

# Ejercicios de danza y movimiento







## Introducción

En este capítulo presentamos algunas propuestas de ejercicios y movimientos básicos que se encuentran en una etapa precedente a la danza tradicional, puesto que su finalidad radica, fundamentalmente, en la reeducación de las dificultades motoras del niño con discapacidad visual.

La propuesta está basada en la recuperación de la experiencia pedagógica implementada por la maestra de danza Elizabeth González, de la escuela Helen Keller de Jalisco, quien integra y refuerza aspectos psicomotrices, afectivos y sociales procesados mediante una secuencia vinculada al movimiento corporal, desplazamientos espaciales y rítmicos, cuya estructura se conforma a partir de tres núcleos de actividades que organizan la práctica.

El primero corresponde al reconocimiento de diferentes partes del cuerpo, su totalidad y las posibilidades de movimiento de cada una de ellas a través de distintos estímulos, con lo cual se busca incrementar diversas habilidades motoras –lateralidad, conciencia corporal, experiencia y conciencia espacial– de forma relativamente permanente.

El segundo presenta algunos ejercicios técnicos básicos que se aproximan a la enseñanza dancística que el niño debe realizar a través del razonamiento, exploración y ejecución de manera gradual y progresiva, comenzando cada proceso desde lo más simple a lo más complejo, a partir de unas instrucciones claras, precisas, y amplias descripciones cuando el caso lo requiera.

El tercero propone algunas ejecuciones coreográficas adaptadas de danza tradicional, a través de las cuales se procura integrar la memoria de las distintas ejecuciones que los niños van asimilando a lo largo del proceso, incorporando la coordinación de ritmo y movimiento de cada uno de los pasos tradicionales, además de la interrelación con el compañero o compañera de baile.

A partir de estas sugerencias didácticas, complementaria a los otros ámbitos de desarrollo del niño, se busca incidir en las siguientes áreas:



### En el área psicomotriz

- ayuda a la movilidad de las articulaciones,
- aumenta la tonificación y el fortalecimiento muscular,
- desarrolla la motricidad y la coordinación en los movimientos,
- desarrolla la lateralidad,
- desarrolla el sentido del equilibrio,
- mejora la postura,
- adquiere autocontrol en sus movimientos.

### En el área cognitiva

- estimula la concentración,
- estimula la memoria,
- desarrolla la creatividad,
- entiende el movimiento de su cuerpo y explora nuevos movimientos, perfeccionando otros.

### En el área psicológica

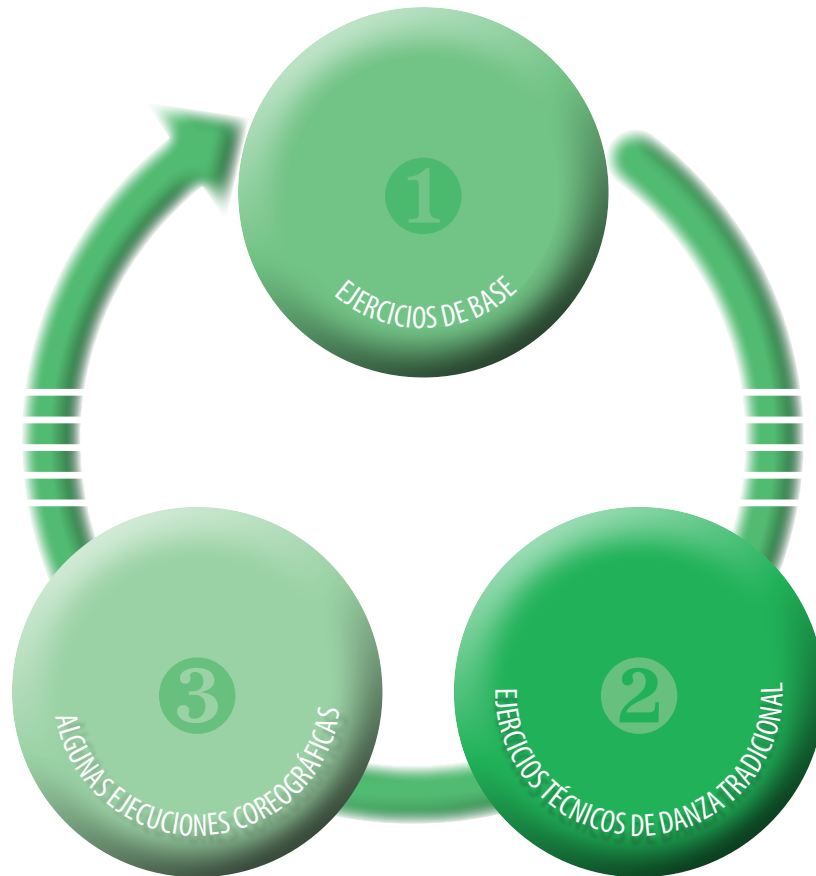
- se torna perseverante,
- aprende en determinados acontecimientos e incluso presentaciones a departir con otras personas,
- cuando descubre su potencial y puede desplazarse solo en el juego se siente libre, y en ese momento crece su autoestima,
- recobra la confianza en sí mismo,
- logra obtener mayor autonomía,
- facilita la toma de conciencia personal.

### En el área social

- desarrolla la capacidad del esfuerzo,
- la participación en juegos corporales motiva sentimientos de cooperación de equipo convirtiendo al niño en un ser social integrado,
- crece en el sentido del compromiso con sus compañeros,
- aprende a desarrollar un trabajo coordinado en equipo,
- fomenta la interrelación con los demás.



## NÚCLEOS DE EJERCICIOS





## Puntos de partida

Con este módulo se pretende contribuir al inicio de un proceso de reeducación corporal que favorezca e incremente el dominio y el desarrollo de habilidades motrices básicas, teniendo en cuenta la postura y los desplazamientos, con atención especial al desarrollo de las habilidades perceptivas (esquema corporal, equilibrio, espacio-tiempo), así como de coordinación, de manera que el niño pueda conocer y experimentar su propia evolución respecto a sus necesidades y posibilidades físicas; esto permite un adecuado asentamiento en su estructuración corporal, aspecto importante que incide positivamente en la construcción de su identidad.

Desde este punto de partida se invita al maestro a construir nuevas variantes que permitan sentar bases más sólidas para el logro de resultados rítmicos psicomotrices cada vez más significativos para el proceso del niño, considerando los siguientes contenidos:

- control corporal,
- conciencia de totalidad,
- lateralidad,
- control de la tonicidad,
- coordinación global y del equilibrio,
- control postural.

Durante este proceso de acompañamiento es importante no estandarizar la ejecución en una edad; así, por ejemplo, puede suceder que un niño de nueve años requiera una secuencia de gateo, y en cambio un compañero con las mismas características presentará una necesidad diferente porque ya logró hacer lo anterior.



### PROPÓSITOS

Con este ejercicio se pretende reforzar la locomoción a través de movimientos musculares y de coordinación, que favorecen la toma de conciencia de sí por medio del reconocimiento del cuerpo, relación parte-todo a través de la conciencia de articulación de movimientos y la conceptualización de los miembros: extremidades superiores (brazo, codo, antebrazo, muñeca, mano) y extremidades inferiores (muslo, rodilla, pierna, tobillo, pie).

En su proceso de aprendizaje, el niño necesita tocar para aprender. Por lo tanto, la presencia cercana del adulto puede ser una importante ayuda para que él pueda imaginar, sentir e incorporar las distintas ejecuciones.

Como punto de partida todos los ejercicios tendrán una "posición inicial" sobre la cual el niño deberá comenzar; ella consiste en colocar:

- *pies juntos, de pie,*
- *piernas estiradas o extendidas,*
- *caderas en el centro del eje vertical,*
- *espalda derecha,*
- *brazos a los costados y en posición natural,*
- *cabeza levantada.*

Sabiendo qué es lo esencial en los ejercicios de control corporal, se sugiere al maestro crear otros movimientos que beneficien al niño en este sentido.



### Variantes del ejercicio



## UBICACIÓN

Niño:

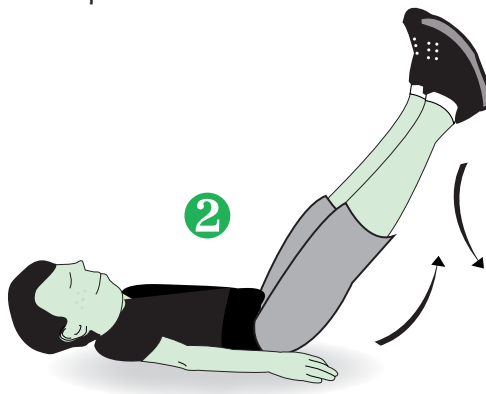
- Posición inicial,
- Posteriormente se ubica recostado, de espaldas al piso.

Maestro:

- Al lado del niño.
- Se desplaza según sus necesidades.

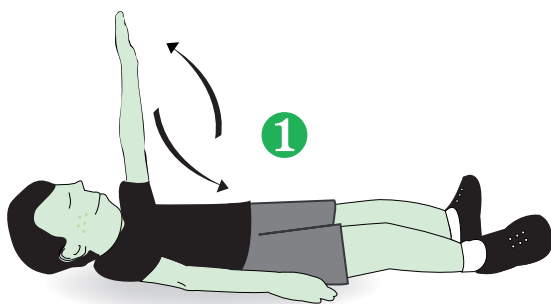


- 2 Juntar piernas, extenderlas hacia el frente, levantarlas poco a poco sin despegar el torso del piso.



## PROCEDIMIENTO

- 1 Elevar el brazo derecho perpendicularmente a la altura del hombro y luego relajar. Repetir el mismo ejercicio con el brazo izquierdo.



- 3 Regresar lentamente las piernas al punto de partida hasta entrar en contacto con el suelo.
- 4 Coordinar ambos movimientos a la vez: mover los brazos en forma lateral, estirar las piernas y elevarlas, relajar ambas extremidades y bajar.





