entre los bailes que más destacaron por el número de denuncias y prohibiciones de la Inquisición por su “lascivia” y “deshonestidad” se encuentran: *El Animal*, *El Chuchumbé* y *el Jarabe Gatuno*.

Los tres siglos de dominación colonial y el continuo sincretismo cultural no lograron disolver del todo la fuerte presencia africana en nuestro país. Basta un recorrido por las costas, principalmente de Guerrero, Oaxaca y Veracruz, para que aún podamos gozar de su potencia

cultural, la cual es palpable en el carácter bullanguero, irónico y festivo característico de los costeños y en la sensualidad de sus bailes.

Otra influencia cultural, aún menos estudiada que la africana, es la proveniente del Oriente (filipinos, chinos y malayos, entre otros), con el cual hemos sostenido un intenso y continuo intercambio mercantil en las costas del Pacífico. “Designados en general como ‘chinos’, pertenecieron a los sectores populares de la población novohispana y se distinguieron como artesanos, barberos o vendedores ambulantes; pero muchos de ellos se desempeñaron como músicos, cantores y maestros de baile, o bien como titiriteros, prestidigitadores y acróbatas, cuyas actividades serían mencionadas con frecuencia durante los siglos XVII y XVIII” (Ramos, 2005: 138).

No sorprende entonces que de esta pluralidad cultural haya surgido la fuerza creativa y sincrética de nuestra cultura, expresada en la gran variedad de danzas y bailes populares tradicionales, entre otras producciones culturales, las que al arraigarse en alguna región o comunidad de nuestro país han contribuido a generar identidades locales, características que parecen desdibujar su procedencia mestiza, híbrida.

Nuestras tradiciones no se han mantenido estáticas desde la Colonia, también en el siglo XIX encontramos importantes influencias culturales provenientes del centro de Europa, de las que surgieron producciones dancísticas que echaron raíces y tomaron carta de naturalización. Es el caso del vals, la polca, la redova y el chotis, de los cuales ya tienes alguna información.

Durante el siglo XX, las influencias no dejaron de hacerse presentes, pero ahora provenientes de los países caribeños, antillanos y latinoamericanos. Así, tenemos por ejemplo, la llegada del *danzón* proveniente de la Habana, el *merengue* de la República Dominicana y Haití y la *lambada* del Brasil, entre otros más que hemos mencionado en esta secuencia. Estos bailes también han tenido múltiples transformaciones, debido principalmente a las continuas corrientes migratorias entre los países y a la creciente fuerza de los medios de comunicación masiva y las nuevas tecnologías, entre los que destaca el Internet.

Todo el grupo divídase en tres equipos. Elijan alguno de los géneros de danza: danza con fines rituales, danza popular tradicional (baile folclórico) o baile popular. Elijan alguno de los subgéneros y elaboren su árbol genealógico. Elaboren un breve escrito en el que indiquen las características de los géneros de danza o baile de que procede y las transformaciones dancísticas y musicales sufridas. Ilústrelo y preséntelo ante el grupo.

Una vez concluida la presentación, discutan acerca de la capacidad de la danza para asimilar creativamente los encuentros culturales y crear nuevas formas de identidad. Individualmente elaboren un escrito en que resuman las reflexiones grupales.



## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
1.1 Ubicación del baile en el contexto sociocultural.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipos. Recuperación de la investigación documental sobre el baile popular. Análisis de la información, elección de un baile y descripción del mismo. Elaboración de ficha socioeconómica y cultural de la región en que se baila. Breve reseña histórica.</li> </ul>
1.2 Características del baile popular actual seleccionado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipos. Investigación documental y de campo del género de baile popular seleccionado y de un acontecimiento familiar o comunitario en que se realice. Indagación de las características del baile y elaboración de la ficha correspondiente. Elaboración de un periódico mural con la información recabada.</li> </ul>
1.3 Identificación de la danza popular actual como reflejo de encuentros sociales y culturales, así como de transformaciones dancísticas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lectura del texto propuesto. Esquema de desarrollo histórico de la danza. Elaboración del árbol genealógico de un subgénero de la danza espontánea. Discusión grupal y elaboración de escrito individual.</li> </ul>

### Desarrollo de las actividades sugeridas

#### 1.1 Ubicación de la danza en el contexto sociocultural

**Trabajo en equipos. Recuperación de la investigación documental sobre el baile popular. Análisis de la información, elección de un baile y descripción del mismo. Elaboración de ficha socioeconómica y cultural de la región en que se baila. Breve reseña histórica.**

1. En equipos, recuperen la investigación documental del segundo año en el bloque 2 secuencia 2. Busquen material para ilustrar sus características.
2. Todos reunidos en grupo analicen la información y elijan un baile popular actual, el que mayor motivación despierte en el grupo o bien del que tengan más información y material.
3. Identifiquen algún baile y descríbanlo brevemente.
4. Hagan una pequeña exposición y muestra del material recabado. Inviten a otro grupo de la escuela o bien a sus familiares.

5. Distribúyanse en tres equipos, indaguen los aspectos socioeconómicos y culturales de la región en que se baila, así como los antecedentes históricos de la danza. Ilústrenla y preséntenla ante el grupo
6. Entre todos elaboren las fichas correspondientes y hagan una breve reseña histórica del baile elegido e ilústrenlo.
7. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **1.2 Características del baile popular actual seleccionado**

**Trabajo en equipos. Investigación documental y de campo del género de baile popular seleccionado y de un acontecimiento familiar o comunitario en que se realice. Indagación de las características del baile y elaboración de la ficha correspondiente. Elaboración de un periódico mural con toda la información recabada.**

1. Distribúyanse en equipos y realicen la investigación necesaria para responder el cuestionario para la escenificación del baile popular.
2. Divídanse en tres equipos e indaguen los datos esenciales del baile por aprender: aspectos coreográficos, música e indumentaria. Elaboren la ficha correspondiente.
3. Todo el grupo reúna la información recabada y elaboren un periódico mural con la misma.
4. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **1.3 Identificación de la danza popular actual como reflejo de encuentros sociales y culturales, así como de transformaciones dancísticas**

**Lectura del texto propuesto. Esquema de desarrollo histórico de la danza. Elaboración del árbol genealógico de un subgénero de la danza espontánea. Discusión grupal y elaboración de escrito individual.**

1. Lean el texto acerca de la multiplicidad de encuentros culturales con que han sido creadas nuestras manifestaciones dancísticas. Elaboren un esquema en que muestren el desarrollo histórico de nuestras danzas.
2. Reúnanse en tres equipos y elijan algún género de danza espontánea: danza con fines rituales, baile popular tradicional o baile popular actual. Elijan alguno de los subgéneros y elaboren un árbol genealógico del mismo. Incluyan una breve descripción de los géneros de procedencia y de sus características. Expónganlo ante el grupo.
3. Reunido todo el grupo discutan acerca de la capacidad de la danza para asimilar creativamente los encuentros culturales y sociales y crear nuevas formas de identidad.
4. Elaboren un escrito a partir de las reflexiones grupales.

## **Autoevaluación**

1. Escribe una breve reseña del contexto socioeconómico y cultural de la región en que surge el baile popular elegido.
2. Describe algunas de las características del baile popular elegido, considerando los aspectos coreográficos, música y vestuario.
3. Ejemplifica la procedencia de un baile popular cuyas raíces se encuentren en otra cultura.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
1.1 Ubicación del baile en el contexto sociocultural.	Libro: <i>La danza, la música y la promoción cultural. Bases para la acción</i> , de Josefina Lavallo.	Profundizar en los aspectos para investigar el contexto socioeconómico y cultural de un baile popular e indagar las características del baile.
1.2 Características del baile popular actual seleccionado.	<a href="http://es.wikipedia.org">http://es.wikipedia.org</a>  <a href="http://www.mexicodesconocido.com.mx/">http://www.mexicodesconocido.com.mx/</a>	Consultar información histórica, musical y coreográfica del baile popular elegido, así como bibliografía y ligas de Internet.
1.3 Identificación de la danza popular actual como reflejo de encuentros sociales y culturales, así como de transformaciones dancísticas.	Libro: <i>Danza, cultura y clases sociales de Amparo Sevilla</i> . Artículo: "Que esta canalla se abstenga de estos bailes: una mirada a las danzas populares de los siglos XVI y XVII" de Maya Ramos. <a href="http://www.salsa-in-cuba.com/esp/danza_danzon.html">http://www.salsa-in-cuba.com/esp/danza_danzon.html</a>  Video. <i>Nuevos mundos, nuevas formas</i> . Colección Dancing, número 6. Conaculta/Canal 22.	Encontrar datos de danzas con fines rituales y bailes populares tradicionales para elaborar la genealogía.

## Glosario

**Contradanza.** Baile de origen inglés, de ritmo rápido en compás binario compuesto por varias secciones de ocho compases que se repiten. Es bailado al mismo tiempo por muchas parejas, que realizan diversas figuras. Alcanzó su máxima popularidad a finales del siglo XVIII, cuando fue utilizada por otros géneros escénicos como la ópera y el ballet.

**Contratiempo.** Nota que se marca en un tiempo débil y que siempre va precedida de un silencio situado en la parte fuerte.

**Danzas criollas.** Se designa con este término genérico a las danzas bailadas por los criollos (españoles nacidos en América), quienes transformaron las danzas españolas y europeas de acuerdo con sus caracteres y "a la manera del país".

**Híbrida.** Es la planta que proviene de dos plantas de distintas especies. Por extensión, se usa este término para hablar de cualquier objeto que es producto de la mezcla de objetos distintos. Hibridación es el proceso de mezcla que da como producto un híbrido. La cultura mestiza es un híbrido que surge de la conjunción de las culturas prehispánicas con la española.

**Lascivia.** Es la tendencia excesiva al disfrute de la sexualidad.

**Montuno.** Término con que se designa a los solos de los instrumentos, característicos del son cubano.

**Síncopa.** Es el efecto producido por la prolongación del sonido de una nota ubicada en la parte débil del compás sobre otra de igual o mayor intensidad.

**Sincopado.** Adjetivo que refiere al efecto de la síncopa.

## Bibliografía

- Jáuregui, Jesús y Carlo Bonfiglio (coords), *Las danzas de Conquista I. México contemporáneo*, México Conaculta/Fondo de Cultura Económica, 1996.  
Conaculta/Fondo de Cultura Económica, 1996.
- Lavalle, Josefina, *La danza, la música y la promoción cultural. Bases para la acción*, México, Dirección General de Promoción Cultural, 1985.
- , *El Jarabe...El jarabe ranchero o jarabe de Jalisco*, México, Centro Nacional de Investigación, Documentación e Información de la Danza José Limón, INBA, 1988.
- Mendoza, Vicente T., *Panorama de la música tradicional de México*, Estudios y fuentes del Arte en México, México, Instituto de Investigaciones Estéticas, UNAM, 1956.
- Mompradé, Electra L. y Tonatiú Gutiérrez, *Historia General del Arte Mexicano*, volumen XI, *Danzas y Bailes Populares*, tomo I, México, Hermes, 1981.
- Saldívar, Gabriel, *Historia de la música en México*, México, SEP, 1934 (Publicaciones del Departamento de Bellas Artes).
- Ramos, Maya, "Que esta canalla se abstenga de estos bailes: una mirada a las danzas populares de los siglos XVI y XVII" en *Boletín del Archivo General de la Nación*, núm. 8, México, Archivo General de la Nación, abril-junio de 2005.
- Sevilla, Amparo, *Danza, cultura y clases sociales*, México, serie de Investigación y Documentación de las Artes, segunda época, INBA/CENIDI-Danza José Limón, 1990.

## Secuencia de aprendizaje **2**

---

# Preparación para el montaje dancístico de un baile popular actual (parte II)

### Propósito

---

Preparar el montaje de un baile popular actual.

### Temas

---

2. Preparación para el montaje dancístico.

2.1 Ejecución de pisadas básicas y combinaciones, movimientos corporales característicos y relación de pareja.

2.2 Desplazamientos individuales, por pareja y grupales.

2.2 Elaboración de vestuario.

2.3 Manejo de utilería y accesorios.

### Contenido

---

#### **2.1 Ejecución de pisadas básicas y combinaciones, movimientos corporales característicos y relación de parejas**

Ya que conocemos las características del baile popular elegido e identificamos su contexto sociocultural y sus antecedentes históricos, lo que sigue es aprender los pasos. El ideal es aprender los bailes directamente con un maestro-bailador, o bien de algún miembro de su comunidad que lo domine, lo que nos permitiría observar no sólo la ejecución de las pisadas, sino también la calidad de los movimientos y el estilo. De no ser posible, conviene localizar algún video de los bailes, para verificar continuamente si los movimientos que aprendemos, los ejecutamos con el patrón rítmico, el tempo, la velocidad y la dinámica característicos. En Internet puedes encontrar alguno.