### PROPÓSITOS

En continuidad con el ejercicio, anterior ahora se trata de ayudar al niño a incorporar nuevos movimientos laterales con su cuerpo a través de acciones como flexiones, extensiones, contracciones, relajaciones, interiorizando las posturas para tener un dominio sobre ellas.

El maestro debe percibir el resultado de los movimientos en el niño para poder realizar acciones intencionadas, repitiendo el ejercicio las veces que sea necesario para ir alcanzando mayor precisión.

Una buena ayuda para aumentar la capacidad de coordinación puede ser la música, por lo que es conveniente incorporarla.

El maestro deberá ser detallista en la descripción del ejercicio, considerando los distintos sentidos a través de los cuales el niño aprende, especialmente el oído, porque permite un nivel importante de comunicación, así como el tacto, que posibilita percibir y elaborar un conocimiento más cercano de cada realidad.



### Variantes del ejercicio

Blank lined area for writing variants of the exercise.



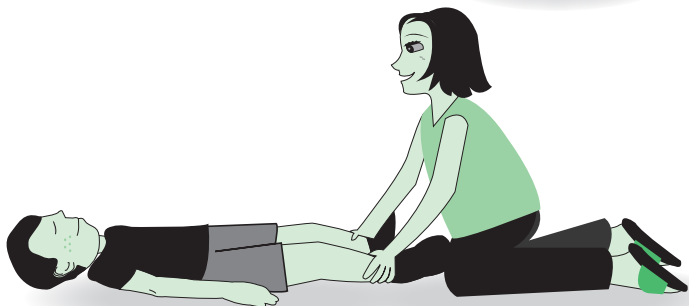
## UBICACIÓN

Niño:

- *Posición inicial.*
- *Posteriormente, recostado, de espaldas al piso.*

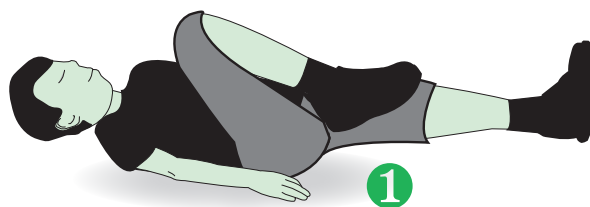
Maestro

- *Con sus manos colocadas en el pie del niño, va explicando los movimientos hacia la derecha, la izquierda y el cambio.*

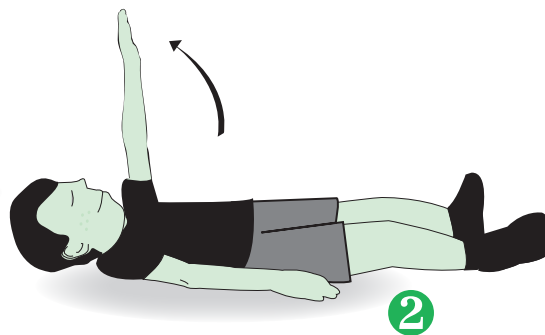


## PROCEDIMIENTO

- 1 Flexionar una pierna en dirección al pecho, relajarlo en el suelo y flexionar la otra pierna.



- 2 Extender un brazo en forma perpendicularmente a la altura del hombro, y después el otro, alternar y repasar.





- 3 Flexionar ambas piernas hacia el pecho.



- 4 Alternar estos ejercicios con brazo izquierdo y pierna izquierda, brazo derecho y pierna derecha, así como con otras partes de las extremidades, según instrucción.



- 5 Reforzar la lateralidad a través del juego "El calentamiento"; a medida que cantan la canción, deben mover la parte del cuerpo que el maestro ("orden del sargento") irá nombrando. Cada movimiento se agregará al anterior, para terminar moviendo todo el cuerpo.

*Éste es el juego  
del calentamiento;  
hay que atender  
la orden del sargento:  
¡Jinetes, a la carga!,  
pie izquierdo (hombro derecho,  
codo izquierdo, pierna derecha...).*





CONTROL DE LA TONICIDAD  
(FORTALECER LOS MÚSCULOS)

PROPÓSITOS

La siguiente actividad pretende mejorar y fortalecer la tonicidad muscular de las extremidades inferiores y superiores, estimulando la motricidad fina, tomando, apretando y soltando diversos objetos con las manos.

La ejecución de un acto motor voluntario es imposible si no se tiene control sobre la tensión de los músculos que intervienen en los movimientos, pues para realizar cualquier gesto o acción corporal es preciso que participen los músculos del cuerpo, por lo que hace falta que unos se activen o aumenten su tensión y otros se inhiban o relajen su tensión.

Para favorecer el desarrollo del control de la tonicidad conviene realizar actividades que tiendan a proporcionar el máximo de sensaciones posibles en su propio cuerpo y en diversas posiciones (de pie, sentado, serpenteando, a gatas), en actitudes estáticas o dinámicas (desplazamientos) y con diversos grados de dificultad, que le exijan al niño adoptar diversos niveles de tensión muscular.



Variantes del ejercicio

Blank lined area for writing variants of the exercise.



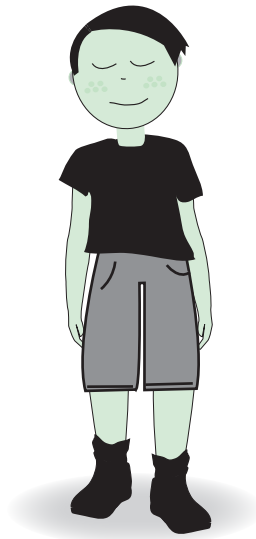
## UBICACIÓN

Niño:

- *Posición inicial.*
- *Posteriormente se ubica recostado de espaldas al piso.*

Maestro:

- *Se coloca al lado del niño.*
- *Se desplaza según sus necesidades.*



## PROCEDIMIENTO

- 1 Estirar todo el cuerpo levantando al máximo los brazos, soltarlos en el suelo, relajarlos y volver a iniciar.



- 2 Tocar los dedos de los pies doblando la cintura sin flexionar las rodillas.



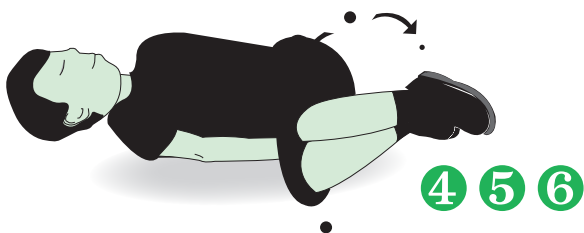


- 3 Flexionar las piernas hacia el pecho.

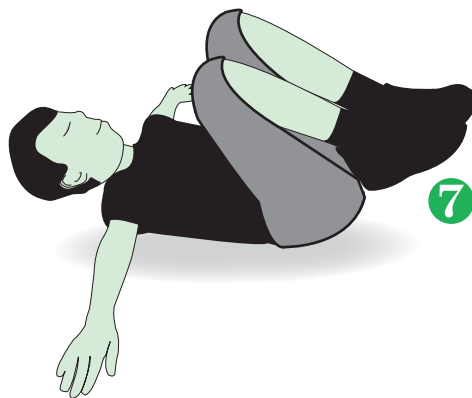


- 4 Girar la cadera hacia la derecha, con las piernas flexionadas y regresar al centro.

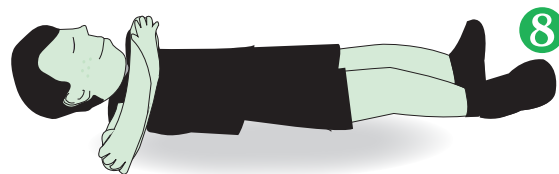
- 5 Girar con las piernas flexionadas hacia la derecha, luego al centro, después a la izquierda y retornar al centro.



- 7 Extender los brazos a los lados y flexionar las piernas simultáneamente. Estirar los brazos lo más posible y contraer todos los músculos involucrados en el movimiento.



- 8 Colocar los brazos en forma horizontal a la altura de los hombros, luego tomar, con las palmas hacia el piso, ambos codos (como si fuera un abrazo) y estirar al máximo los dos brazos.





## PROPÓSITOS

Con estos ejercicios se busca favorecer la coordinación global, lateralidad y tonicidad a través del gateo, y con ello contribuir, además, a la evolución del cerebro en cuanto que permite la conexión entre los dos hemisferios.

En posición de gateo (manos, rodillas y puntas de pie sobre el suelo y el abdomen levantado, reforzando siempre la cabeza erguida; a continuación se ubican los movimientos segmentarios: el brazo derecho va sincronizado con el pie izquierdo y el brazo izquierdo con el pie derecho, lo que se llama patrón cruzado. Sabemos que el hemisferio derecho controla los movimientos de nuestras extremidades izquierdas y el hemisferio izquierdo los de las extremidades derechas y, al ser trabajados en forma coordinada, es posible ejecutar simultáneamente con ambos lados del cuerpo, por ejemplo, pasar un objeto con una mano y obtenerlo con la otra.

Es necesario practicar el gateo en todos los casos, especialmente con los niños con discapacidad visual. Aun cuando parezca elemental, se debe retomar con el grupo; probablemente con la ayuda del tacto muchos de ellos lograron realizar el movimiento de arrastrarse, serpentear o trepar; sin embargo, en otros casos la sobreprotección los ha limitado. De un modo u otro es necesario asegurar el desarrollo de la coordinación global y la tonicidad al mismo tiempo.

Una vez que hay dominio en la ejecución, el maestro podrá acortar las instrucciones; por ejemplo, “ahora iniciarás el ejercicio con la derecha”, teniendo como punto de referencia su mano o su pierna, y así el niño realizará las otras acciones. Para la ejecución es conveniente asegurar el desarrollo de la lateralidad y la ubicación espacial.