Acuérdate que antes de iniciar la actividad física es conveniente que hagas tu calentamiento de 10 o 15 minutos, con las cuatro fases: 1) secuencia de coordinación postural dinámica o de fortalecimiento de los músculos; 2) secuencia de flexiones, extensiones y rotaciones del cuerpo como totalidad y de las diferentes partes y segmentos del cuerpo, desplazamientos y

direcciones; 3) secuencia de estiramientos; 4) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.

Reúnete con todo el grupo y realicen, en un lugar amplio y ventilado, la secuencia de calentamiento correspondiente de las ocho elegidas.

Después del calentamiento pueden seguir todos juntos con las actividades de técnica básica de danza folclórica, pues si bien no realizarán pisadas de danza folclórica propiamente dicha, la coordinación y desarrollo psicomotriz que aporta esta fase de la clase facilitará el aprendizaje del baile popular.

Uno de los retos fundamentales en el aprendizaje de la danza folclórica es la ejecución de pisadas, pues se generan gracias al movimiento rítmico de los pies; de ahí que continuaremos desarrollando las habilidades que te permitan “cantar” con los pies al momento de ejecutar las pisadas, darles los matices y acentuaciones apropiadas, ejecutarlas con la velocidad necesaria para coordinarlas con la música y armonizarlas con el movimiento de otras partes y segmentos del cuerpo.

En primero y segundo años experimentaste los movimientos de los pies (básicos, deslizados y complementarios) enfatizando el cambio de peso y el muelleo. Ahora continuaremos con combinaciones de mayor grado de dificultad. Recuerda que la ejecución del muelleo, además de darle cadencia a algunos de los zapateados, es un movimiento que ayuda a prevenir lesiones en la rodilla.

Comencemos con la ejecución de los movimientos básicos de los pies: *apoyos* y *golpes* con y sin cambio de peso, pero variando el número de golpes con cada pie, las direcciones en que se ejecutan (adelante y al lado, y en diagonales hacia el frente), utilizando sus diferentes partes (planta, metatarso, talón y punta) y combinándolas con diferentes acentuaciones, ritmos y tempo.

En grupo, realicen la siguiente secuencia de apoyos y golpes:

- En un círculo, caminen naturalmente con toda la planta en el sentido de las manecillas del reloj; cambien de dirección (adelante, atrás, lado derecho y lado izquierdo) sin cambiar el sentido del círculo. Experimenten los cambios de dirección, variando el número de cuentas que avanzan en cada dirección. Repitan la actividad caminando sobre los metatarsos. Repitan la actividad cruzando las piernas por enfrente una de la otra. Repitan la actividad cambiando el sentido del círculo y avancen en contra de las manecillas del reloj. Repitan la actividad elevando las piernas con las rodillas flexionadas, primero sobre las plantas y luego sobre los metatarsos. Varíen el número de veces que avanzan sobre las plantas y sobre los metatarsos. Utilicen en la ejecución de la secuencia una música de 2/4.
- Repitan la actividad con golpes alternados de planta y luego de metatarso. Varíen el número de veces que ejecutan golpes de planta y metatarso. Combinen apoyos y golpes. Coordinen la ejecución de los movimientos avanzando y en su lugar. Coordinen avances con golpes de planta y palmadas sin avanzar. Coordinen la ejecución de un golpe y una palmada, primero ejecutando el golpe en un tiempo y la palmada en un tiempo y luego el golpe en medio tiempo y la palmada en medio tiempo. Explore la ejecución de golpes y palmadas con varios ritmos. Ejecuten también golpes de metatarso. Ejecuten toda la secuencia con música de 2/4.

- Estructuren una secuencia con ambas actividades, apréndanla y ejecútenla de modo continuo. Utilicen diferentes formaciones grupales: filas, hileras, en parejas avanzando sobre las diagonales y diferentes formas de desplazamiento o trazos de piso (camino recto, circular y curvo).
- Avancen en el sentido de las manecillas del reloj y ejecuten un apoyo con cambio de peso, con pie derecho en dirección al frente y un golpe de planta sin cambio de peso con el izquierdo, alcanzando al pie derecho en el sitio (ambos pies juntos). Flexionen ambas rodillas al momento de dar el golpe. Repitan varias veces con un pie y cambien de pie. Varíen el número de repeticiones con cada pie. Utilicen diferentes partes del pie y ejecuten el golpe sin cambio de peso una vez con planta, otra con metatarso y una más con talón. Combinen el ejercicio dando una palmada al momento de ejecutar el golpe. Varíen el número de golpes sin cambio de peso, ejecutándolos unas veces ocupando un tiempo por cada golpe y otras medio tiempo.
- Coordinen la secuencia anterior con un apoyo con cambio de peso, ejecutado en un tiempo y dos golpes de planta alternados ejecutados en medio tiempo cada golpe. Explore los apoyos y los golpes con diferentes partes del pie. Ejecútenla cambiando la dirección del avance hacia atrás, lado derecho y lado izquierdo o bien cambiando el sentido del círculo (en contra de las manecillas del reloj)
- Repitan el movimiento: apoyo con cambio de peso con pie derecho y golpe de planta sin cambio de peso con izquierdo. Combinen con palmadas. Alternen los pies uno y uno, y avancen hacia adelante ocho veces. Repitan cambiando la dirección: hacia atrás, lado derecho y lado izquierdo. Disminuyan a dos el número de veces que repiten la secuencia en cada dirección, pero continúen alternando los pies. Repitan la secuencia, pero en lugar de cambiar de dirección, ejecuten un medio giro y cambien el sentido del círculo. Repitan la secuencia ejecutando el golpe con diferentes partes del pie: metatarso y talón. Prueben diferentes ritmos variando los acentos en los golpes.

**Nota.** Ejecuten los ejercicios anteriores, primero con una música lenta o bien utilizando un compás por cada movimiento y luego repítanla con música más rápida o bien utilizando un tiempo o medio tiempo por cada movimiento.

Experimenten con el muelleo, coordinándolo con el valsado y con el zapateado de tres ejecutado en ritmo de vals.

- Ejecútenlos utilizando diferentes formaciones grupales, diferentes formas de desplazamiento (camino recto, circular, curvo y sin rumbo). Utilicen diferentes direcciones y ejecuten giros, medios giros y cambios de giro para cambiar el frente.
- Coordinen el movimiento del torso en oposición y en sucesión. Las mujeres coordinenlo también con faldeos en oposición y sucesión. .

Recuerden algunas combinaciones de pisadas de bailes de danza folclórica que resultan de combinar apoyos y golpes.

Con los dos pies juntos y las rodillas ligeramente flexionadas:

- Ejecuten el *zapateado de tres* con toda la planta, o bien con diferentes partes del pie: los tres golpes sobre los metatarsos; combinando planta, metatarso, planta; planta, talón, planta; golpe de talón, golpe de metatarso y golpe de planta. Ejecútenlo con música en compás de 6/8. Combinen dos zapateados de tres con tres golpes alternados a modo de remate. Coordinenlo con el movimiento del torso y de la falda en oposición y sucesión.

- Combinen el paso *borracho* con *zapateados de tres* y golpes de planta alternados a modo de remate. Coordínenlo con movimientos de torso en sucesión y oposición, con movimientos de la falda y con diferentes formas de desplazamiento.
- Coordinen *pasos de polca* con *pasos cambiados* ejecutados con movimientos del torso en oposición o sucesión. Combínenlos con desplazamientos varios en camino recto y circular, y con vueltas ejecutadas en parejas, en su lugar y avanzando en camino recto o circular. Varíen el número de pasos de polca y de pasos cambiados.
- Combinen el *paso palomo* con la *carretilla*. Varíen el número de repeticiones de cada paso. Coordínenlo con giros al ejecutar las carretillas. Coordinen el paso palomo con torso en oposición o en sucesión.
- Combinen dos *carretillas con impulso* y tres carretillas. Explore otras combinaciones de carretillas con impulso y carretillas sencillas.

Los *movimientos complementarios* ayudan a definir las características de las pisadas de los bailes de una región. Por lo general se ejecutan combinándolos con apoyos y golpes. Recuerden que los movimientos complementarios son: *quebrados*, *volados*, *gatillos*, *rebotados* y *picados*.

- Combinen pasos de polca, pasos cambiados y quebrados hacia dentro con cambio de peso, en distintas secuencias. Coordínenlos con desplazamientos en camino recto y camino circular, con giros al momento de ejecutar los pasos cambiados o los quebrados, dirigiéndose hacia diferentes direcciones y cambiando los frentes. Utilicen música de 2/4.
- Realicen combinaciones de apoyos y volados hacia el frente y hacia atrás. Desplazándose de diferentes formas y en diferentes direcciones, realizando giros hacia la derecha o la izquierda. Ejecuten lazadas combinadas con zapateados de tres.
- Combinen apoyos y golpes con gatillos de planta y de talón, con y sin cambio de peso. O bien, apoyos de metatarso sin cambio de peso y gatillos de talón con cambio de peso en diferentes direcciones; cambios de frente y giros. Coordínenlos con palmadas, movimientos de cabeza (flexiones adelante y atrás o rotaciones a la derecha e izquierda) movimientos pendulares de los brazos, movimientos del torso en sucesión y oposición y golpes de planta alternados a modo de remate.
- Combinen: 1) un golpe de metatarso sin cambio de peso con pie derecho, 2) un gatillo de talón con el mismo pie con cambio de peso y 3) un golpe de planta con cambio de peso con el pie izquierdo. Repítanlo varias veces con el mismo pie. Luego alternenlo. Creen combinaciones experimentando con el número de repeticiones de golpes de metatarso y gatillo de talón y el número de golpes. Coordínenlo con 1) un golpe de metatarso sin cambio de peso con pie derecho, 2) un gatillo de talón con el mismo pie con cambio de peso y 3) un golpe de planta con cambio de peso con el pie izquierdo. Repítanlo varias veces con el mismo pie. Luego alternenlo. Primero ejecuten en un tiempo cada gatillo, pero a medida que logren habilidad ejecuten los gatillos en medio tiempo cada uno y el golpe de planta en el otro tiempo. Háganlo primero en 3/4 y luego en 2/4 o 6/8.
- Elaboren secuencias en que combinen golpes de metatarso y gatillo de talón, alternando los pies y golpes de talón y gatillo de planta, también alternando los pies. Utilicen golpes para variar el número de repeticiones y avancen en diferentes direcciones. Utilicen movimientos pendulares de los brazos, flexiones de cabeza en diferentes direcciones y palmadas.
- Elaboren secuencias en que combinen golpes de planta alternados con gatillos de talón y gatillos de planta, coordínenlos con paso palomo y zapateados de tres.



- Ejecuten secuencias en que combinen zapateados de tres, ejecutados en el segundo golpe con rebotado de planta o metatarso.
- Ejecuten secuencias en que combinen pasos palomo ejecutado el tercer golpe con rebotado de metatarso de talón. Coordínenlos con pasos cambiados y desplazamientos en diferentes direcciones y con distintos frentes.
- Elaboren secuencias en que combinen deslizados por el aire (cepilleos y escobilleos) en sus diferentes modalidades (metatarso, talón y planta), con y sin cambio de peso, con golpes de planta. Coordínenlos con zapateados de tres y golpes de planta alternados a modo de remate, o bien con carretillas con impulso y carretillas.
- Coordinen guachapeos 1) un golpe de planta con cambio de peso, 2) con la pierna que se encuentra sin peso, un cepilleo de talón hacia delante y 3) un escobilleo de metatarso con cambio de peso con zapateados de tres y golpes alternados a modo de remate. Coordinen los movimientos de los pies con movimientos del torso en sucesión y oposición y con faldeos.
- Elaboren secuencias combinando las siguientes pisadas: 1) un golpe de planta acentuado con cambio de peso en dirección adelante, 2) un golpe de planta con cambio de peso en dirección atrás y 3) un deslizado de planta (como gesto) en dirección hacia atrás cambiando el peso hasta dar el golpe de la repetición. Repítanla alternando varias veces. Coordínenlo con dos golpes de planta avanzando hacia el lado, el primero sin cambio de peso y el segundo con cambio de peso, deslizado por el piso hacia el lado en la dirección hacia la que se movió el otro pie y un golpe de planta con el otro pie.



Clases de bailes finos de salón en el Salón Riviera, 1990. Fototeca del CENIDI-Danza.

Ahora están listos para aprender las pisadas del baile popular elegido. Recuerden que conviene que escojan alguno que puedan aprender directamente de un bailarín o bien de su maestro. Recuerden que no es obligatorio montar alguno de los bailes sugeridos en este bloque. Si ustedes conocen alguno, hagan todas las actividades sugeridas en relación con ese baile. Para

el caso de que no sea posible ninguna de las opciones anteriores, a continuación les proporcionamos un ejemplo de los movimientos básicos de la quebradita.