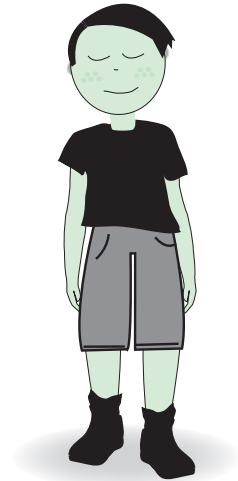
 **Variantes del ejercicio**

A large green rectangular area with a vertical line on the left side and a series of horizontal dashed lines for writing, resembling a notebook page.

**UBICACIÓN**

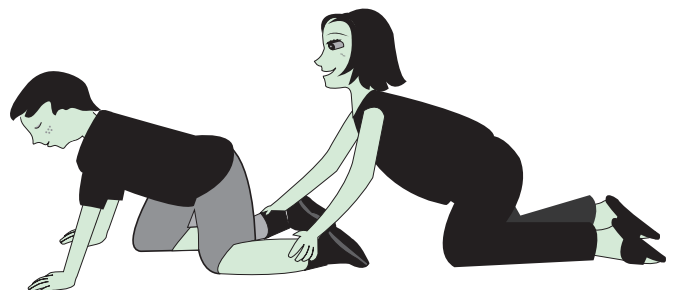
Niño:

- *Posición inicial.*
- *Posteriormente en posición de gateo.*



Maestro:

- *Se coloca tras al niño.*
- *Luego, para marcar el movimiento hacia delante, toma con sus manos los tobillos del niño y gatean los dos al mismo tiempo.*





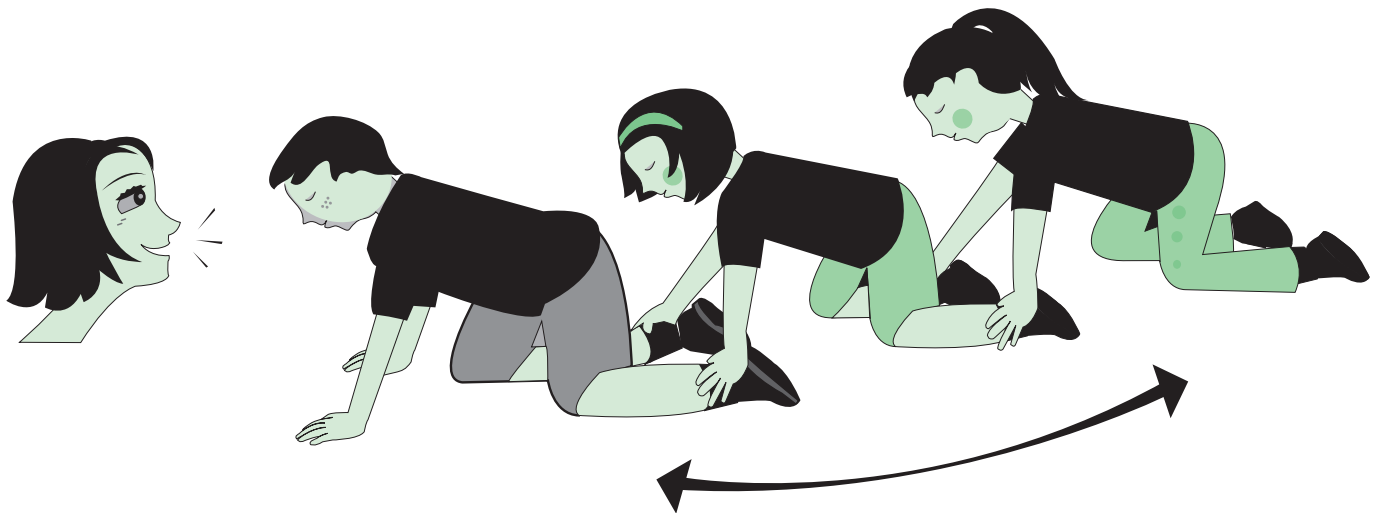


## PROCEDIMIENTO

Una vez que el niño logró por sí solo deslizarse, avanzar y arrastrarse en un ámbito conocido para él, entonces incorporará a su compañero para un trabajo en equipo.

Ahora el ejercicio se hace en parejas:

- 1 Tomar posición de gateo junto al compañero.
- 2 Ubicar en fila a ambos compañeros.
- 3 Tomar los tobillos de quien está delante.
- 4 Avanzar, guiados por la voz del maestro, quien va marcando la acción: moviendo mano derecha y pierna izquierda hacia el frente, como al inicio del gateo.
- 5 Gatear en reversa, trabajando sincronización de movimientos mano-pierna, coordinación corporal.
- 6 Repetir el ejercicio de gateo reconociendo todo el salón e incorporando equipos de tres compañeros para avanzar y retroceder.





CONTROL CORPORAL, TONICIDAD Y EQUILIBRIO

PROPÓSITOS

Se pretende practicar caídas y rodamientos como mecanismos que permiten reforzar el sentido del equilibrio en el niño.

Es necesaria la reeducación del equilibrio, que en la persona con ceguera y con resto de visión se puede perder porque se altera el trípode de sustentación que lo mantiene (visión, audición, y propiocepción).

Recuerde que un punto de partida conveniente, al trabajar con nuevos segmentos corporales, es la conceptualización, llamando a cada miembro por su nombre (por ejemplo muslo, rodilla, pierna, tobillo y pie: punta, talón, peine, empeine y planta), considerando el tiempo para la exploración, e incorporar además el conocimiento del espacio total por el cual el niño se va a desplazar, como también las relaciones espaciales dadas por el cuerpo, otros cuerpos y objetos que se encuentren en ese espacio.



Variantes del ejercicio

Blank lined area for writing variants of the exercise.



## UBICACIÓN

Niño:

- Posición inicial.
- Posteriormente, recostado en el piso, con las manos pegadas al cuerpo, las piernas contraídas y los pies en punta.



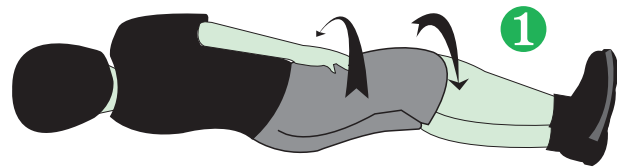
Maestro:

- Se coloca al lado del niño tocando el cuerpo para ayudarle a iniciar el rodamiento y luego los ejercicios de equilibrio.

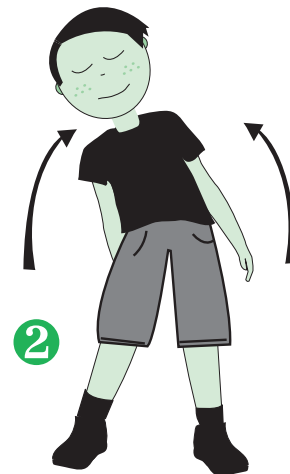


## PROCEDIMIENTO

- 1 Rodar con piernas y brazos juntos, pegados al cuerpo, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda, manteniendo unos minutos el cuerpo alineado de costado.

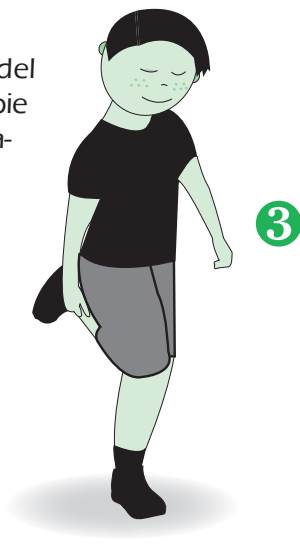


- 2 Retomar la posición inicial, de pie, para soportar lentamente el peso del cuerpo en un pie y luego en el otro; con las piernas muy separadas iniciar el movimiento y luego variar de posición.

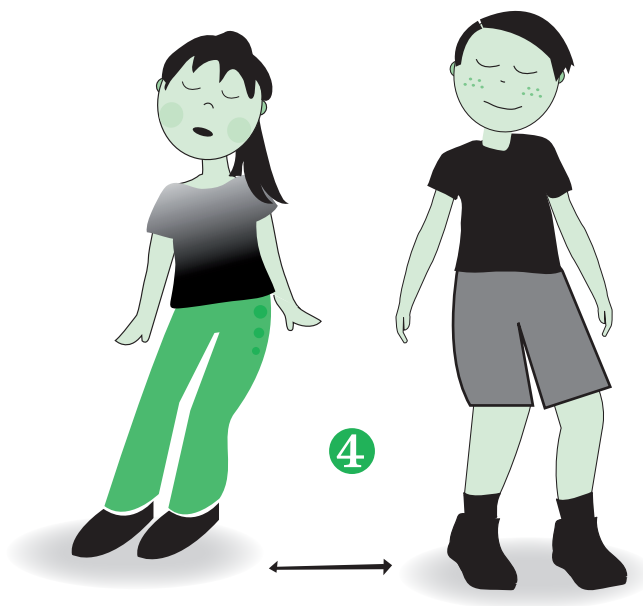




- 3 Brincar alrededor del salón sólo con el pie izquierdo y luego hacerlo con el derecho.



- 4 Saltar lateralmente con ambas piernas, dos veces seguidas hacia la derecha y dos hacia la izquierda. Repetir el ejercicio en parejas.





### PROPÓSITOS

Se pretende el dominio de la marcha, brinco y salto con mayor soltura y seguridad espacial para favorecer el movimiento independiente del niño.

En las personas con resto de visión suele encontrarse una característica especial en su modo de caminar, porque espontáneamente tienden a arrastrar los pies (para no perder el contacto con el suelo), colocando el cuerpo en extrema tensión, atentos a lo que ocurre a su alrededor y con los brazos y manos hacia adelante para protegerse; de ello se desprende la necesidad de reeducar, reforzando y estimulando la autonomía en cada ejecución o movimiento.