Este baile, como ya mencionamos en la secuencia anterior tiene su origen con las bandas gruperas, con una significativa influencia de la banda tradicional de Sinaloa: el tamborazo.

Los pasos también tienen un “aire de familia” con los movimientos característicos de las polcas, redovas y chotises muy populares en el norte del país, particularmente por los giros de la pareja. De igual forma encontramos movimientos de lambada, merengue y salsa.

La quebradita es un baile fundamentalmente de parejas; sin embargo, aprenderemos los pasos de manera individual. Colóquense en un círculo y avancen en el sentido de las manecillas del reloj, dando pasos (apoyos de planta) alternados muy muelleados. La mujeres coloquen sus puños cerrados en la cintura con los codos apuntando hacia los lados y los hombres tomen con ambas manos el cinturón a la altura de la hebilla, también con los codos apuntando hacia los lados. Combinen los desplazamientos hacia el frente con giros hacia la derecha e izquierda. Avancen hacia diferentes direcciones y con medios o cuartos de giro, cambien de frente.

Una vez que logren ejecutar el movimiento con organicidad y fluidez, busquen una pareja para practicarlo y colóquense en el círculo en el sentido de las manecillas del reloj. El hombre abrace a la mujer y tómelala de la cintura acercándola hacia sí, coloque su pierna derecha entre las dos piernas de la mujer y ejecuten el paso avanzando en círculo. De cuando en cuando den vueltas hacia la derecha o la izquierda. Exploren con otras formas de desplazamientos en parejas y en grupos.

Ejecuten un apoyo hacia el frente con cambio de peso y la pierna extendida al máximo, un impulso y un apoyo muelleado con el otro pie. Repítanlo con el mismo pie, de manera continua con un mismo pie, luego ejecútenlo al otro lado. Una vez que logren ejecutarlo con fluidez, háganlo con la pareja.

Ejecuten apoyos alternados muy muelleados con pequeños brinquitos y piernas con volados hacia atrás. Háganlo por pareja.

Con la pareja practiquen las quebradas: el hombre ejecute un apoyo hacia el frente extendiendo la pierna hasta lograr que la mujer se desequilibre e incline hacia atrás con la espalda recta.

Realicen secuencias en que combinen las pisadas libremente.

## **2.2 Elaboración de vestuario**

La indumentaria o vestuario de los bailes populares se relaciona con la “moda” juvenil actual. La ropa que utilizan los jóvenes para asistir a sus fiestas, que varía según la región del país y la condición socioeconómica. Sin embargo, las bailarinas de algunas bandas gruperas pueden considerarse como el vestuario “escénico” característico, en el que usan el pantalón a la cadera, blusas arremangadas dejando descubierta la cintura o en su caso un *top* y sombrero norteño.

Reúnanse con el equipo que aprendieron las pisadas y diseñen un vestuario que les agrade, pero también que les favorezca (acorde con sus características corporales y a su presupuesto).

Procuren adaptarse a la ropa con que cuentan y sólo reelaborarla. Pueden planear un concurso para el diseño del traje, para lo cual hagan un dibujo en acuarela o elabórenlo a escala (vistiendo algún muñeco de cartón). Los ganadores del concurso, además de que el grupo utilizará su vestuario, podrán exhibir su diseño en la exposición escolar.

Piensen en algún accesorio (cinturón, sombrero) y algún adorno (aretes). Diseñen el maquillaje y el peinado. Busquen en Internet diseños que les agraden y favorezcan.

Formen las comisiones necesarias que puedan encargarse de la elaboración del vestuario en el salón de clases y de reunir los materiales necesarios para hacerlo. Procuren que todos los miembros del grupo tengan alguna comisión específica y participen en las distintas actividades. Lleven un registro de las resoluciones tomadas para que en su momento puedan compartirlas con la comunidad escolar. En caso de que en la escuela haya algún grupo cursando la materia de artes visuales, pueden pedir su colaboración en el diseño del vestuario y de los accesorios.

### **2.3 Manejo de utilería y accesorios**

En los bailes populares es común que se utilice algún tipo de utilería o accesorio, que puede ser simple adorno o estar integrada a las pisadas y coreografía: sombrero o abanico.

Es importante que dediquen un tiempo específico para el aprendizaje y dominio en el manejo de los dichos implementos. En el caso de la quebradita, el sombrero debe ser colocado de forma que no se caiga al girar, ni impida los movimientos. De ahí la conveniencia de ponerle un resorte o lazos para amarrarlo al cuello.

Consideren que el sentido artístico del baile se encuentra en la posibilidad de brindar una experiencia estética a quien lo baila, pero también a quien lo observa, de modo que es importante que logren una coordinación armoniosa entre el uso del implemento y la interpretación general del baile.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
2.1 Ejecución de pisadas básicas y combinaciones, movimientos corporales característicos y relación de pareja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en grupo. Calentamiento. Técnica básica. Aprendizaje de las pisadas y movimientos corporales del baile elegido. Elaboración de secuencias de pisadas. Ejercicio final de enfriamiento.</li> </ul>
2.2 Elaboración de vestuario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipos. Investigación del vestuario del baile elegido. Análisis de las posibles adaptaciones. Diseño del vestuario escolar. Elaboración grupal del mismo.</li> </ul>
2.3 Manejo de utilería y accesorios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en grupo. Identificación del sentido y uso de los objetos y accesorios del baile. Aprendizaje de su uso adecuado.</li> </ul>

### Desarrollo de las actividades sugeridas

#### 2.1 Ejecución de pisadas básicas y combinaciones, movimientos corporales característicos y relación de pareja

**Trabajo en grupo. Calentamiento. Técnica básica. Aprendizaje de las pisadas y movimientos corporales del baile elegido. Elaboración de secuencias de pisadas. Ejercicio final de enfriamiento.**

(Se sugiere emplear entre cinco y seis clases de dos horas para completar la actividad; es necesario considerar un tiempo de mínimo 15 minutos para el calentamiento y de 5 a 10 minutos de enfriamiento en cada sesión de dos horas).

1. En el espacio indicado por el maestro, con el grupo en su totalidad, realiza el calentamiento elegido para este mes. Recuerda que en el calentamiento debe procurarse cubrir las cuatro fases: a) secuencia de coordinación postural o de fortalecimiento de los músculos; b) secuencia de flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos y direcciones; c) secuencia de estiramientos, y d) secuencia de cambios de soporte, equilibrios, pequeñas caídas y saltos.
2. Todo el grupo practique los ejercicios de técnica básica para desarrollar las habilidades necesarias en la ejecución de las pisadas, movimientos del torso, los brazos y faldeos característicos de los géneros del baile mestizo. Experimenten las diferencias entre apoyos y golpes. Jueguen con los apoyos y golpes con cambio de peso y sin cambio de peso; el muelleo en la ejecución de los movimientos de la danza folclórica; combinaciones de apoyos, golpes y combinaciones de apoyos y golpes de las que surgen algunas pisadas básicas de danza folclórica; los movimientos complementarios: quebrados, volados, gatillos, rebotados y picados. Combinenlos con apoyos y golpes con cambios de peso. Realicen deslizados, por el piso y por el aire (cepilleos y

escobilleos). Combínenlos con apoyos y golpes con cambios de peso. Explore las posibilidades de coordinar movimientos de los pies y movimientos del torso: oposición y sucesión, y coordínenlas con las pisadas, así como las posibilidades de movimiento de los brazos y faldeos y coordínenlas con las pisadas.

3. En equipos, seleccionen un género de baile. Identifiquen las pisadas, los movimientos del torso y la relación de pareja característica. Elaboren una sencilla secuencia y compártanla con el grupo.
4. Luego de experimentar con diferentes géneros del baile, elijan el género de baile que escenificarán.
5. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.
6. Realicen una actividad de enfriamiento.

## **2.2 Elaboración de vestuario**

**Trabajo en equipos. Investigación del vestuario del baile elegido. Análisis de las posibles adaptaciones. Diseño del vestuario escolar. Elaboración grupal del mismo.**

1. Reúnanse en equipos e investiguen el vestuario característico del baile elegido; identifiquen el número de prendas y sus nombres, el tipo de tela, los estampados característicos, el diseño, los adornos, los accesorios que lo acompañan. Consigan alguna foto en Internet o bien elaboren un dibujo.
2. Todo el grupo analice las posibles adaptaciones al vestuario, para que sin perder su sentido, sea accesible en costo y posibilidades de elaboración para todos. Organicen las comisiones necesarias para investigar y proponer formas accesibles de elaboración del vestuario.
3. Piensen en alguna estrategia para que todos participen en el diseño del vestuario que utilizarán en la escenificación. Pueden hacer un concurso interno o bien en equipos elaborar una propuesta y someterla a votación.
4. Organicen comisiones para la elaboración del vestuario, adornos y accesorios.
5. Inicien un diario de la escenificación y registren las decisiones tomadas acerca del vestuario.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos y el grupo.

## **2.3 Manejo de utilería y accesorios**

**Trabajo en grupo. Identificación del sentido y uso de los objetos y accesorios del baile. Aprendizaje de su uso adecuado.**

1. Todo el grupo, indague el sentido y uso de los implementos o accesorios del baile.
2. Aprendan su uso por separado de los movimientos de los pies.
3. Coordinen su uso con caminatas y desplazamientos varios.
4. Ejecuten las pisadas coordinándolas con el uso de los implementos y accesorios.
5. Integren a la interpretación del baile el sentido real o imaginario de los implementos y accesorios.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## Autoevaluación

1. Identifica los movimientos básicos, complementarios y deslizados de los pies y ejecuta alguna secuencia en que los combines.
2. Ejecuta al menos dos pisadas características del género de baile popular elegido.
3. Describe el vestuario del baile popular elegido.
4. Ejecuta una secuencia en la que coordines una pisada con el uso de los implementos y accesorios del baile.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
2.1 Ejecución de pisadas básicas y combinaciones, movimientos corporales característicos y relación de pareja. 2.2 Elaboración de vestuario. 2.3 Manejo de utilería y accesorios.	Videos de bailes populares que permitan observar las pisadas, el vestuario, los accesorios y la utilería.	Para estudiar el estilo y las posibles combinaciones.  Encontrar más ejemplos de pisadas.  Encontrar diseños de vestuario, accesorios y utilería.

## Glosario

**Apoyo.** Contacto delicado (suave) del pie con el piso que no produce sonido. Existen apoyos con cambio y sin cambio de peso. En los primeros, en cada movimiento se transfiere totalmente el peso del cuerpo, mientras que en los segundos la pierna que ejecuta el movimiento no tiene peso, por lo que se convierte en un gesto.

**Carretilla.** Combinación de dos golpes de planta, el primero sin cambio de peso y el segundo con cambio de peso. Al ejecutar el segundo golpe se pronuncia la flexión y se acentúa (se

incrementa aún más la energía con la que se realiza el contacto con el piso). Se alterna el movimiento.

**Carretilla con impulso.** Combinación de una carretilla con un pequeño salto o impulso que cae sobre el mismo pie.

**Cepilleo.** Deslizado del centro del cuerpo hacia afuera, deslizando el pie o alguna de sus partes del lugar hacia afuera, es decir, del piso hacia el aire.

**Deslizado por el piso.** Movimiento resbalado, que no se despega del piso.

**Deslizado.** Movimiento en el que se pone el pie o alguna de sus partes en contacto con el piso y se desliza o resbala hacia alguna dirección. Los deslizados pueden: realizarse manteniendo todo el tiempo el contacto con el piso, iniciar su trayecto en el aire para finalizar en el piso con el deslizamiento de una parte del pie o bien concluir en el aire.

**Escobilleo.** Deslizado de afuera hacia el centro del cuerpo. Existen dos modalidades: los que inician el movimiento en el aire y al poner en contacto el pie con el piso continúan su trayectoria deslizándose hasta llegar a su lugar y los que inician en el aire, continúan deslizando el pie por el piso generalmente hacia atrás para finalizar el movimiento con el pie en el aire.

**Gatillo.** Movimiento cuya designación hace referencia a la imagen rítmica que se produce al jalar el gatillo de una pistola y su trayecto de regreso a la posición original. Se ejecuta con una parte del pie sin despegar del piso la otra. Hay *gatillos de planta* y *gatillos de talón*.

**Gatillo de planta.** Movimiento que resulta de golpear el piso con el metatarso sin despegar el talón del suelo.

**Gatillo de talón.** Movimiento que resulta de golpear el piso con el talón sin despegar el metatarso del suelo o golpeando con el talón después de un apoyo o golpe de metatarso. El primero se ejecuta con la pierna de apoyo, es decir, como soporte, mientras que el segundo se puede ejecutar como gesto o como soporte.

**Gesto.** Movimiento que se realiza con las extremidades: brazos o piernas. En el caso de las piernas, el movimiento puede incluir el contacto con el piso, pero la pierna no tiene el peso.

**Golpe.** Un contacto firme del pie con el piso que provoca un sonido al descargar la energía contra el piso.

**Lazada.** Movimiento que combina un pequeño impulso, para ejecutar simultáneamente un apoyo de planta con pie izquierdo y una trayectoria circular en el plano horizontal, en el sentido de las manecillas del reloj con la pierna derecha en dirección al frente, en el primer tiempo, y un apoyo simultáneo de planta con los dos pies, en el segundo tiempo.

**Muelleo.** Sensación que se produce al realizar flexiones en diferente profundidad, de acuerdo con la fuerza requerida en el contacto del pie con el piso.

**Paso borracho.** Combinación de un golpe de planta con cambio de peso de pie derecho a la diagonal derecha adelante; un apoyo de metatarso con cambio de peso de pie izquierdo cruzado por atrás del pie de apoyo; y un golpe de planta con cambio de peso de pie derecho en su lugar. Se repite el movimiento alternando los pies.

**Paso cambiado.** Combinación de 1) un apoyo de planta al frente con cambio de peso del pie derecho, incrementando la flexión de la rodilla; 2) un apoyo de planta con cambio de peso del pie izquierdo ligeramente deslizado por el piso de atrás hacia delante, pero sin rebasar el primer apoyo y 3) un apoyo de planta con cambio de peso de pie derecho alcanzando el pie izquierdo y quedando en el sitio. Se repite alternando los pies. El movimiento es muy muelleado. Se ejecuta en un compás binario, por lo que el primer apoyo corresponde con el primer tiempo de la música y los dos segundos se ejecutan en el segundo tiempo de la música, de modo que cada apoyo corresponde con medio tiempo.

**Paso de polca.** Combinación de: 1) un impulso (pequeño brinco) para dar un apoyo de planta con pie izquierdo, a la vez que un apoyo de talón (al frente o al lado) de pie derecho, y 2) se realiza otro impulso para dar un apoyo de planta con pie izquierdo, a la vez que se da un apoyo de punta (atrás o cruzado de lado por enfrente de la pierna de apoyo) de pie derecho al mismo tiempo. Se alterna el pie y se repite la secuencia avanzando en diferentes direcciones.

**Paso palomo.** Combinación de: 1) dos golpes de planta de pie derecho, el primero sin cambio de peso y el segundo con cambio de peso, acentuado y pronunciando la flexión de la rodilla, y 2) un golpe de metatarso con pie izquierdo y un golpe de planta con pie derecho. Se alterna el movimiento.

**Picado.** Movimiento de planta, metatarso, talón o punta del pie que toca el piso (sin golpear) y se retira de inmediato del piso. Su ejecución sugiere también una pelota que rebota. La diferencia entre el rebotado y el picado es la fuerza con que se pone el pie en contacto con el piso: el primero tiene la dinámica del golpe, en cambio el picado tiene la del apoyo, es decir, la energía es leve y no produce sonido alguno.

**Quebrados.** Movimientos en los que se pone en contacto con el piso la cara lateral interna o externa del pie, por lo que se gira 1/4 el pie sobre su eje sin involucrar la articulación de la rodilla. Existen *quebrados hacia adentro*, que se ejecutan con la cara lateral externa del pie en contacto con el piso y *quebrados hacia fuera*, que se ejecutan con la cara lateral interna del pie en contacto con el piso.

**Rebotado.** Golpe que se ejecuta con el metatarso, talón, punta o planta. Luego de golpear se retira del piso de forma inmediata la parte del pie involucrada, finalizando en el aire. La imagen con que podemos asociarlo es el de una pelota que pega y rebota del piso.

**Soprote.** Acción que implica el traslado del peso.

**Volados.** Son gestos de la pierna que siguen una trayectoria circular o recta a una distancia de 10 a 20 centímetros fuera del piso, es decir, en el nivel bajo.

**Zapateado de tres.** Combinación de tres golpes de planta alternados. El primero acentuado y con una flexión más profunda. Se alterna el movimiento. Puede ser ejecutado con diferentes partes del pie: los tres golpes sobre los metatarsos; o bien combinando planta, metatarso, planta; planta, talón, planta; golpe de talón, golpe de metatarso y golpe de planta.



## Bibliografía

- Dallal, Albert, *El "dancing" mexicano*, México, Oasis/SEP, Lecturas Mexicanas, Segunda Serie, 1987.
- Ferreiro, Alejandra, *Danza académica tradicional y popular mexicana. Una experiencia educativa*, México, investigación inédita, CENIDI-Danza José Limón, 1998.
- García Blanco, Daniel, *Formas, ritmos y estilos de la música en los bailes mexicanos*, Colegio de Bachilleres, México, 1981.
- Lavalle, Josefina, *La danza, la música y la promoción cultural. Bases para la acción*, México, Dirección General de Promoción Cultural, 1985.
- , *El Jarabe...El jarabe ranchero o jarabe de Jalisco*. Centro Nacional de Investigación, Documentación e Información de la Danza José Limón, INBA, México, 1988.
- Mendoza, Vicente T., *Panorama de la música tradicional de México*, Estudios y fuentes del Arte en México, México, Instituto de Investigaciones Estéticas, UNAM, 1956.
- Mompradé, Electra L. y Tonatiú Gutiérrez, *Historia General del Arte Mexicano*, volumen XI, *Danzas y Bailes Populares*, tomo I, México, Ed. Hermes, 1981
- Saldívar, Gabriel, *Historia de la música en México*, México, SEP, 1934 (Publicaciones del Departamento de Bellas Artes).
- Sevilla, Amparo, *Danza, cultura y clases sociales*, México, Serie de Investigación y Documentación de las Artes, segunda época, INBA/CENIDI-Danza José Limón, 1990.
- Sevilla, Amparo, *Los templos del buen bailar*, México, Conaculta, 2003.

**EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

# **DANZA 3**

## **Bloque 5**

**Escenificación de un baile popular actual**



# Secuencia de aprendizaje

## 1

## Escenificación de un baile popular actual

### Propósito

Escenificar un baile popular actual.

### Temas

1. Escenificación de un baile popular.

1.1 Definición de la estructura general.

1.2 Memorización de secuencias de movimiento y realización de trazos coreográficos en grupo.

1.3 Interpretación de los sentimientos y las ideas que subyacen en la danza.

### Contenido

La escenificación, como hemos visto en años anteriores, supone trasladar a un escenario un aspecto de la realidad cultural y reelaborarla en función de las necesidades escénicas. En la escenificación o teatralización de la danza, los bailes son tal vez el contenido más importante de la obra, pero no los únicos protagonistas, puesto que la realidad cultural que deseamos recrear es rica en producciones musicales, plásticas y literarias y no sólo dancísticas.

En esta secuencia se busca que a partir de las experiencias y conocimientos adquiridos a lo largo del ciclo escolar y de los otros dos años, crees una obra con la que comuniques tus ideas, sensaciones y sentimientos en torno a un género del baile popular actual y las organices escénicamente para producir en el espectador una experiencia estética. De ahí la importancia de que integres otros lenguajes artísticos, cuides el ritmo, el equilibrio y la armonía de la obra, y logres su unidad.

Lleva a cabo paralelamente las actividades de planeación de la escenificación y las de aprendizaje y dominio de la danza, para lo cual puedes dedicar en cada sesión de dos horas,

hora y media a la clase práctica y media hora a la planeación. Desde el principio de la secuencia reúnete con todo el grupo y formen los equipos responsables de las distintas actividades para que, con la participación de todos, se logre concluir la escenificación a tiempo para su presentación.

## 1.1 Definición de la estructura general

Hay cuatro elementos en toda escenificación: el tema o motivación, la estructura, el diseño escénico y la integración de otras artes. Del entretendido estético de estos elementos emerge la unidad, claridad y coherencia de la obra. Pero además, estos elementos nos permiten pensar y elaborar el *guión* o libreto escénico con el cual guiaremos el montaje.

### a) Elección del tema

Como ya sabes, elegir el tema permite definir el contenido.

Reúnete con el equipo con el cual trabajaste en el bloque anterior la investigación del contexto sociocultural del baile. Revisen sus notas y trabajos y elijan el tema para la escenificación: lo que les inquietó, lo que les despertó alguna emoción, o bien algún o alguna situación social observada o vivida que tengan necesidad de deliberar o compartir. Piensen en algún problema, suceso o circunstancia susceptible de traducirse a movimiento y ser escenificado. Respondan las siguientes preguntas en relación con el tema seleccionado:

- ¿Qué queremos expresar o comunicar con la obra?
- ¿Qué aspecto de nuestras investigaciones deseamos compartir?
- ¿Qué efecto deseamos producir en nuestros espectadores?

Presenten ante el grupo sus reflexiones y, coordinados por el profesor, elijan el tema que mejor responda a las inquietudes y gustos de todo el grupo. Elaboren la secuencia narrativa que les servirá de guión. Escríbanla para tenerla presente al hacer el guión.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## b) Estructura

La estructura es el plan de acción que da vida a la obra. Han aprendido dos tipos de estructura: una estructura dramática básica que considera: principio, desarrollo y conclusión, y la estructura tema y variaciones, en la que se presenta una idea y luego sucesivas variaciones de la misma. Existen algunas otras como:

- La *suite*, en que se contrastan danzas o bailes de una misma región o bien se relacionan entre sí por algún motivo. Un ejemplo de esta estructura la pueden observar en el *Cascanueces*, en que un grupo diverso de danzas se organizan en torno a una fiesta en honor de Clara y el Cascanueces, los personajes centrales de la obra.
- El *rondó*, en que se utiliza un tema principal que se repite en varias ocasiones, luego de un tema contraste. La estructura quedaría de la siguiente forma: tema principal, tema contraste, repetición de tema principal, tema contraste y repetición de tema principal.

Estas estructuras no son moldes cerrados que es necesario rellenar, sino principios de organización que ayudan a ordenar las ideas, pero que pueden manipular libremente para expresar lo que desean.

Elijan el tipo de estructura que responda mejor a las necesidades de comunicación de la temática escogida. La estructura evita que la escenificación sea una simple sucesión de los bailes, los enlaza a una idea, cuya unidad y claridad atrapa al espectador y lo conmueve: le provoca una experiencia estética.



Clases de bailes finos de salón en el Salón Riviera, 1990. Fototeca del CENIDI-Danza.

Reúnete con el mismo equipo de la actividad anterior. Planeen la obra que van a presentar siguiendo la estructura. Ordenen la secuencia narrativa de acuerdo con los momentos de la estructura seleccionada.

---



---



---



---



---



---



---



---

Al finalizar, hagan una presentación de las narraciones a todo el grupo. A partir de las ideas de todos, elaboren la estructura de la obra. Además determinen cuántos cuadros y escenas va a tener. Para ello, recuerden considerar los siguientes aspectos:

- *personajes* (reales o imaginarios, número de personajes, características, jerarquía, orden de aparición);
- género de la obra (seria o ligera);
- lenguaje dramático (corporal, musical, verbal, plástico, número y tipo de parlamentos, actos, cuadros y escenas).

En caso necesario, consulta el bloque 5, secuencia 1, *Apuntes. Danza 2*, en el que se detallan estos elementos.

Reúnete con el grupo y definan los actos, cuadros y escenas de la obra. Para ello consideren la estructura elaborada. Utilicen el siguiente cuadro para ordenar la secuencia. En la columna derecha anoten el número de cuadros y una breve descripción de cada uno y en la izquierda el momento de la estructura correspondiente.

Estructura de la obra	Descripción de los cuadros

### c) Diseño escénico.

Como recordarás, para elaborar el diseño escénico requieres de algunos conocimientos acerca del escenario. Revisa la secuencia 1 del bloque 5 *Apuntes. Danza 1 y 2*.

Reúnete en un equipo de tres o cuatro compañeros y elaboren el diseño escénico de la obra. También consideren para el diseño los conocimientos acerca del trabajo en grupos en los bloques 1, 2 y 3 de este curso. Realicen las siguientes actividades:

- Definan el número de frentes que tendrá el escenario.
- Determinen cómo van a delimitarlo.
- Diseñen la escenografía y el vestuario para cada cuadro.
- Elaboren descripciones por escrito de la escenografía de cada cuadro y hagan las ilustraciones correspondientes.

A continuación les presentamos un ejemplo en el que se describe la escenografía para la escenificación de los sones jarochos:

La escenografía representa un típico poblado de la región de Sotavento, Veracruz, con sus palmeras de coco, manglares y enredaderas de bugambilia, casas de dos aguas con techos de tejas. En el centro del escenario una plataforma aproximada de 4.80 mts. de largo por 2.40 mts. de ancho y 20 cms. de alto. En el fondo de arriba al centro, un pequeño altar improvisado con una mesa cubierta con telas o papel crepé. Todo indica que se llevará a efecto una ceremonia un poco desconocida.