Se recomienda iniciar el ejercicio practicando saltos dobles y simples y, después de que los hayan dominado, entonces se sugiere realizar brincos, pues así el niño habrá alcanzado un mayor dominio espacial y al mismo tiempo una seguridad en sí mismo para la ejecución de la marcha. De cualquier modo, el tipo de instrucción o ayuda va a estar supeditado a la originalidad del maestro y a la receptividad del otro.



### Variantes del ejercicio

Area for writing variants of the exercise, featuring a vertical line and horizontal dotted lines on a light green background.



## UBICACIÓN

Niño:

- Posición inicial.

Maestro:

- Se coloca frente al niño, con sus brazos extendidos hacia el frente, para ir levantándolos poco a poco a fin de estimular el brinco cada vez a mayor altura.



## PROCEDIMIENTO

### 1 Practicar el salto

- Salto doble: con ambas piernas levantarse del suelo con cierto impulso para alcanzar una considerable y relativa altura (el referente serán los brazos extendidos del maestro que irán subiendo poco a poco).
- Salto simple: con un pie dirige la acción de impulsar y el otro queda en el aire.



### 2 Practicar el brinco

- El maestro se acerca con sus manos extendidas por encima de los hombros del niño para marcar la altura.
- El niño levanta un pie a la altura del tobillo para calcular la altura del impulso.
- El impulso es más suave para comenzar a brincar, primero hacia adelante, luego para atrás; dos brinco hacia la derecha y dos hacia la izquierda.





## PROPÓSITOS

Estos ejercicios buscan reforzar en el niño la coordinación motora vinculada a la conciencia lateral con características diferentes y complementarias, a partir del ejercicio con sus extremidades superiores: brazo, codo, antebrazo, muñeca, mano. Todo ello como síntesis del trabajo corporal que se viene realizando para lograr un mayor dominio corporal, manejo del espacio, coordinación y equilibrio en los desplazamientos.

Recuerde que para afianzar la lateralidad es necesario trabajar el concepto de derecha e izquierda, partiendo de referentes comunes y cotidianos en los niños; por ejemplo, puede recordar con qué mano toma la cuchara cuando come, con qué mano toma el cepillo de dientes para lavarse, con qué pie inicia la subida por la escalera, etcétera.

Una vez que asimila la particularidad y la diferencia de ambos lados, e internaliza el concepto de izquierda-derecha, se recomienda ejercitar lo necesario para favorecer el progresivo dominio espontáneo de la lateralidad.



## Variantes del ejercicio



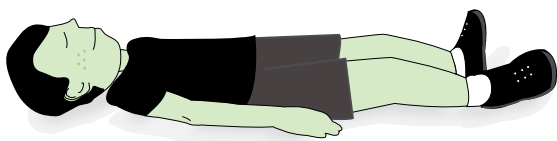
## UBICACIÓN

Niño:

- *Posición inicial.*



- *Posteriormente se ubica, recostado, de espaldas al piso.*

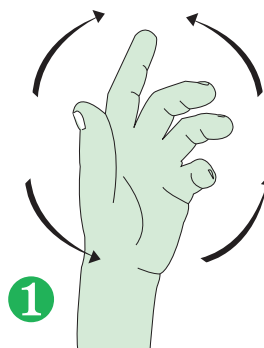


Maestro:

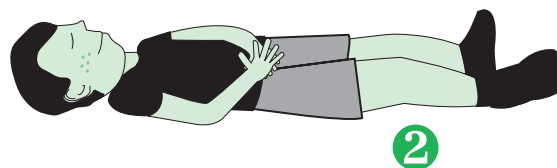
- *Se coloca al lado del niño, desplazándose según sus necesidades.*

## PROCEDIMIENTO

- 1 Mover ondulatoriamente las muñecas y los dedos de ambas manos; ondeando, desplazarlas hacia la derecha y después hacia la izquierda, así como hacia arriba y hacia abajo para concientizar ubicación y trabajo de la articulación.



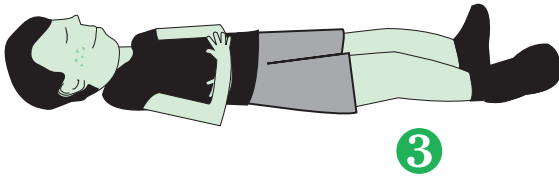
- 2 Ejercitar el saludo colocando el brazo derecho y el izquierdo doblados sobre el abdomen con las manos extendidas. Primero el derecho saluda al izquierdo, en una secuencia de hombro, brazo, codo, antebrazo, muñeca y mano.



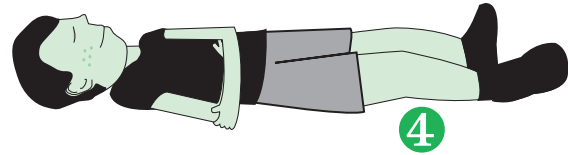




- 3 Cruzar los brazos doblados, el izquierdo sobre el derecho y alternar. Se debe indicar qué brazo sostiene al otro.



- 4 Colocar el codo sobre la mano. Se debe explicar qué brazo hay que doblar primero y qué mano debe recibir, por ejemplo: la mano derecha recibe al brazo izquierdo y viceversa, contando los seis tiempos.





CONCIENCIA CORPORAL

PROPÓSITOS

Estos ejercicios pretenden reforzar la conciencia corporal, puesto que el esquema corporal constituye la base de toda reeducación psicomotriz, y contribuye positivamente a la apreciación y la conciencia que el niño tiene de sí mismo en cuanto a:

- *Percepciones de las diferentes partes y totalidad de su cuerpo.*
- *Conocimiento verbal de los diferentes elementos corporales.*
- *Mayor conciencia de sus límites en el espacio.*
- *Posibilidades motrices, destrezas, dinamismo, movilidad agilidad, soltura, etcétera.*
- *Posibilidades de representación gráfica de su cuerpo.*

En este momento del proceso, para integrar los aprendizajes, es conveniente hacer ejercicios de creatividad mediante el baile libre, para reforzar la coordinación motora, tonicidad, mayor dominio de espacialidad, en fin, distintos aspectos que dan seguridad a los niños.

Es importante estimular la elección libre de la música que a ellos les agrada escuchar para que la puedan sentir y dejarse llevar por ella.



Variantes del ejercicio

Blank lined area for writing variations of the exercise.



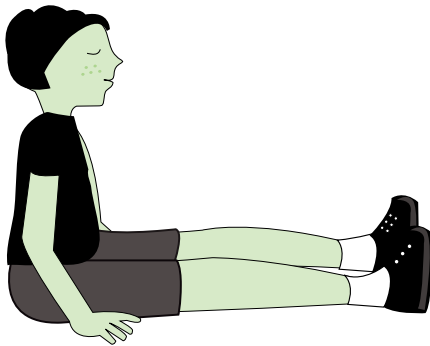
## UBICACIÓN

Niño:

• *Posición inicial.*



• *Posteriormente se ubica sentado en el piso.*



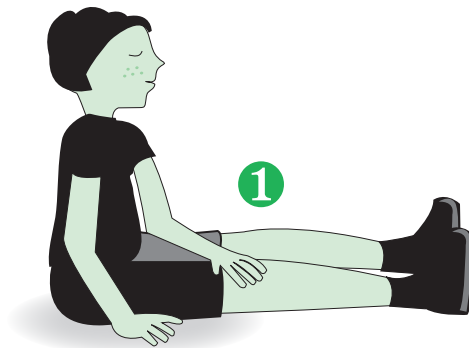
Maestro:

• *Se coloca al lado del niño, desplazándose según sus necesidades.*

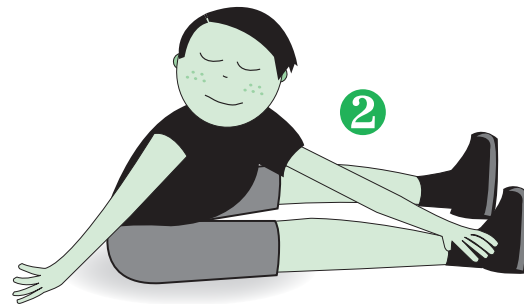
## PROCEDIMIENTO

Incorporando la música, el niño puede iniciar este primer ejercicio, moviendo sus brazos en plano horizontal y diagonal.

1 Tomar su rodilla derecha con su mano izquierda, y alternar cruzando los miembros.



2 Tomar su pie derecho con la mano izquierda, y alternar cruzando los miembros.





- 3 Tomar con su mano derecha la cadera izquierda, y alternar cruzando los miembros.



- 4 Escuchar la música, buscando la posición que a ellos les acomode, para sentirla y expresarse con movimientos libres.

- 5 Incorporar dinámicas y juegos de imaginación involucrando poco a poco distintos miembros del cuerpo hasta llegar a su totalidad, sin dejar de lado la respiración.





# Ejercicios técnicos de danza

## Puntos de partida

¿Bailarines?, ¿por qué no? A diferencia de un normovisual que aprende básicamente por imitación, cuestión que en alguna medida dificulta la propia creatividad esperada en la danza, un niño con discapacidad visual tiene el talento acústico: escucha, comprende y expresa colocando su ingenio en los pasos indicados por el maestro.

Entonces, un niño que no ve puede llegar a ser un ejecutante, aun cuando la capacidad visual pretenda ser impedimento. Si se le entrena a partir del desglose de cada ejercicio, modelando cada nueva ejecución, incorporando elementos sonoros o en relieve, puede desarrollar la capacidad coreográfica limitándose al movimiento en un espacio incluso de dos por dos o de cuatro por cuatro, previamente delimitado y ensayado, puesto que su misma naturaleza le permite desarrollar distintas capacidades, y por lo tanto ir obteniendo considerables mejoras en su coordinación general y equilibrio, refuerzo postural y modo de andar, habilidad para caminar en línea recta y ejecutar giros, y mejorar su capacidad de reacción ante situaciones concretas, etcétera.