En “la casa de arriba a la izquierda”, un letrero que dice “Escuela Secundaria”, en otra de las casas un conocido anuncio de “refrescos de cola”, marcando que es una tienda.

De acuerdo con los cuadros y escenas que planearon previamente, incluyan diseños en que utilicen el escenario dividido por las líneas imaginarias horizontales y verticales. Piensen en el movimiento de los personajes en los diferentes cuadros y escenas. Consideren el uso de las zonas del escenario y los diseños con equilibrio o desequilibrio, combinados con diseños simétricos y asimétricos, de acuerdo con el carácter de la obra. Pueden describirlo o utilizar los esquemas del escenario.

Para practicar el registro de los movimientos coreográficos, realiza el siguiente ejercicio:

1. Lee la descripción del diseño escénico del primer cuadro, escena uno de una obra.
2. Registra en el esquema de abajo el diseño escénico arriba descrito. Utiliza la simbología propuesta.
3. Reúnete con el grupo. Compartan sus diseños. Lleguen a acuerdos para el registro de los movimientos en el escenario.

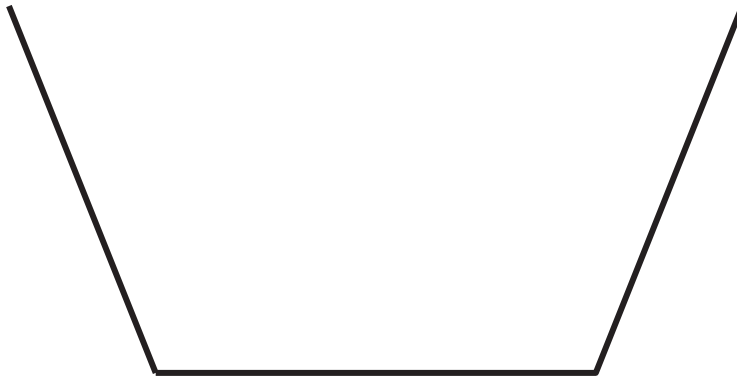
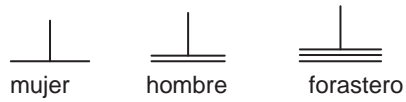
Al abrir el telón encontramos fuera de la tienda a 3 chavos tomando refrescos de cola y bailando ritmos norteamericanos.

En el otro extremo 3 muchachas preocupadas por su arreglo exterior, pero en actitud de aburrimiento; los dos grupos con vestuario actual tratando de estar en la “onda”; y al fondo la maestra de baile de la secundaria dando los últimos toques al pequeño altar con la cruz.



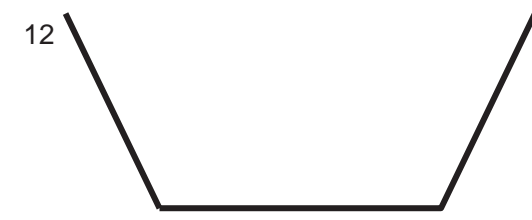
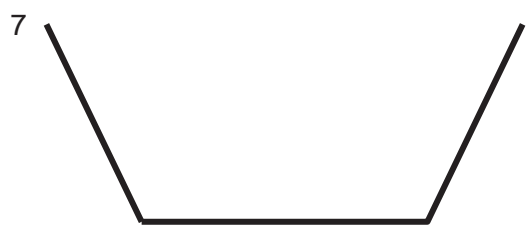
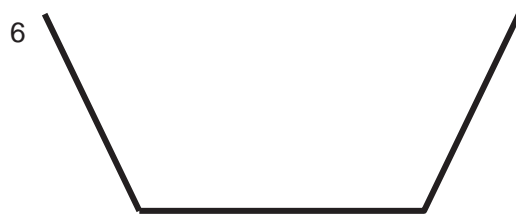
Entran dos forasteros con cámaras y grabadoras observando todo en actitud de buscar (Cuéllar, 1980:71).

**Simbología:**



Reúnete en un equipo. Registren los trazos de piso del baile que escenificará el grupo. Para ello, revisen los contenidos sobre movimientos grupales, en los bloques dos y tres. Escribanlos en los esquemas de abajo. Utilicen la notación de grupos (líneas, círculos y figuras) que aprendieron en el bloque 1 secuencia 1 de este año, o bien la simbología de notación individual que indicamos arriba.





#### **d) Integración de otras artes**

Otro aspecto de gran importancia en la elaboración de la estructura de la obra es la participación de las otras artes. En el bloque anterior revisamos con detalle el lugar de las otras artes en la obra dancística. También revisamos cómo la danza se integra a obras en que los lenguajes dancísticos se han interrelacionado.

Reúnete con tu equipo y realicen la siguiente actividad:

1. Lean la estructura de la escenificación diseñada por el grupo.
2. Piensen algunas ideas para incorporar otras artes en el montaje de la obra.
3. Revisen la secuencia 1 del bloque 3, para buscar ideas que enriquezcan la presentación. Escriban sus ideas para compartirlas con el grupo.

Recuerden que:

- Además de la música de los bailes, puedes utilizar otras músicas para ambientar las escenas de los diferentes cuadros, o bien integrar cantos o efectos sonoros.
- La escenografía, la utilería y los accesorios, pueden ser usados no sólo como ambientación o decoración de la obra, también puedes integrarlos a las coreografías.

Ahora pueden escribir el guión escénico. Reúnete con todo el grupo y presenten su trabajo de equipo. Discutan las ideas generales y a partir de las coincidencias, decidan cuál es el guión y el libreto para la escenificación.

Recuerden que un guión de danza se caracteriza por lo siguiente:

- Predominio en el uso de los géneros de danza y expresión corporal.
- Uso de parlamentos sólo para cubrir contenidos que no puedan ser traducidos a movimiento.
- Parlamentos cortos e integrados a la expresión corporal.
- Integración de otras artes (artes plásticas, música, literatura y teatro) para fortalecer la fuerza dramática de la obra.

Consideren las siguientes partes en la elaboración del guión:

- Portada.
- Introducción.
- Contenido: actos, cuadros y escenas (descripciones, narraciones y diálogos).
- Cuadros de diseño de: escenografía, utilería, vestuario y coreografías de los bailes.
- Guión de música y discografía utilizada.
- Bibliografía.

Definan las tareas que hay que llevar a cabo, organicen las comisiones necesarias y asignen responsables de las mismas. Elaboren un cartel con los nombres de los encargados de las tareas y actividades. Consideren al menos las siguientes comisiones:

- Elaboración definitiva del guión.
- Elaboración de escenografía.
- Elaboración de vestuario y utilería.
- Grabación y edición musical
- Apoyo en la organización antes, durante y después de la función.

- Elaboración de campaña de difusión del evento: carteles, volantes, programas de mano, visitas a los grupos de la escuela.
- Preparación del espacio físico en que se desarrollará la función (tramoya): delimitación del espacio escénico, colocación de sillas o gradas, ayuda en cambios de escenografía, hacerse cargo del sonido, limpiar el espacio una vez concluido el evento.
- Registro de bitácora sobre el desarrollo del montaje, anécdotas, problemas enfrentados y resueltos. Incluyan en el registro fotografías y videos de los ensayos y del día de la presentación.

¡Ya pueden iniciar el montaje!

## **1.2 Memorización de las secuencias de movimiento y realización de trazos coreográficos en grupo**

En la segunda secuencia del bloque anterior, aprendiste las pisadas básicas del baile popular que escenificarás. En esta secuencia las memorizarás y tratarás de dominar su ejecución y de coordinarlas con los movimientos característicos de las partes del cuerpo y el uso de implementos y accesorios.

Recuerda que, antes de comenzar con la actividad física, debes realizar un calentamiento de 10 o 15 minutos que incluya las cuatro fases del calentamiento: coordinación postural o fortalecimiento de músculos; desarrollo de las posibilidades anatómicas (flexión, extensión, rotación) y del espacio (desplazamiento y dirección); estiramientos y práctica de las acciones relacionadas con la gravedad (cambio de soporte, equilibrio, pequeñas caídas y salto).

Reúnete con todo el grupo y hagan el calentamiento que les corresponde. Realicen la actividad en un lugar amplio y ventilado.

Dediquen también de 20 a 30 minutos a los ejercicios de técnica básica, en los que combinen los elementos aprendidos el curso anterior con los aprendidos en este curso. Consideren la siguiente secuencia y sugerencias:

- Estructuren secuencias en que combinen apoyos, golpes y apoyos y golpes con y sin cambio de peso, de planta, metatarso, talón y punta. Varíen el número de golpes y apoyos que ejecutan con cada pie. Ejecútenlas con diferentes ritmos y acentuaciones, y para incrementar la coordinación incluyan, palmadas a tiempo y contratiempo o bien utilicen implementos o instrumentos musicales. Desplácese de diferentes formas (camino recto, circular, curvo y sin rumbo), en distintas direcciones y frentes, e incluyan medios, cuartos y giros completos en sus desplazamientos. Coordínenlas con movimientos de torso (en sucesión y oposición) movimientos de brazos (solos o utilizando la falda o bien algún implemento como el paliacate) y movimientos de cabeza. Realícenlas con variaciones en el tempo y la dinámica. Acompañen la secuencia con música en un compás de 2/4.
- Realicen secuencias de ejercicios en que refuercen la ejecución de pisadas básicas, que resultan de combinar apoyos con cambio de peso (paso de galope, paso cambiado, paso de vals, paso de polca). Coordínenlas con las pisadas básicas que resultan de combinar golpes con y sin cambio de peso (zapateado de tres de planta, metatarso y

talón, carretillas, paso palomo, paso borracho). Enfatizan la ejecución del muelleo y la fluidez de la ejecución. Utilicen desplazamientos en diferentes direcciones, giros, medios y cuartos de giro. Coordinen las pisadas con movimientos del torso en oposición y sucesión y el movimiento de la falda.

- Estructuren secuencias de ejercicios en que combinen los *deslizados por el piso y por el aire (cepilleos y escobilleos)* en sus diferentes modalidades (metatarso, tacón y planta) con y sin cambio de peso, coordinándolos con los elementos básicos (apoyos y golpes) y con los complementarios (gatillos), utilizando la flexión de rodillas a manera de muelleo. Coordínenlas con desplazamientos y giros, con diferentes calidades de movimiento (variaciones en la dinámica, tempo, espacio y flujo) y utilicen distintos patrones rítmicos. Coordinen las pisadas con movimientos del torso en oposición y sucesión y el movimiento de la falda.
- Realicen secuencias de ejercicios en que combinen los elementos complementarios (quebrados, gatillos, rebotados, picados y volados) con apoyos y golpes con y sin cambio de peso. Coordínenlos con diferentes acentuaciones y patrones rítmicos. Para incrementar la coordinación incluyan palmadas a tiempo y contratiempo o bien utilicen implementos o instrumentos musicales. Utilicen desplazamientos en diferentes direcciones, cambios de frente y giros. Utilicen diferentes calidades (variaciones de dinámica, tempo, espacio y flujo) y distintos patrones rítmicos. Coordinen las pisadas con movimientos del torso en oposición y sucesión y el movimiento de la falda.
- Estructuren secuencias creativas en las que se integren los movimientos estudiados; utilicen diferentes direcciones, cambios de frente giros, varíen las acentuaciones, los patrones rítmicos y las calidades de movimiento y coordinen las pisadas con movimientos del torso y cabeza y con faldeos.

Consideren un momento de la clase para mejorar la ejecución de las pisadas. En los bailes populares actuales, la dificultad de los bailes, más que en los pasos, radica en la coordinación de los movimientos de la pareja y la armonización de la misma. De manera que si bien es importante dedicar un tiempo a la ejecución de los movimientos de manera individual, para mejorar la organicidad y fluidez de la ejecución, es más importante aún la práctica en pareja.

En pareja, coordinen los movimientos del baile seleccionado, sin desplazamientos. En cuanto hayan logrado ejecutarlos sin tropiezos, ejecútenlos desplazándose. Comiencen en círculo avanzando en el sentido y en contra de las manecillas del reloj. De cuando en cuando, y según el baile escogido, además del desplazamiento agreguen vueltas en pareja hacia la derecha y la izquierda y también giros de la mujer ayudada por el hombre.

Luego desplácese por todo el salón sin considerar trazo alguno, sólo siguiendo los movimientos de las otras parejas. Sigán con caminos curvos, procuren llenar todo el espacio escénico y no seguir a ninguna pareja, creen ustedes sus propios caminos.

Ahora, diseñen desplazamientos considerando el equilibrio y desequilibrio del escenario, así como la simetría y la asimetría. Todos reunidos en grupo, piensen en algunos diseños combinando los cuatro elementos: equilibrio simétrico, equilibrio asimétrico, desequilibrio simétrico y desequilibrio asimétrico. Organicen una secuencia coreográfica y ejecútenla, procurando ser conscientes de los efectos escénicos que se producen cuando se mueven al unísono.

Ejecuten movimientos coreográficos en que alternen movimientos grupales al unísono y movimientos espaciales sólo de algunas parejas, mientras las otras ejecutan los pasos en su

lugar. Para esta exploración pueden considerar los aprendizajes acerca de las zonas del escenario.

### 1.3 Interpretación de los sentimientos y las ideas que subyacen en la danza

Es muy probable que con los bailes populares actuales te sientas muy identificado y sea mucho más sencillo que vivas la experiencia estética, que surge de ejecutar los movimientos con fluidez y organicidad. Para lograrlo, deberás repetir varias veces los movimientos hasta que te apropiés del sentido rítmico y musical del baile seleccionado. Sin embargo, una repetición mecánica de las pisadas torna monótona y sin sentido tu interpretación.

No olvides que tus aprendizajes no se quedarán en el aula, sino que los compartirás con la comunidad, por lo que no basta el dominio y la calidad interpretativa con que ejecutes los bailes, es necesario que amplifiques esa experiencia y la hagas visible para compartirla con otros. De ahí la necesidad de realizar actividades en que te prepares para expresar sensaciones, emociones e ideas en los movimientos y sus calidades y, luego, crees las proyecciones.



Foto: Christa Cowrie, "Alicia Sánchez y Compañía", en *La vida de la escena la escena de la vida*. *Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

Existe una significativa diferencia entre expresar y proyectar. La expresión surge cuando te has logrado apropiarse del sentido del baile y tus movimientos lo "traducen". En cambio, la proyección requiere amplificar esa expresión para que el espectador pueda observarla, pues a la distancia los movimientos y gestos pequeños se pierden, no se alcanzan a percibir. Es necesario, entonces, que crees una proyección corporal en que amplifiques los movimientos, calidades, gestos y trayectorias para que sean vistos y "oídos" en escena, para lo cual primero, deberás recrear las sensaciones, emociones e ideas de los bailarines para interpretarlas y luego proyectarlas.

En la secuencia 1 del bloque anterior elaboraste las fichas con diferentes aspectos del contexto sociocultural en que se produce el baile. Reúnete en equipo y revísenlas para obtener algunos datos con los que puedan crear proyecciones corporales e integrarlas a los movimientos. De ser posible consigan algunos videos para que puedan observar detalles en los buenos bailarines del género escogido.

Comencemos con los rasgos físicos. Aquí lo que importa es observar y recrear la forma en que bailarines con distintas características físicas (altos, chaparros, delgados, gordos) se apropian y disfrutan de la música y el baile. Además, por supuesto, del modo en que se relacionan con su pareja y armonizan con ella. Observen a detalle los movimientos de algún bailarín cuyos rasgos físicos sean parecidos a los propios y realicen algunos desplazamientos procurando apropiarse de su andar y bailar. Cuidado con los estereotipos, pues no se trata de imitar o caricaturizar, sino de *recrear la sensación* que experimenta una persona al caminar y bailar.

Sigan con algunas reacciones características de estos bailarines. Describan la forma de mirar, la expresión de la cara, el entrecejo, el gesto general del cuerpo (rígido, relajado, desgarbado, altivo). Repitan sus desplazamientos integrando estas reacciones a sus movimientos.

Continúen con las reacciones emocionales. Describan la forma en que los bailarines muestran sus emociones específicamente el momento en que bailan (alegres, serios, juguetones, coquetos, entusiasmados). Observen cada uno a detalle las reacciones del bailarín con el que se sientan más identificado. Elaboren una improvisación dancística en que recreen las emociones observadas. Incluyan en su improvisación las diferentes áreas de proyección: respiración, voz, ojos, manos, cuello, hombros, espalda, pies, piernas, abdomen, cadera, cara.

Creen una secuencia creativa de movimiento para interpretar las características físicas, sensoriales y emocionales observadas. Dótenla de la calidad y el tempo adecuados.

Ahora integren la proyección corporal creada a las pisadas y los diseños coreográficos de su escenificación. También incorpórenla a los diálogos y movimientos escénicos que la acompañan.

Procuren en cada ensayo continuar experimentando y perfeccionando las proyecciones corporales creadas.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>1.1 Definición de la estructura general.</p> <p>1.2 Memorización de secuencias de movimiento y realización de trazos coreográficos en grupo.</p> <p>1.3 Interpretación de los sentimientos y las ideas que subyacen en la danza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en equipos y en el grupo. Definición del tema. Elaboración de la estructura. Diseño escénico. Diseño de escenografía, utilería, vestuario y efectos sonoros. Elaboración del guión escénico definitivo. División del trabajo y de responsabilidades.</li> <li>▪ Trabajo en grupo. Calentamiento. Técnica básica. Mecanización de las pisadas individualmente y en parejas. Coordinación de pisadas con trazos coreográficos en grupo. Ejercicio final de enfriamiento.</li> <li>▪ Trabajo en equipo. Traducción a proyecciones corporales de los datos del contexto sociocultural. Elaboración de cuadro de proyecciones. Exploración y creación de proyecciones corporales. Incorporación de las proyecciones a diálogos, movimientos escénicos e interpretación de la danza.</li> </ul>

### Desarrollo de las actividades sugeridas

#### 1.1 Definición de la estructura general

**Trabajo en equipos. Definición del tema. Elaboración de la estructura. Diseño escénico. Diseño de escenografía, utilería, vestuario y efectos sonoros. Todo el grupo. Elaboración del guión escénico definitivo. División del trabajo y de responsabilidades.**

(Se sugiere emplear entre seis y siete clases de media hora para completar la actividad).

1. Definan un tema para escenificar el baile seleccionado, para lo cual pueden apoyarse en la información recabada en la secuencia anterior.
2. Denle una secuencia narrativa al tema elegido.



3. Elijan la estructura adecuada para la temática seleccionada que les permita crear un primer guión.
4. Definan personajes, género de la obra, lenguaje dramático, forma de presentación (actos, cuadros y escenas).
5. Elaboren el diseño escénico de acuerdo con los cuadros y escenas establecidos.
6. Elaboren el diseño de escenografía, utilería, vestuario y música, de acuerdo con los cuadros y escenas.
7. Presenten ante el grupo el trabajo desarrollado.
8. Elaboren entre todos el guión escénico definitivo, incorporando las aportaciones de todos los equipos. Discutan las ideas generales y busquen consensos.
9. Establezcan las funciones, organicen comisiones y asignen responsables.
10. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

## **1.2 Memorización de secuencias de movimiento y realización de trazos coreográficos en grupo**

**Trabajo en grupo. Calentamiento. Técnica básica. Mecanización de las pisadas individualmente y en parejas. Coordinación de pisadas con trazos coreográficos en grupo. Ejercicio final de enfriamiento.**

(Se sugiere emplear entre seis y siete clases de hora y media para completar la actividad; es necesario considerar un tiempo de mínimo 15 minutos para el calentamiento y de 5 a 10 minutos de enfriamiento en cada sesión de dos horas).

1. El grupo en conjunto realice el calentamiento. Inicien con un ejercicio de coordinación postural; sigan con flexiones, extensiones, rotaciones, desplazamientos, cambios de soporte, equilibrios y pequeños saltos. Utilicen una música lenta en las flexiones, extensiones, rotaciones y equilibrios y una música más rápida en los desplazamientos, cambios de soporte y pequeños saltos. Es conveniente variar la música cada clase, para mantener la conciencia en el trabajo corporal y evitar la monotonía que puede generar que la rutina aprendida se mecanice.
2. Todo el grupo realice ejercicios de técnica básica para continuar desarrollando su coordinación y mejorando la ejecución de pisadas y movimientos característicos de la danza folclórica. Experimenten con combinaciones de elementos básicos (apoyos y golpes), elementos complementarios (gatillos, quebrados, rebotados, picados y volados) y deslizados. Varíen las acentuaciones y los patrones rítmicos. Coordinenlas con movimientos del torso (sucesión y oposición), movimientos de los brazos (solos o utilizando la falda o algún implemento o instrumento musical) y movimientos de la cabeza. Realícenlos desplazándose en diferentes direcciones, con cambios de frente y giros. Varíen la calidad de los movimientos (dinámica, tempo, flujo y espacio). Utilicen músicas variadas.
3. Escuchen la música del o los bailes y familiarícense con ella. Encuentren el pulso, márquenlo con palmadas, caminen siguiéndolo.
4. Practiquen secuencias de ejercicios que les permitan mecanizar las pisadas del baile seleccionado y coordinarlas con algunos trazos coreográficos que puedan crear en grupo. Recuerden iniciar el proceso de repetición con algunos ejercicios que enfatizan los patrones rítmicos o las habilidades específicas requeridas en la ejecución de las pisadas.
5. Coordinen las secuencias de movimiento con la música y los trazos coreográficos en grupo.
6. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.
7. Realicen una actividad de enfriamiento.

### 1.3 Interpretación de los sentimientos y las ideas que subyacen en la danza

**Trabajo en equipo. Traducción a proyecciones corporales de los datos del contexto sociocultural. Exploración y creación de proyecciones corporales. Incorporación de las proyecciones a diálogos, movimientos escénicos e interpretación del o los bailes.**

1. Reúnete en un equipo. Revisen las fichas elaboradas del contexto sociocultural y festivo y tomen notas de aquellos datos que pueden sugerir una traducción a proyección corporal.
2. Localicen un video del baile o bien de una fiesta en que se presenten diferentes interpretaciones y tomen notas de los detalles físicos, sensoriales y emocionales.
3. Realicen exploraciones para crear diferentes tipos de proyección corporal.
4. Utilicen alguna de las proyecciones en los diálogos y movimientos escénicos, así como en la interpretación del baile.
5. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo de los equipos.

### Autoevaluación

1. En equipo, describan el proceso seguido en la elaboración del guión y ejemplifiquen el diseño escénico de los movimientos coreográficos o trazos de piso.
2. Ejecuta los pasos, movimientos corporales y la coreografía del o los bailes elegidos.
3. Explica cómo creaste la proyección corporal del baile elegido.

### Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
Secuencia 1. Escenificación de un baile popular actual.	Libro: <i>La motivación dramática en la escenificación de la danza</i> , de Fernando Cuellar.	Encontrar ejemplos de guiones escénicos y teatralizaciones.
1.1 Definición de la estructura general.	Libro: <i>Teatralización del folklore y otros ensayos</i> , de Ramiro Guerra.	Favorecer la coordinación música-danza-escenografía-utillería.
1.2 Memorización de secuencias de movimiento	Música del o los bailes. Escenografía, implementos y accesorios	Observar características del estilo, para la creación de las proyecciones corporales.
1.3 Interpretación de los sentimientos y las ideas que subyacen en la danza.	Videos de películas en que se presenten los bailes actuales o videos de Internet. <a href="http://youtube.com/">http://youtube.com/</a>	

## Glosario

**Apoyo.** Contacto delicado (suave) del pie con el piso que no produce sonido. Existen apoyos con cambio y sin cambio de peso. En los primeros, en cada movimiento se transfiere totalmente el peso del cuerpo, mientras que en los segundos la pierna que ejecuta el movimiento no tiene peso, por lo que se convierte en un gesto.

**Carretilla.** Combinación de dos golpes de planta, el primero sin cambio de peso y el segundo con cambio de peso. Al ejecutar el segundo golpe se pronuncia la flexión y se acentúa (se incrementa aún más la energía con la que se realiza el contacto con el piso). Se alterna el movimiento.

**Carretilla con impulso.** Combinación una carretilla con un pequeño salto o impulso que cae sobre el mismo pie.

**Cascanueces.** Es un instrumento de cocina que se usa para romper la cáscara de las nueces. *El Cascanueces* es un famoso ballet de Marius Petipa, cuya música fue compuesta por Tchaikovsky. La historia podría considerarse como un “cuento de navidad”. Narra el sueño de Clara, una niña que recibe como regalo un cascanueces con la forma de soldadito. El sueño es un viaje fantástico donde conoce a la Reina de las Nieves, se aventura en el país de los dulces y su cascanueces cobra vida. Por supuesto que a lo largo de todo el recorrido hay numerosos pretextos para la exhibición de escenas de ballet. Esta obra es la adaptación de un cuento de E.T.A. Hoffman a cargo del escritor Alejandro Dumas. Se estrenó en Rusia en 1892.

**Cepilleo.** Deslizado que se realiza del centro del cuerpo hacia afuera, resbalando el pie o alguna de sus partes del lugar hacia afuera, es decir, del piso hacia el aire.

**Deliberar.** Discutir algún asunto, considerar sus aspectos positivos y negativos para tomar una decisión.

**Deslizado por el piso.** Movimiento resbalado que no se despega del piso.

**Deslizado.** Movimiento en el que se pone el pie o alguna de sus partes en contacto con el piso y resbala hacia alguna dirección. Los deslizados pueden realizarse manteniendo todo el tiempo el contacto con el piso, iniciar su trayecto en el aire para finalizar en el piso con el deslizamiento de una parte del pie o bien concluir en el aire.