El lenguaje corporal resulta casi condicionante en la interpretación desde una conciencia psicomotriz; por ello, es necesario insistir en la importancia de emplear una terminología propia que el maestro y el niño puedan manejar en el desarrollo de ejercicios y secuencias correspondientes a diversos géneros y estilos de danza. A partir de esto el niño podrá desarrollar la capacidad de construir secuencias de movimiento acordes a las características particulares de cada género dancístico, así como de proyectar corporalmente diversas actitudes.

En este apartado se describen algunos ejercicios básicos de la danza tradicional, tales como movimientos segmentarios y alineación corporal a partir de la concientización de la posición inicial, coordinación rítmica psicomotriz de dos o más segmentos, con el propósito de contribuir hacia la elaboración de secuencias de movimientos, donde se conjugará concientización corporal, mayor dominio motriz y creatividad en las ejecuciones.



MOVIMIENTOS SEGMENTARIOS  
Y ALINEACIÓN CORPORAL

PROPÓSITOS

Estas ejecuciones tienen como objetivo central la corrección de la postura corporal, trabajando la alineación del cuerpo y la posición propia, cada vez que se inician los ejercicios, además de aumentar la concientización del cuerpo.

Posición del niño: de natural deberá pasar a la posición inicial, esto es:

- Pies juntos.
- Piernas estiradas o extendidas.
- Las caderas en el centro del eje vertical.
- Espalda derecha.
- Brazos a los costados y en posición natural.
- Cabeza levantada.



UBICACIÓN

Niño

- *Es elemental trabajar la posición inicial en la enseñanza de la danza tradicional, pues a partir de ella se podrá ejercer cualquier movimiento.*

Maestro

- *Cercano al niño para explicar y modelar, inicialmente, cada ejecución.*

Terminología empleada

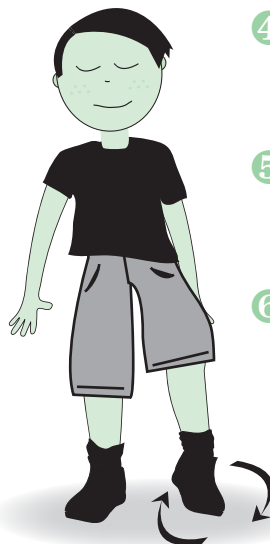
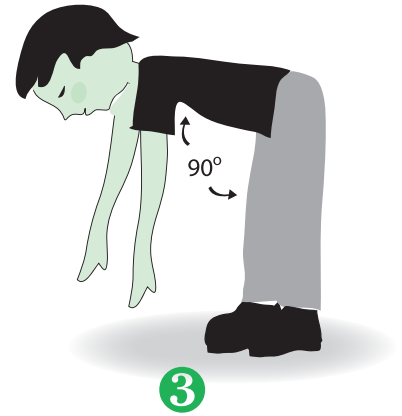
**Circunducción** se refiere al movimiento cónico que se hace a partir de una articulación y con cualquier segmento corporal.





## PROCEDIMIENTO

- 1 Juntar y flexionar ambas piernas a la vez. Regresar a la posición inicial.
- 2 Elevar ambos talones a la vez, colocar el peso del cuerpo sobre metatarsos con las piernas extendidas. Regresar a la posición inicial.
- 3 Flexionar la cadera, con el torso hacia delante, tratando de formar un ángulo de  $90^\circ$ . Regresar a la posición inicial.



- 4 Rotar el torso hacia la derecha, luego regresar a la posición inicial. Rotar el torso a la izquierda y regresar a la posición inicial.
- 5 Saltar con ambos pies hacia delante, lo mismo lateralmente y luego hacia atrás. Regresar a la posición inicial.
- 6 Ejecutar un total de seis circunducciones con la pierna derecha desde adentro hacia afuera y viceversa, y luego con la izquierda la misma cantidad de veces. Regresar a la posición inicial.

4

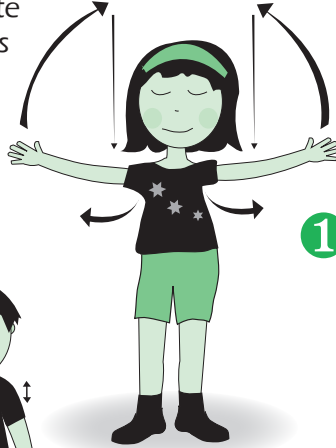
5

6

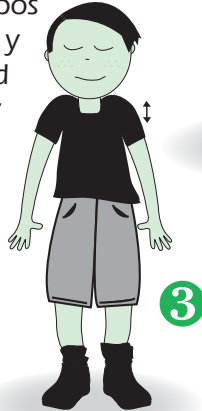


PROCEDIMIENTO

1 Extender los brazos paralelamente hacia adelante; luego extenderlos en forma lateral, después de manera paralela hacia arriba, y por último regresar lateralmente los brazos a la posición inicial.



2 Ejecutar un total de seis circunducciones con ambos brazos hacia adelante y luego la misma cantidad de veces hacia atrás y regresar a la posición inicial.



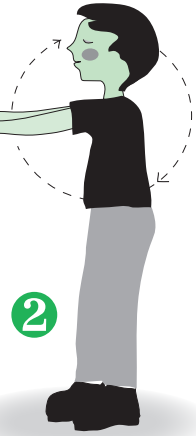
3 Elevar los hombros al mismo tiempo; luego bajar a la posición inicial.



4 Rotar la cabeza hacia la izquierda; luego regresar a la posición inicial. Repetir la misma ejecución ahora hacia la derecha para retornar a la posición inicial.



5 Flexionar el cuello con el mentón hacia arriba; luego hacia el pecho. Regresar la cabeza a la posición inicial.



6 Realizar circunducciones de cabeza. Comenzar hacia la derecha y regresar la cabeza a posición inicial; ahora hacia la izquierda para retornar a la posición inicial.







 A partir de los referentes anteriores, ahora usted podrá crear sus propias ejecuciones.



COORDINACIÓN RÍTMICA PSICOMOTRIZ  
DE DOS O MÁS SEGMENTOS (1)

PROPÓSITOS

Se trata de realizar ejercicios un poco más elaborados, realizando secuencias de movimientos en dos o más segmentos corporales.



UBICACIÓN

Niño

☼ *Recuerde que el niño siempre debe comenzar los movimientos desde la posición inicial.*

Maestro

☼ *Cercano al niño para explicar y modelar, inicialmente, cada ejecución.*

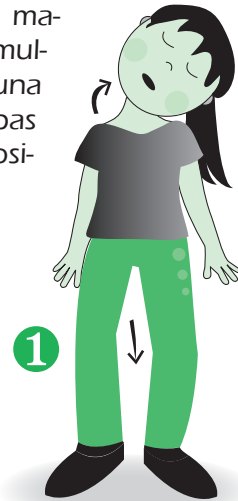
Terminología empleada

**Flexión** se refiere al movimiento en el cual dos segmentos corporales se doblan o disminuyen el ángulo formado por éstos.

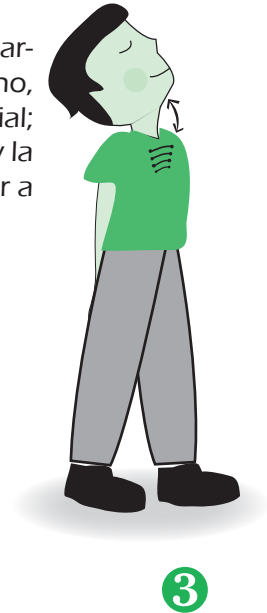


## PROCEDIMIENTO

- 1 Flexionar el cuello de manera lateral derecha; simultáneamente realizar una pequeña flexión de ambas piernas. Regresar a la posición inicial.



- 3 Flexionar el cuello y la barbilla en dirección al pecho, regresar a la posición inicial; luego extender el cuello y la nuca hacia atrás. Regresar a la posición inicial.



- 2 Elevar el hombro derecho, bajar suavemente para regresar a la posición inicial; luego alternar con hombro izquierdo y repetir, para regresar a la posición inicial.



- 4 Flexionar ambas piernas a la vez y elevar simultáneamente los brazos en forma paralela hacia el frente y en extensión. Regresar a la posición inicial.





### Terminología empleada

**Huachapeo** se refiere al movimiento realizado con el metatarso o planta que parte desde afuera hacia el centro del cuerpo.

**Zapateo** se refiere al golpe que se da al piso con toda la planta del pie.



A partir de los referentes anteriores, usted podrá crear sus propias ejecuciones.

COORDINACIÓN RÍTMICA PSICOMOTRIZ  
DE DEDOS O MÁS SEGMENTOS (2)

Two blank, lined pages from a notebook, intended for writing or drawing. Each page has a vertical margin line on the left and horizontal dotted lines for writing. The pages are light green and have a spiral binding on the left side.

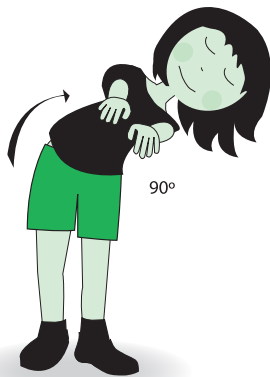


## PROCEDIMIENTO

- 1 Realizar circunducciones con ambos hombros hacia delante; regresar a la posición inicial para continuar con circunducciones de ambos hombros, simultáneamente, hacia atrás. Regresar a la posición inicial.

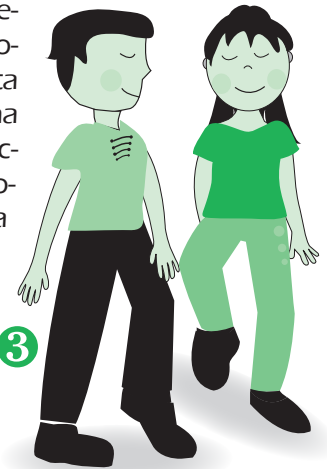


- 2 Extender ambos brazos hacia adelante y girar las caderas y el torso hacia la derecha



formando un ángulo de  $90^\circ$  en cuatro tiempos, regresar a la posición inicial; luego, con ambos brazos extendidos hacia adelante, girar caderas y torso hacia la izquierda formando un ángulo de  $90^\circ$  en cuatro tiempos. Regresar a la posición inicial.