**Escobilleo.** Deslizado que se realiza de afuera hacia el centro del cuerpo. Existen dos modalidades: los que inician el movimiento en el aire y al poner en contacto el pie con el piso continúan su trayectoria deslizándose hasta llegar a su lugar y los que inician en el aire, continúan deslizando el pie por el piso generalmente hacia atrás para finalizar el movimiento con el pie en el aire.

**Gatillo.** Movimiento cuya designación hace referencia a la imagen rítmica que se produce al jalar el gatillo de una pistola y su trayecto de regreso a la posición original. Se ejecuta con una parte del pie sin despegar del piso la otra. Hay *gatillos de planta* y *gatillos de talón*.

**Gatillo de planta.** Movimiento que resulta de golpear el piso con el metatarso sin despegar el talón del suelo.

**Gatillo de talón.** Movimiento que resulta de golpear el piso con el talón sin despegar el metatarso del suelo o golpeando con el talón después de un apoyo o golpe de metatarso. El primero se ejecuta con la pierna de apoyo, es decir, como soporte, mientras que el segundo se puede ejecutar como gesto o como soporte.

**Gesto.** Movimiento que se realiza con las extremidades: brazos o piernas. En el caso de las piernas, el movimiento puede incluir el contacto con el piso, pero la pierna no tiene el peso.

**Golpe.** Un contacto firme del pie con el piso que provoca un sonido al descargar la energía contra el piso.

**Lazada.** Movimiento que combina un pequeño impulso para ejecutar simultáneamente un apoyo de planta con pie izquierdo y una trayectoria circular en el plano horizontal en el sentido de las manecillas del reloj con la pierna derecha en dirección al frente, en el primer tiempo y un apoyo simultáneo de planta con los dos pies, en el segundo tiempo.

**Muelleo.** Sensación que se produce al realizar flexiones en diferente profundidad de acuerdo con la fuerza requerida en el contacto del pie con el piso.

**Paso borracho.** Combinación de un golpe de planta con cambio de peso de pie derecho a la diagonal derecha adelante; un apoyo de metatarso con cambio de peso de pie izquierdo cruzado por atrás del pie de apoyo; y un golpe de planta con cambio de peso de pie derecho en su lugar. Se repite el movimiento alternando los pies.

**Paso cambiado.** Combinación de: 1) un apoyo de planta al frente con cambio de peso del pie derecho, incrementando la flexión de la rodilla; y 2) un apoyo de planta con cambio de peso del pie izquierdo ligeramente deslizado por el piso de atrás hacia delante, pero sin rebasar el primer apoyo, y 3) un apoyo de planta con cambio de peso de pie derecho alcanzando el pie izquierdo y quedando en el sitio. Se repite alternando los pies. El movimiento es muy muelleado. Se ejecuta en un compás binario, por lo que el primer apoyo corresponde con el primer tiempo de la música y los dos segundos se ejecutan en el segundo tiempo de la música, de modo que cada apoyo corresponde con medio tiempo.

**Paso de polca.** Combinación de: 1) un impulso (pequeño brinco) para dar un apoyo de planta con pie izquierdo, a la vez que un apoyo de talón (al frente o al lado) de pie derecho, y 2) se realiza otro impulso para dar un apoyo de planta con pie izquierdo, a la vez que se da un apoyo de punta (atrás o cruzado de lado por enfrente de la pierna de apoyo) de pie derecho al mismo tiempo. Se alterna el pie y se repite la secuencia avanzando en diferentes direcciones.

**Paso palomo.** Combinación 1) dos golpes de planta de pie derecho, el primero sin cambio de peso y el segundo con cambio de peso, acentuado y pronunciando la flexión de la rodilla, y 2) un golpe de metatarso con pie izquierdo y un golpe de planta con pie derecho. Se alterna el movimiento.

**Picado.** Movimiento de planta, metatarso, talón o punta del pie que toca el piso (sin golpear) y se retira de inmediato del piso. Su ejecución sugiere también una pelota que rebota. La diferencia entre el rebotado y el picado es la fuerza con que se pone el pie en contacto con el piso: el primero tiene la dinámica del golpe, en cambio el picado tiene la del apoyo, es decir, la energía es leve y no produce sonido alguno.

**Quebrados.** Movimientos en los que se pone en contacto con el piso la cara lateral interna o externa del pie, por lo que se gira 1/4 el pie sobre su eje sin involucrar la articulación de la rodilla. Existen *quebrados hacia adentro*, que se ejecutan con la cara lateral externa del pie en contacto con el piso y *quebrados hacia fuera*, que se ejecutan con la cara lateral interna del pie en contacto con el piso.

**Rebotado.** Golpe que se ejecuta con el metatarso, talón, punta o planta. Luego de golpear se retira del piso de forma inmediata la parte del pie involucrada, finalizando en el aire. La imagen con que podemos asociarlo es el de una pelota que pega y rebota del piso.

**Soporte:** Acción que implica el traslado del peso.

**Teatralización de la danza.** Según el investigador cubano Ramiro Guerra, proceso en que las manifestaciones folclóricas y populares son reelaboradas para producir intencionalmente en los espectadores experiencias estéticas.

**Volados.** Son gestos de la pierna que siguen una trayectoria circular o recta a una distancia de 10 a 20 cm. fuera del piso, es decir, en el nivel bajo.

**Zapateado de tres.** Combinación de tres golpes de planta alternados. El primero acentuado y con una flexión más profunda. Se alterna el movimiento. Puede ser ejecutado con diferentes partes del pie: los tres golpes sobre los metatarsos; o bien combinando planta, metatarso, planta; planta, talón, planta; golpe de talón, golpe de metatarso y golpe de planta.

## Bibliografía

- Blom, Lynne Anne y Chaplin, L. Tarin, *El acto íntimo de la coreografía*, México, INBA/CENIDI-Danza, serie de Investigación y Documentación de las Artes. Segunda época, 1996.
- Cardona, Patricia, *Dramaturgia del bailarín y Anatomía del crítico*, México, Conaculta/INBA, Cenart, Biblioteca digital CENIDI-Danza, 2006.
- Cuéllar Hernández, Fernando, *La motivación dramática en la escenificación de la danza*, México, Colegio de Bachilleres, Programa de Actualización y Formación de Profesores, área paraescolar, módulo V, 1980.
- Ferreiro, Alejandra, *Danza académica tradicional y popular mexicana. Una experiencia educativa*, México, investigación inédita, CENIDI-Danza José Limón, 1998.
- Guerra, Ramiro, *Teatralización del folklore y otros ensayos*, La Habana, Letras Cubanas, 1989.
- Humphrey, Doris, *La composición en la danza*, México, UNAM, 1981.

## Secuencia de aprendizaje **2**

# Valoración estética y reflexión en torno al montaje dancístico realizado por el grupo y valoración del vínculo entre arte y tecnología

### Propósito

Valorar el montaje dancístico realizado en grupo y reconocer la relación que guarda la tecnología con los avances tecnológicos.

### Temas

2. Valoración estética y reflexión en torno al montaje dancístico realizado por el grupo y valoración del vínculo entre arte y tecnología.

2.1 Valoración estética del montaje dancístico realizado por el grupo y reflexión colectiva en torno al proceso de montaje.

2.2 Valoración en torno a la relación arte y tecnología, reconociendo el uso que los creadores le dan a las nuevas tecnologías de información y comunicación.

2.3 Reflexión en torno a la danza en el contexto actual, considerando la diversidad de elementos y lenguajes que intervienen en su producción.

### Contenido

#### 2.1 Valoración estética del montaje dancístico realizado por el grupo y reflexión grupal en torno al proceso de montaje

En diferentes momentos a lo largo del año escolar has realizado actividades que te han preparado para hacer valoraciones estéticas y juicios críticos de las manifestaciones dancísticas.

Durante este tiempo has aprendido la “jerga” del lenguaje dancístico: términos que se usan en el campo de la danza y te permiten expresar tus ideas en relación con las representaciones de ella. Has agudizado tu mirada de forma tal que puedes identificar las variaciones y matices en los usos de energía (dinámica), en los usos del tiempo (duración y tempo), en los usos del espacio personal (direcciones, niveles, planos, áreas) y total (desplazamiento), así como la

forma y trayectoria que asume (directa o indirecta). También conoces las acciones básicas que integran una secuencia de movimiento: flexión, extensión, desplazamiento y salto, entre otras. Conoces las diferentes posibilidades de relación con objetos y personas, así como diferencias en esa relación de acuerdo con la situación con una pareja. También has realizado juicios estéticos y críticos utilizando criterios y argumentándolos.

De ahí que tus apreciaciones acerca de la danza ya no sean de simple agrado o desagrado, sino que eres capaz de expresar claramente los sentimientos y emociones que te produce una obra de danza y de comprender las ideas con que fue creada. De manera que puedes hacer una valoración de la escenificación realizada.

En primer lugar, evalúa tu participación en el montaje. Puedes considerar los siguientes criterios o definir otros.

### 1. Técnicos.

Escribe tu experiencia en el proceso de aprendizaje del baile. Considera tus avances en la coordinación de las pisadas con los movimientos de torso, brazos y cabeza, así como de la ejecución limpia de los movimientos.

---

---

---

Analiza si lograste la precisión técnica y rítmica en la ejecución de las pisadas y la musicalidad de tu interpretación; es decir, si bailaste con la música.

---

---

---

### 2. Expresivos e interpretativos.

¿Lograste apropiarte del sentido del baile? ¿Percibiste la fuerza de tu proyección corporal para atrapar al espectador?

---

---

---

---

### 3. Experiencias estéticas y participación en el proceso.

¿Lograste gozar del movimiento? Comenta acerca de tus experiencias estéticas durante la interpretación.

---

---

Evalúa tu participación en la escenificación, montaje e interpretación del baile.

---

---

---

---

---

---

Reúnete con todo el grupo y comenten sus experiencias individuales en la creación e interpretación de la obra.

En un equipo de tres o cuatro compañeros, realicen un juicio crítico de la obra. El siguiente cuestionario es una guía para realizar su valoración, pero siéntanse en la libertad de elaborar sus propias preguntas y criterios.

### 1. Definición del tema.

¿Lograron comunicarse con el público, por medio de la temática elegida?

---

---

---

### 2. Estructura.

¿La estructura elegida y su organización interna (cuadros, personajes, género de la obra y lenguaje dramático) fue la más adecuada para la temática adecuada? Argumenten.

---

---

---

---

¿Cómo la mejorarían?

---

---

---

---

### 3. Diseño escénico.

¿El diseño escénico permitió la integración de los bailes a la obra? Comenten.

---

---

---

---

---



4. Integración de otras artes.

¿La música y los efectos sonoros ayudaron a crear el ambiente de la obra? Argumenten.

---

---

---

¿La escenografía y la utilería lograron efectos estéticos? Expliquen.

---

---

---

¿El vestuario, su adaptación escénica, ayudó a la unidad y coherencia de la obra?

---

---

---

¿La integración de parlamentos y la actuación fue pertinente? Comenten.

---

---

---

---



Foto: Christa Cowrie, "Compañía Bajo Luz", en *La vida de la escena la escena de la vida*.  
*Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

5. Interpretación de los sentimientos e ideas que subyacen al baile.

¿El grupo logró interpretar el sentido del baile al momento de la escenificación?

---

---

---

¿Las proyecciones corporales creadas fueron acordes con el sentido del baile? ¿La expresión de los intérpretes fue percibida por los espectadores? Comenten.

---

---

---

En grupo, compartan los juicios críticos de cada equipo. Expliquen sus argumentos. Hagan una valoración de todo el proceso de creación y llenen, en conjunto y con la ayuda de su profesor, el siguiente cuadro.

Logros	Problemas solucionados	Deficiencias

Comenten brevemente cómo mejorarían la escenificación.

---

---

---

---

---

## 2.2 Valoración en torno a la relación arte y tecnología, reconociendo el uso que los creadores le dan a las nuevas tecnologías de información y comunicación

La revolución tecnológica sufrida en la segunda mitad del siglo XX en todo el mundo, ha afectado también a la danza. La danza es un arte efímero que tiene vida sólo durante su representación. Aunque deje una profunda huella en la memoria de los espectadores y los críticos puedan hacer una reseña de ella, la obra se esfuma en el mismo momento en que es

representada. Esta condición ha dificultado el estudio de su evolución. De ahí la importancia de la notación de la danza, resaltada por el teórico Rudolf Laban, quien creó una forma de registro que permite atraparla junto con el movimiento.

La posibilidad de registro se hizo más accesible gracias a la aparición del video, lo que ha tenido impacto tanto en el estudio de la danza como en la reconstrucción y remontaje de algunas obras. La participación de videoastas en el registro abrió la posibilidad para el surgimiento de un género artístico híbrido, que en la actualidad se encuentra en gran expansión y auge: la videodanza.

Este género de danza surge del encuentro de algunos coreógrafos con el nuevo desarrollo tecnológico. De ahí que la videodanza se haya definido como un diálogo entre danza y video, pues en éste los coreógrafos encuentran otras posibilidades: las acciones pueden ser registradas en diferentes momentos y, gracias a la edición, repetir movimientos en forma idéntica o al revés y acelerar o alentar las acciones (Alonso, 1995). En la videodanza, además, se utilizan espacios no convencionales, es decir, el espectáculo no tiene que realizarse en un foro o en un teatro. Incluso se crean “espacios virtuales” que no existen en la realidad.

La videodanza crea una nueva estética del cuerpo en la que es posible explorar planos o detalles inaccesibles con otros medios. Un gesto que en el escenario es insignificante, gracias a la cámara, puede transformarse en poético y grandioso; de igual forma la respiración y los pasos del bailarín o cualquier otro movimiento pueden convertirse en los puntos focales de la obra (Rosenberg, 2000). Así, el ojo de la cámara otorga una dimensión inusual al cuerpo: permite recorrer o habitar zonas inadvertidas en otros espacios de representación (Alonso, 1995).

De ahí que el cuerpo, que continúa como principal protagonista, sea transformado, gracias a la cámara, cuyos acercamientos lo dejan en manos del coreógrafo. La videodanza convierte los cuerpos en pura imagen. Aquí la noción misma de coreógrafo se trastoca, puesto que ya no sólo diseña el movimiento, sino que diseña la mirada que lo recorrerá. Y es esta coreografía de la mirada el aspecto que mejor define a la videodanza: lo que le da su fuerza estética y la integra al arte contemporáneo (Alonso, 1995).

Reúnete en equipo y busquen en Internet una videodanza. Comenten en grupo la impresión que les produce.

### **2.3 Reflexión en torno a la danza en el contexto actual, considerando la diversidad de elementos y lenguajes que intervienen en su producción**

Desde la segunda mitad del siglo XX, la preocupación de los artistas por la destrucción ecológica, la crisis ambiental y los problemas de desintegración se volvieron temas centrales. Es necesario encontrar nuevos significados y posibilidades para las viejas formas de vida.

A nivel mundial, la respuesta de los artistas de la danza ante la llamada “crisis de la modernidad” constituyó un vigoroso movimiento conocido como *nueva danza* o *anti-danza*, en la que los bailarines salieron a las calles e improvisaron obras y ambientes e interactuaron con los objetos y personas que ahí pasaban. Crearon un nuevo vínculo entre danza y vida cotidiana, entre la danza y su público. Este movimiento sería el inicio de las múltiples tendencias de los años setenta, entre las que sobresalen los *happenings* y el *arte video*.

A partir de estas experiencias, los artistas de la danza se apropiaron de las calles y las convirtieron en un nuevo teatro ahora desacralizado, lo que constituyó su nuevo desafío.

En nuestro país, el movimiento callejero de danza, estrechamente ligado a un vigoroso movimiento de danza contemporánea independiente, se produjo durante los ochenta luego del letargo de casi dos décadas generado por la pérdida de proyecto y vitalidad de los grupos del Movimiento de Danza Moderna Mexicana. Los grupos independientes tomaron las calles para experimentar un “nuevo modo de vincularse con el público”.



Foto: Christa Cowrie, “Pilar Medina”, en *La vida de la escena la escena de la vida*.  
*Obra fotográfica*, México, INBA/CENIDI-Danza, 2005.

La calle se convirtió en un espacio de comunicación abierta que favoreció la experimentación y reavivó la vitalidad perdida en las salas tradicionales. Trabajar ahí, despertó una singular capacidad para responder creativamente e incorporar a las coreografías estos sucesos.

Este movimiento disminuyó a mediados de los noventa; sin embargo, en los últimos años ha tenido un resurgimiento, a partir de la creación de una red internacional de festivales de danza denominada *Ciudades que danzan*, un movimiento que busca un encuentro entre la arquitectura y la danza, a la vez que reafirmar el valor del patrimonio artístico y cultural de cada ciudad. Por medio de la danza, los habitantes de la ciudad redescubren y miran de otra manera una plaza, una calle, algún rincón escondido; de este modo se promueve el acercamiento entre danza y espacio urbano y público.

Existe una corriente norteamericana de objetivos muy similares denominada “*site specific choreografic*” (sitio coreográfico específico), ligada a movimientos de arte, ecología y comunidad, en el que se pretende crear eventos de danza y *performances* inspirados en el aspecto físico, la historia o la gente que frecuenta algún lugar; así se han tomado puentes, montañas, lagos, etcétera, que sirven de inspiración y escenografía natural.

Estos movimientos son sólo una muestra de la capacidad de la danza de integrar elementos, lenguajes y situaciones, en las cuales encuentra nuevas posibilidades y oportunidades para la creación.

Discutan en grupo sobre las nuevas tendencias en la producción de danza. Piensen en algún sitio histórico o paisaje de su comunidad que se preste para la creación de una obra de danza. De ser posible, coordinados por su profesor, realicen una salida didáctica al sitio elegido y hagan una improvisación en que interactúen con el lugar y los elementos que ahí descubran.

## Actividades sugeridas

Temas	Actividades
<p>2.1 Valoración estética del montaje dancístico realizado por el grupo y reflexión colectiva en torno al proceso de montaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo individual. Responder cuestionario de autoevaluación del montaje y la interpretación. Valoración estética del montaje. Trabajo en grupo. Discusión grupal acerca de la experiencia. Cuadro de evaluación del proceso.</li> </ul>
<p>2.2 Valoración en torno a la relación arte y tecnología, reconociendo el uso que los creadores le dan a las nuevas tecnologías de información y comunicación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Observación de una videodanza. Conclusiones en grupo acerca del uso de las nuevas tecnologías en la creación dancística.</li> </ul>
<p>2.3 Reflexión en torno a la danza en el contexto actual, considerando la diversidad de elementos y lenguajes que intervienen en su producción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Improvisación coreográfica en un sitio histórico o paisaje. Presentación ante la comunidad.</li> </ul>

## **Desarrollo de las actividades sugeridas**

### **2.1 Valoración estética del montaje dancístico realizado por el grupo y reflexión colectiva en torno al proceso de montaje**

**Trabajo individual. Responder el cuestionario de autoevaluación del montaje y la interpretación. Valoración estética del montaje. Trabajo en grupo. Discusión grupal acerca de la experiencia. Cuadro de evaluación del proceso.**

1. Individualmente respondan el cuestionario de autovaloración del proceso de montaje, siguiendo los criterios utilizados para la elaboración del guión escénico y de la interpretación.
2. En equipo, respondan el cuestionario para valorar estéticamente la obra creada en grupo.
3. Todo el grupo reunido comente las experiencias más significativas durante el proceso de escenificación.
4. En grupo, registren los logros, los problemas solucionados y las deficiencias que deben corregirse en futuras escenificaciones.
5. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo del grupo.

### **2.2 Valoración en torno a la relación arte y tecnología, reconociendo el uso que los creadores le dan a las nuevas tecnologías de información y comunicación**

**Observación de una video danza. Conclusiones en grupo acerca del uso de las nuevas tecnologías en la creación dancística.**

1. En equipo, busquen una videodanza. Véanla.
2. Todo el grupo reunido discuta acerca de las posibilidades que ofrecen las nuevas tecnologías para la creación dancística.
3. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo del grupo.

### **2.3 Reflexión en torno a la danza en el contexto actual, considerando la diversidad de elementos y lenguajes que intervienen en su producción**

**Improvisación coreográfica en un sitio histórico o paraje. Montaje en clase de la experiencia. Presentación ante la comunidad.**

1. Coordinados por el profesor, planeen una salida didáctica y elijan algún sitio histórico o algún paraje en que puedan realizar improvisaciones coreográficas que surjan de la interacción con objetos o elementos que ahí descubran. Realicen las improvisaciones y luego preséntenlas ante la comunidad.
2. Evalúen los resultados de la actividad y la forma de trabajo del grupo.

---

## **Autoevaluación**

1. Da una opinión fundada sobre el proceso de escenificación de los bailes populares actuales.
2. Escribe qué es una videodanza y cuál es su importancia actual.
3. Comenta acerca de la importancia de las otras artes en la producción de una obra de danza.

## Materiales de apoyo

Temas	Material sugerido	Sugerencias de uso
<p>2.1 Valoración estética del montaje dancístico realizado por el grupo y reflexión colectiva en torno al proceso de montaje.</p> <p>2.2 Valoración en torno a la relación arte y tecnología, reconociendo el uso que los creadores le dan a las nuevas tecnologías de información y comunicación.</p> <p>2.3 Reflexión en torno a la danza en el contexto actual, considerando la diversidad de elementos y lenguajes que intervienen en su producción.</p>	<p>Libro digital: <i>Dramaturgia del bailarín y Anatomía del crítico</i>, de Patricia Cardona.</p> <p>Libro digital: <i>La humanización de la danza, Manual del coreógrafo, Danza. Caleidoscopio de la forma artística</i>, de Lin Durán.</p> <p><a href="http://www.videodanza.com">http://www.videodanza.com</a></p> <p><a href="http://www.cqd.info/home_esp.htm">http://www.cqd.info/home_esp.htm</a></p>	<p>Profundizar en los criterios para valoración estética del montaje dancístico.</p> <p>Buscar artículos y videos con producciones de videodanza.</p> <p>Buscar información acerca de los movimientos que toman sitios históricos o paisajes diversos para crear danza.</p>

## Glosario

**Claridad.** Sin ambigüedad ni confusión en la acción.

**Coherencia:** Cuando acción y calidad de la obra corresponden con lo que se quiere comunicar.

**Happenings.** Palabra inglesa que significa evento, ocurrencia, suceso. Se utiliza para denominar la manifestación artística multidisciplinaria, surgida en los años cincuenta. Se caracteriza por la participación de los espectadores. Los *happenings* pertenecen al *performance art*.

**Performance.** Palabra inglesa que significa ejecución, desempeño, rendimiento. Se ha utilizado para designar el arte vivo, arte constituido por las acciones de un individuo o un grupo, en un lugar determinado y durante un tiempo concreto. Este tipo de acciones pueden ocurrir en cualquier lugar, iniciarse en cualquier momento y tener cualquier duración. Involucra cuatro elementos: tiempo, espacio, cuerpo del *performer* y relación entre el *performer* y el público.

**Remontaje.** Volver a poner en escena una obra que ya fue presentada al público.

**Unidad orgánica.** Cuando una acción está ligada a la anterior, surge de ella.

**Videoasta.** Denominación que se da a los artistas del video.

## Bibliografía

- Alonso, Rodrigo, "Video danza: otro bastardo en la familia", en *La Hoja del Rojas*, año VIII, núm. 63, Buenos Aires, 1995.
- Baud, Pierre-Alain, *Una Danza tan Ansiada. La Danza en México como experiencia de comunicación y poder*. México, UAM Xochimilco, 1992.
- Cardona, Patricia, *Dramaturgia del bailarín y anatomía del crítico*, México, Conaculta/INBA, Cenart, Biblioteca digital CENIDI-Danza, 2006.
- Crespo, Nora, *La danza, mirada en movimiento. Un estudio de tres coreógrafos mexicanos: Marco Antonio Silva, Adriana Castaños, Raúl Parrao*, México, Conaculta/FONCA/UAM, 2003.
- Cuéllar Hernández, Fernando, *La motivación dramática en la escenificación de la danza*, México, Colegio de Bachilleres, Programa de Actualización y Formación de Profesores, área paraescolar, módulo V, 1980.
- Durán, Lin, *La humanización de la danza, Manual del coreógrafo, Danza. Caleidoscopio de la forma artística*, México, Conaculta/INBA/Cenart/CENIDI-Danza José Limón, Biblioteca Digital, 2006.
- Guerra, Ramiro, *Teatralización del folklore y otros ensayos*, La Habana, Letras Cubanas, 1989.
- Humphrey, Doris, *La composición en la danza*, México, UNAM, 1981.
- Rosenberg, Douglas, "Essay on Screen Dance", First presented February, 2000, Dance for the Camera Symposium, Madison, Wisconsin, USA, consultado en: <http://www.dvpg.net/docs/screendance.pdf>
- SEP, *Miradas al arte desde la educación*, México, Biblioteca para la actualización del maestro, serie Cuadernos, 2003.



### **DANZA 3. APUNTES**

se imprimió por encargo de la Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos,  
en los talleres de \_\_\_\_\_  
con domicilio en \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_, el mes de \_\_\_\_\_ de 2008.  
El tiraje fue de \_\_\_\_\_ ejemplares.