- 3 Extender la pierna derecha hacia adelante, tocar el piso con la punta del pie. Elevar la pierna flexionada con contracción simultánea de tobillo y flexión en pierna de apoyo. Regresar a la posición inicial.



- 4 Flexionar levemente las piernas, para realizar cuatro zapa-teos alternados, dos con pie derecho; al-



ternar y repetir dos zapa-teos con el pie izquierdo, alternar, repetir y regresar a la posición inicial.



### Descripción de las partes del pie

**Punta** es la parte delantera del pie (falanges).

**Talón** es la parte trasera del pie, parte posterior (calcáneo).

**Peine** Es la parte interior del pie.

**Empeine** Es la parte superior del pie.

**Planta** es la parte inferior del pie. Una combinación de estos elementos puede ser, por ejemplo, punta de la planta: es la parte inferior delantera del pie (metatarso).

### Terminología empleada

**Cepilleo** se refiere al movimiento que realiza el pie con el metatarso, tacón o planta y va del centro del cuerpo hacia afuera en cualquier dirección.

**Giro** se refiere al movimiento circular en el que se involucra a todo el cuerpo sobre su mismo eje.

### PROCEDIMIENTO

- 1 Flexionar las piernas para ejecutar cuatro huachapeos hacia adelante con el metatarso del pie derecho, cuatro huachapeos laterales con el metatarso del mismo pie, cuatro huachapeos



atrás con el metatarso del mismo pie y cuatro zapateos con el pie derecho en posición inicial. Alternar, repetir y regresar a la posición inicial.



- 2 Ejecutar cuatro cepilleos flexionando levemente las piernas hacia adelante; luego cuatro cepilleos laterales alternando ambas plantas; posteriormente realizar cuatro zapateos alternados en posición inicial, comenzando con el pie derecho.



- 3 Realizar cinco brincos sobre los dos pies para regresar a la posición inicial, y cuatro saltos hacia adelante en dos pies; al terminar el cuarto salto dar medio giro a la derecha y cuatro zapateos alternados, empezando con el pie derecho para regresar a la posición inicial.





## Ejercicios Coreográficos

Este módulo pretende acercarlos al conocimiento coreográfico de la danza tradicional o popular. La importancia de incorporar la danza tradicional también responde a una necesidad de promover y revalorar la cultura mexicana manifestada a través de este género. Por esta razón, los niños viven la experiencia del conocimiento y la participación de una variedad artística y expresiva en la que vierten formas, música, colorido, mensajes y motivos. Por ello es necesario ofrecerles todos los recursos posibles para motivar su interés en el marco de la formación integral, y fomentar la valoración por el arte.

A través de la música y las nuevas ejecuciones se irán reforzando habilidades y aspectos de coordinación, tonicidad y organización rítmica de manera colectiva, en la que, combinando elementos de instrucción detallada y modelación, se les facilitará la traducción a movimientos coreográficos de danza tradicional, se posibilitará su particular modo de expresión y la proyección en el desarrollo de habilidades motoras que favorezcan mayor seguridad y confianza en sí mismos.

Con estas ejecuciones se pretenden los siguientes beneficios:

- conocer elementos y esquemas específicos de una danza,
- desarrollar su capacidad de ejecución,
- reforzar la capacidad creativa y el despliegue de la imaginación, favoreciendo y aplicando improvisaciones en la danza,
- reforzar ritmos y género variados (polka, danzón, norteño, etcétera),
- apoyar el trabajo en equipo,
- afianzar la apropiación grupal,
- desarrollar mayor confianza y equilibrio en sus desplazamientos,
- experimentar la integración e interacción en parejas y en grupos,
- adquirir mayor seguridad en sí mismos.





El maestro, con base en el desarrollo de los ejercicios, ya posee ciertos elementos de conocimiento del niño y del grupo, conoce aspectos de coordinación, fuerza en el zapateado, fragilidad en algún aspecto motor respecto de sus posibilidades, carencias, etc., todos ellos elementos importantes que le permitirán determinar el nivel y la conveniencia de la ejecución de tal o cual danza tradicional, para que cada niño dé de sí todo lo que pueda a través de la expresión de su cuerpo.

Existe claridad respecto a que el fin de la danza es el desarrollo del niño; sin embargo, siempre es necesario buscar nuevos estímulos como, por ejemplo, presentar “públicamente” un trabajo final bajo el criterio de selección en el que prime el interés del niño, la claridad del maestro o una búsqueda en común.

Algunos bailes se incorporan poco a poco en esta experiencia, seleccionando entre los distintos géneros aquellos que, de acuerdo con su esquema coreográfico, son más aptos para los niños con discapacidad visual. Responde a este interés la cuadrilla, un grupo reducido de personas (de 10 a 15 integrantes) que se agrupan con un fin específico; la conveniencia se infiere porque en la ejecución se incorpora lateralidad, espacialidad, ubicación, ritmo, golpes.

### Criterios para seleccionar los bailes

1. El maestro debe tener conocimiento del proceso de desarrollo del niño, considerando algunos elementos relevantes del contexto, lo cual le permitirá seleccionar la danza más apropiada de acuerdo con las posibilidades y las capacidades de los niños.
2. Debe haber claridad respecto del objetivo que se pretende lograr con la danza; de acuerdo con ello, se busca el género y se diseñan diversas estrategias para sacar adelante todas las ejecuciones de las cuales se compone el baile.
3. Se debe considerar el contexto social y cultural del niño para seleccionar y ofrecer los elementos dancísticos que más le atraigan, ubicándolo en “aquella parte del mundo” a la que pertenece el género.
4. Generalmente hay una propuesta dancística incorporada en el plan de trabajo, que recoge toda la experiencia de enseñanza y aprendizaje en un ciclo para ser presentada ante la comunidad. Se trata de un trabajo de cierre que requiere ser apoyado por distintas materias, por ejemplo, historia, educación cívica y educación física e incluso por geometría, que es una rama de la matemática que estudia idealizaciones del espacio: puntos, rectas, planos, círculos, con-



céntricos, cuadrado, superficies, paralelismos, etc., relacionado con las ejecuciones coreográficas que los niños van realizando en la danza.

5. Se integra, además, el propósito de reforzar e implementar nuevos aprendizajes en cada grupo; por tal razón se seleccionan algunos géneros dancísticos con base en sus características y en lo que se puede desarrollar con ellos.

Con estos criterios se incorporan los siguientes bailes que permiten realizar algunas composiciones adaptadas, a saber:

1. Caballo dorado.
2. El baile del líder.
3. Adaptación de Jesusita en Chihuahua.
4. Adaptación de danzón.

Cabe señalar que el trabajo coreográfico, amén de que se trata de danzas tradicionales o populares sencillas en su ejecución, implica la apropiación de habilidades logradas a través de diversas técnicas de movimiento, en las que los niños se van preparando procesualmente; por lo tanto, se trata de un acto de “creatividad artística”, es decir, un trabajo que se enmarca en el ámbito de las artes y que implica “crear” (construir, elaborar, componer), en el que de una u otra forma se contempla, en algún momento y a manera de estímulos, la interacción con un público, ya sea con los pares, la comunidad educativa u otras instituciones.



### PROPÓSITO

Este baile se coloca, en primer lugar, con el propósito de ofrecer una guía para que los niños comprendan y practiquen colectivamente movimientos y figuras ejecutados con cierta precisión, siguiendo unos pasos establecidos, reforzando percepción espacial, coordinación, desplazamiento, equilibrio estático y dinámico.

En la viabilidad de este esquema es necesario el dominio, por parte del niño, de cierta terminología específica de la danza y de la homogeneidad del grupo para manejar y seguir instrucciones, alcanzando mayor comprensión de las características de esta danza popular.

De todos modos, es conveniente realizar un primer ejercicio de orientación en función del movimiento que debe dominar el niño, ejecutando los dos pasos laterales, dos hacia adelante y dos hacia atrás, contando los tiempos.

### UBICACIÓN

- *El niño en posición inicial.*
- *El maestro, ahora desde su lugar, deberá indicarles que en la primera estrofa, la mano derecha va a simular un golpe hacia arriba, en el aire (el niño ya sabe lo que es un golpe, cuál es la derecha y dónde es hacia arriba), y de manera simultánea va a golpear con el pie derecho el piso.*



## PROCEDIMIENTO

- 1 Conocer el género y la letra del tema musical que se ha seleccionado. Memorizar estrofas y melodía.
- 2 Organizar en dos líneas al grupo de acuerdo con la cantidad de niños; unos irán delante y otros detrás.
- 3 Señalar los movimientos que requiere el tema: pasos laterales, golpes, avanzar, retroceder y palmas.
- 4 Asegurar el dominio coordinado entre música y ejecución.
- 5 Ejecutar el punto de inicio marcando lateralmente el ritmo con brazo derecho arriba, pie derecho levantado y que luego deja caer.
- 6 Ejecutar el movimiento con paso lateral hacia la derecha y concluir marcando con un golpe de palmas; regresar al punto de partida para dar dos pasos hacia la izquierda y regresar a su lugar.
- 7 Ejecutar el avance y el retroceso dando dos pasos hacia atrás, iniciando con el pie derecho juntando con el izquierdo; ahora dos pasos hacia adelante, iniciando con el pie izquierdo y juntando con el derecho; regresar a la posición de partida y repetir todos los pasos.





### PROPÓSITOS

- Se pretende lograr una respuesta corporal espontánea incorporando los temas que más gustan a los niños, así van creando sus propios movimientos coreográficos según como sientan la música.
- En este ejercicio se incorpora el tema, sugerido por los niños, "Siguiendo al Líder" (tema conocido popularmente como *Follow the leader*); a ellos les resulta entretenido porque les permite jugar y crear algunas estructuras rítmicas sencillas.
- El maestro deberá recordarles los elementos que ya tienen en su haber, particularmente puntas, zapateados, jalones y tomarse de las manos; y permitirles crear movimientos de acuerdo con lo que quieren hacer, combinando todas las posibilidades, explorando lo que ellos necesiten, estimulando su autonomía en coordinación con otros compañeros.
- Los niños aprenden a identificar estos espacios libres de movimiento como medio de placer y recreación, desarrollando mayor confianza en sí mismos y en el grupo.

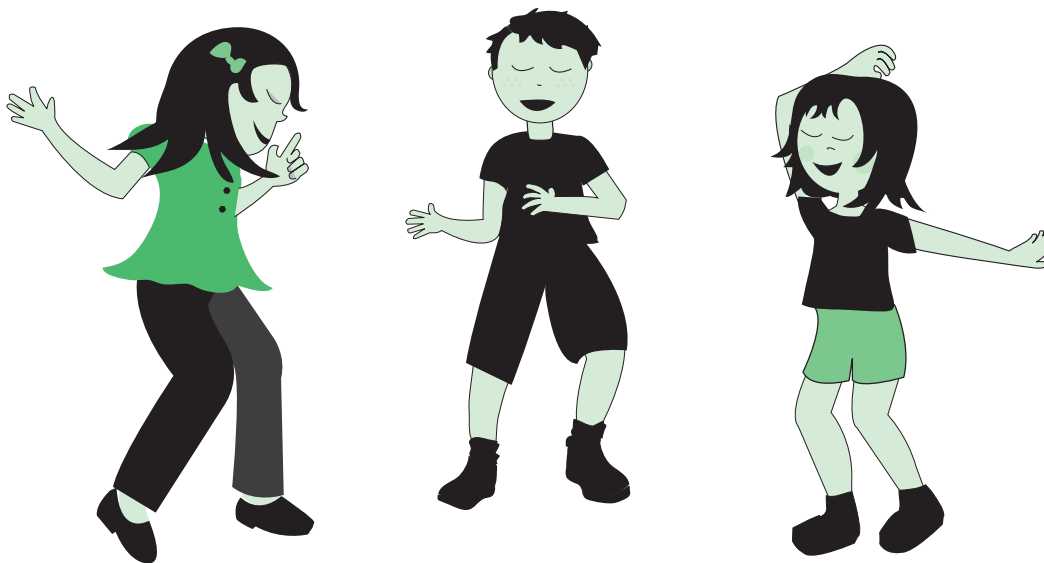
### UBICACIÓN

- El niño se ubica en posición inicial.
- El maestro, ahora desde su lugar, deberá dar las instrucciones invitando primero al niño a sentir la música y a dejarse llevar por ella, estimulando las iniciativas y la incorporación de los aprendizajes que vienen realizando.



## PROCEDIMIENTO

- 1 Conocer el género musical al que pertenece el tema seleccionado.
- 2 Escuchar la música para que los niños puedan sentirla y dejarse llevar por ella.
- 3 Mover las extremidades incorporando ejecuciones practicadas por ellos.
- 4 Desplazarse por el espacio dando pasos hacia la derecha y luego hacia la izquierda, moviendo todo el cuerpo.
- 5 Alternar movimientos dinámicos y estáticos deteniendo la música para que todos se queden quietos y luego continuar bailando.





### Criterios que se contemplan a la hora de seleccionar temas libres para ser ejecutados:

- Que la selección responda al objetivo pedagógico que se pretende lograr.
- Que la música sea del gusto de los niños.
- Cierta grado de dificultad en la ejecución, como mecanismo de superación del niño.

### Variaciones

A blank, lined notebook page with a spiral binding on the left side. The page is green and has horizontal dotted lines for writing.

A blank, lined notebook page with a spiral binding on the left side. The page is green and has horizontal dotted lines for writing.



## PROPÓSITOS

Jesuita en Chihuahua es una polka, baile de salón, que permite reforzar la autoconfianza, autoestima, seguridad, integración grupal del niño, trabajando juntos la presentación de la danza frente a un público conformado por la propia familia y miembros de la comunidad educativa.

En este caso consiste en una adaptación cercana a la polka, considerando las posibilidades del niño que no ve. Es preciso iniciar recordando algunos conceptos técnicos relacionados con las ejecuciones que intervienen a través de diferentes pasos como: punta-pie, talón, cruce de piernas, pasos, etcétera.

Se sugiere aproximarse a todo el contexto de la danza (costumbres, texturas, sabores, aromas y formas de vida asociadas) estimulando las iniciativas de los niños para que la experiencia sea más integral. Se puede trabajar creatividad y técnica, incorporando diferentes versiones del mismo tema musical para no cansarlos, por ejemplo, colocando sólo instrumental, cantada, con cuerdas o con piano para favorecer el atractivo.

Es recomendable comenzar por escuchar la música para que los niños puedan captar el ritmo y posteriormente percudir los golpes (depositar uno de los pies sobre el suelo, emitiendo sonido fuerte) y el remate (ejecución de dos golpes seguidos el uno del otro, y el último con mayor

énfasis porque indica terminación), emitiendo el sonido con las palmas.

## Terminología técnica:

**Remate** es un golpe que se da al final de una secuencia y por consiguiente se da un mayor énfasis.

**Cruce** consiste en atravesar una parte sobre otra, dos pies o dos piernas o pie y pierna sobre otra en forma de cruz. Primero levanta la parte que se indique, enseguida se sobrepone (se cruza), ya sea por delante o por detrás de la parte indicada.

## UBICACIÓN

- El niño se ubica en posición inicial, en alineación del eje corporal.
- El maestro, desde su lugar, asegura en los niños la conceptualización y la segmentación que entra en acción; posteriormente dará instrucciones correspondientes a las ejecuciones.





## PROCEDIMIENTO

**Paso 1:** Tacón de lado, la punta queda hacia arriba. Después se cruza la misma pierna derecha por el frente de la pierna izquierda haciendo punta. Al hacer tacón con el pie derecho, éste debe quedar hacia las tres (técnica del reloj) y la punta debe quedar hacia las nueve. Posteriormente se hace un paso hacia la derecha. Se ejecuta cuatro veces, rematando en el cuarto golpe con pie derecho.

**Paso 2:** Patada inicial con el pie derecho dirigida hacia las dos (y a las diez cuando es con el pie izquierdo) quedando finalmente en tacón derecho hacia las tres; se dan tres pasos hacia la derecha con el tacón derecho, y luego otros tres pasos hacia la izquierda comenzando con tacón izquierdo. Luego se hace patada derecha, luego izquierda, luego derecha y luego izquierda, o sea son cuatro patadas en total.

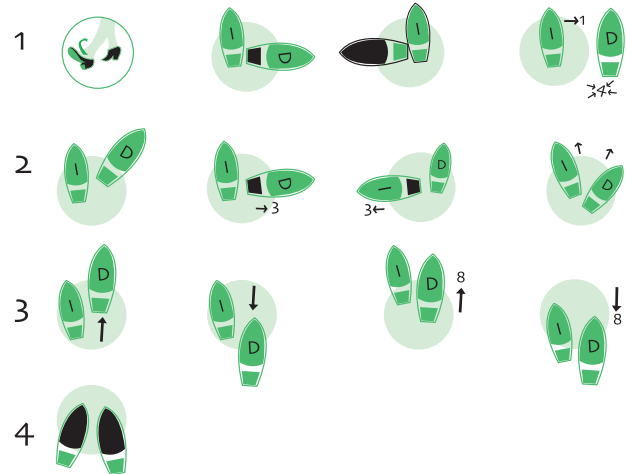


**Paso 3:** Se hace pie derecho hacia el frente (a las doce) y luego hacia atrás con el mismo pie derecho. Nuevamente adelante y hacia atrás. Enseguida se dan ocho pasos cortos hacia el frente; después se repite con pie derecho al frente, atrás, al frente, atrás y ocho pasos hacia atrás.

**Paso 4:** Se hacen puntas atrás alternadas (con pie derecho e izquierdo).

**Secuencia:** Son 16 tiempos del paso 1, rematando con brincos de ambas piernas cada ocho tiempos. Posteriormente corresponde el paso 2 con cuatro tiempos y sigue nuevamente el paso 1 con ocho tiempos. Luego sigue el paso 3 con dos tiempos, y después el paso 4 con 32 tiempos; luego el paso 2 con dos tiempos. Se termina con el paso 1 en ocho tiempos.

**Nota:** La secuencia de los pasos varía de acuerdo con la pieza musical que utilice el maestro.





## PROPÓSITOS

Teniendo en cuenta el proceso de los niños, se ha hecho una adaptación del danzón, cuya finalidad no consiste únicamente en organizar y preparar una coreografía, sino más bien integrar distintos ejercicios de maduración motora, que se vienen trabajando, para lograr el movimiento con mayor armonía, mayor logro en la ubicación espacial de ellos, aumento de la seguridad y confianza en sí mismos y en sus capacidades relacionadas con el movimiento rítmico.

Musicalmente, el danzón está compuesto por una introducción de ocho compases, que se repite para hacer un total de 16, antes de entrar en la llamada "parte del clarinete". Se trata de desarrollar al menos cuatro pasos bases que permitan lograr el objetivo que se persigue:

1. *Paso base del danzón, el cuadro (ocho tiempos en cada cuadro) repite paso base.*
2. *Paseo, caminado, en ocho tiempos.*
3. *Vaivén.*
4. *Acordeón.*

Detectadas las características del grupo, entonces comienza la enseñanza de las distintas ejecuciones; para ello, los niños se ubican en parejas, uno frente al otro, tomados de las manos para que se puedan acompañar durante la secuencia de pasos. Para lograr la coordinación con

un compañero es necesario, previo al aprendizaje, que hayan alcanzado dominio o manejo de la coordinación motora y espacial de manera individual.

Cabe recordar que el danzón se estructurará de acuerdo con la música que se elija. En este caso, las acciones descritas se hacen con base al tema llamado "Nereidas", porque permite distinguir con mayor nitidez el momento correspondiente a pasos, descanso, paseo, etc., según los tiempos musicales.

Este baile favorece particularmente la comunicación corporal; por tal razón conviene que el maestro detecte, en la heterogeneidad del grupo, quién de los niños tiene mayor dominio y desarrollo motor para que pueda ayudar a llevar un paso básico de danzón, quién tiene menor habilidad y menor desarrollo, más fuerza o quién tiene mayor capacidad de liderazgo.

## UBICACIÓN

- *El niño se ubica en posición inicial, alineando su eje corporal.*
- *El maestro, desde su lugar, asegura la comprensión de las instrucciones.*



## PROCEDIMIENTO

Al paseo, que es comienzo, se le llamará musicalmente parte “a”, que corresponde a la introducción del tema; en este momento puede haber algún breve paseo o simplemente la pareja puede esperar en su lugar; si es así entonces la niña permanecerá con el abanico en movimiento.

**Primer paso:** llamado cuadro, es el paso base del danzón que inicia musicalmente en la parte “b” del tema, es decir con los violines.

Secuencia:

- Hacer un cuadro escuchando las marcaciones 1, 2, 3, 4... 5, 6, 7, 8.
- Apoyar el pie derecho al frente, cubrir con el pie izquierdo la trayectoria del pie derecho, abriendo a la izquierda y luego cerrar.
- La distancia de la pareja es la del puño de la mano, ni más cerca ni más separado,
- Lo más que se permite levantar los pies del piso es sólo un centímetro y medio, más bien es el pie un poco arrastrado.

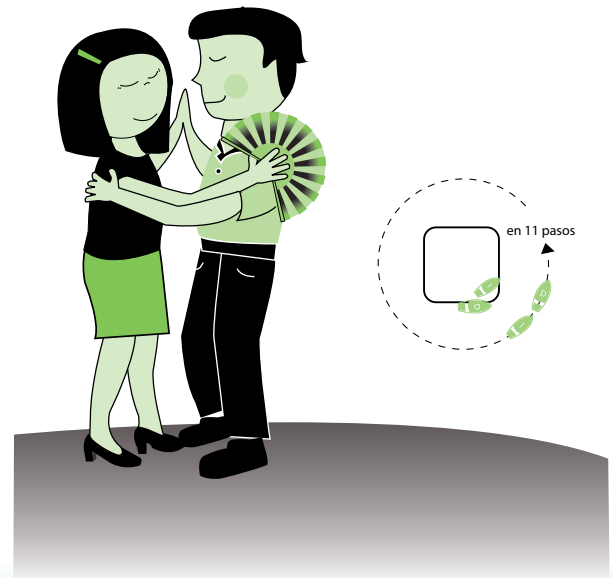
Repetición del cuadro las veces que se requiera, según la música.

**Segundo paso:** paseo o vuelta de la mujer alrededor del compa-

ñero, el ritmo cambia por lo que musicalmente se llamará parte a’ (prima).

Secuencia

- Tomar con la mano derecha la mano izquierda de la compañera.
- Caminar alrededor del varón en ocho tiempos, con las manos enlazadas que pasan sobre la cabeza, y que en la niña no está más arriba ni más abajo de su cara. El giro se hace en un total de 11 pasos, comenzando con el pie derecho y terminando con los pies juntos o cerrados.
- Descanso: los dos permanecen en su lugar, en espera, y la niña con el abanico en movimiento.





**Tercer paso:** inicia musicalmente en la parte c, que tiene más movimiento. Las indicaciones de las marcaciones deben ser claras y precisas porque, en general, los niños con discapacidad visual suelen hacer un excelente registro auditivo.

#### Secuencia

- Mantener la secuencia que consta de 11 pasos; se cuenta así: 1-2, 3, 4-5, 6, 7-8, 9, 10 y pausa; cada 11 compases es un paso y son diez tiempos para cerrar. Las pausas son muy importantes porque la música está hecha para bailarla así.
- Apoyar el pie derecho atrás, igualar con el pie izquierdo, cerrando al tercer tiempo. Re-

petir ahora con el izquierdo al frente, apoyo con el pie derecho y cerrar con el izquierdo (mujer). El hombre hace lo contrario de la mujer, comenzando con el pie izquierdo. Repetir el paso en un total de 11 veces.

- El movimiento de caderas debe ser muy suave y elegante, sin llegar a la exageración.
- Paseo nuevamente de la niña alrededor del varón; musicalmente comienza en la parte **a''** (doble prima).
- Cuarto paso: el acordeón consiste en el desplazamiento de lado a lado; comienza musicalmente en la parte **d**.
- Tres pasos a la derecha cerrando en el cuarto tiempo, luego tres hacia la izquierda, de regreso, cerrando en el cuarto tiempo, repitiendo de acuerdo con la música (la acción sería 1, 2, 3, 4).



## Recomendaciones para el maestro

1. Deberá aprender a mirar qué es lo que expresa el cuerpo del niño con discapacidad visual, qué es lo que dice en sus distintas manifestaciones conductuales; una muy evidente es la expresión tónico-postural, por ejemplo, si camina erigido o doblado intentando ubicar siempre su oído hacia el exterior, si arrastra sus pies, si se mueve con sus dos brazos extendidos buscando seguridad fuera de sí. Tal consideración puede arrojar elementos relevantes que mejorarán el acompañamiento del proceso del niño, basado en las posibilidades individuales. Todo ello sin dejar de lado la opinión médica del oftalmólogo o del especialista tratante.
2. Deberá conocer la capacidad visual (resto de visión) y la capacidad auditiva del niño para actuar en consecuencia, cuidando la adecuación y la claridad de la comunicación verbal y táctil, y comprobar siempre que aquél comprendió las indicaciones. Requerirá tener conocimiento de las adquisiciones motrices básicas, las metas a alcanzar por él de acuerdo con sus posibilidades y las etapas de desarrollo. Estos aspectos se transforman en otro reto, pues la igualdad de oportunidades no consiste en tratar a todos de la misma manera, sino en dar a cada niño lo que necesita para acceder a lo mismo.
3. Deberá organizar el lugar de trabajo antes de la sesión, considerando los materiales que se van a utilizar, despejar el espacio para los desplazamientos, evitar posibles riesgos, asegurar y reforzar siempre la orientación y la movilidad del niño en el espacio; asimismo, deberá considerar su propia ubicación dado que en las distintas ejecuciones se transformará en un referente espacial y permanente para el niño.
4. Deberá construir una atmosfera cálida que apoye y estimule tanto la participación como el esfuerzo constante de cada uno, proporcionando un espacio entrenido donde ellos puedan pasarlo bien. En todos los casos, al liberar el cuerpo, el niño empieza a sentir el gusto por disfrutar del movimiento, facilitando los potenciales de expresión personal puesto que toda expresión, todo movimiento y en especial la danza es un lenguaje viviente.



5. Deberá organizar la comunicación con el niño sencilla y claramente, y de manera previa los conceptos técnicos que se van a utilizar en cada ejercicio. También se sugiere que en las distintas ejecuciones maneje una secuencia que asegure una experiencia de logros de acuerdo con las posibilidades de cada uno.

### Criterios y sugerencias que contribuyen a trabajar las coreografías

#### 1. A nivel coreográfico

- Conocer las características y el potencial del grupo, de acuerdo con el aprendizaje que ellos vienen desarrollando en los módulos anteriores.
- Dialogar con los niños acerca de la relación entre la música que juega un rol estimulador y la danza escogida, señalando las características específicas, con atención especial al sonido, los movimientos y la forma de interpretación de la coreografía: significado y cualidades estéticas.

#### 2. A nivel rítmico

- Atender a los pasos con mayor dominio de espacialidad, movimientos corporales, desplazamientos que deberán estar musicalmente armonizados, porque los niños en general tienen una excelente audición; esto significa estar sujetos a la frase, al compás, al pulso, combinación y sucesión de movimientos corporales, de voces, etcétera.

#### 3. A nivel de expresión

- Conversar acerca de los elementos percibidos por ellos que contribuyen a la mejor comunicación de la danza, sin dejar de lado la expresión de algunas emociones tales como la sonrisa o la tristeza, incorporando el gesto con independencia de la palabra o con ella.

#### 4. A nivel de escenificación

- Incorporar aquellos elementos posibles de presentar en la escena, incluso teatralizando sucesos o manifestaciones de la vida real de la manera más espontánea posible.
- Recordar que cada actividad se da por pasos y de manera repetitiva, como se dijo anteriormente, para que el niño interiorice, haciéndola parte de su vida, en especial captando y expresando con naturalidad.



### 5. A nivel de presentación en público

- Realizar adaptaciones de realidad gráficas visuales o de objetos reales. La expresión artística de los niños con discapacidad visual se da a través de los otros sentidos. La habilidad para comprender y asimilar la información presentada en relieve aumentará en proporción la variedad de materiales con los que hayan experimentado, la claridad y calidad de sus contenidos y el modo como se les haya enseñado a manipular; por eso se sugiere trabajar con ellos, por ejemplo, la elaboración del mapa como ubicación geográfica del tema, preparar el esquema coreográfico en relieve y parte del montaje escénico que se requiera para la ocasión,
- Incorporar los elementos estéticos a través de atuendos típicos con colores primarios o fuertes para quienes tienen baja visión, con el propósito de hacer accesible esos conocimientos a su modo de percibir el mundo.

