

Planificación Anual

1º Año

Objetivos específicos

- Conocer y controlar los segmentos corporales.
- Adquirir hábitos posturales sanos.
- Disociar los segmentos corporales para adquirir la técnica específica de la Danza Árabe.
- Conocer y respetar el espacio personal y social compartidos.
- Adquirir la técnica básica de movimientos de ondulación, marcación y vibración en el espacio parcial.
- Desarrollar la memoria coreográfica.
- Iniciarse en los conocimientos de ritmología árabe.
- Conocer la historia, ubicación geográfica, cultura, de los países árabes.
- Conocer los principales referentes de la danza.

Contenidos

- Posturas básicas de la Danza. Construcción de una postura armónica, reconociendo el tono muscular acorde para la ejecución de la danza.
- Disociación y lateralidad de los segmentos corporales.
- Movimientos de locomoción: composición y construcción de traslados en distintos espacios y tiempos. Caminata en planta y en media punta, adelante y

atrás, saudí, yase, giros, cross

- Técnica básica: paso básico, paso básico lateral, rotación de hombros y de muñecas, posiciones de brazos y manos, caminata ágil con diferentes posiciones de brazos, coordinación de acciones básicas: abrir-cerrar, torcer, cruzar, alejar, etc. en movilidad e inmovilidad, péndulo de cadera, péndulo de pecho, 2º, 4º y 6º posición, orientaciones (frente, perfil, espalda).
- Técnica de marcación: golpes simples y combinados de cadera, golpe de pecho, golpe de glúteo, uno de cadera, uno y medio de cadera, golpe de pelvis y coxis, descaderado, contracción y expulsión de vientre; variaciones. Elaboración de combinaciones guiadas aplicando la técnica.
- Técnica de ondulación: ondulación de vientre en las diferentes posiciones de pies, círculo de cadera en 6º y 2º posición, círculo de pecho, ondulación de brazos y manos, volcada, maia, balance; ochos abierto, cerrado y de perfil, ocho de pecho, media volcada y volcada, reverse, variaciones. Elaboración de combinaciones guiadas aplicando la técnica.
- Técnica de vibración: shimi en contracción y shimi egipcio, shimi de pecho, shimi en tendú, rebote, africano, omi, twist, variaciones. Elaboración de combinaciones guiadas aplicando la técnica.
- Figuras con cabeza y cabello.
- Taxim: técnica básica y apoyo teórico. Ejecución guiada e improvisación.
- Estilo Shaabi: origen, historia, forma musical, aplicación de las técnicas básicas al estilo.
- Ritmología básica: Maksoum, Malfouf, Baladi, Saidi, Fallahi, Tawil.

- Introducción al Solo de Derbake: combinaciones sencillas de técnica de marcación y vibración aplicadas al estilo.
- Elaboración de combinaciones grupales e individuales aplicando y combinando las técnicas aprendidas en los ritmos básicos.
- Estímulos sonoros: individualización y reconocimiento de sonidos, ritmos y palabras y su relación con la técnica de movimiento.

EVALUACIÓN: de manera individual permanente, un parcial y un final. se tendrá en cuenta que la alumna:

- Conozca y controle su cuerpo.
- Logre disociar sus segmentos corporales.
- Regule y distribuya su tono muscular, registrando momentos de contracción-relajación para la creación de movimientos armónicos en su cuerpo.
- Comprenda y controle momentos de movimiento y quietud, energías lenta y rápida; las orientaciones de frente, espalda y perfil, las dimensiones adelante-atrás, lado a lado, arriba-abajo en su propio cuerpo y en el espacio.
- Adquiera y aplique la técnica básica de la Danza Árabe.
- Adquiera y comprenda los conocimientos básicos de la Ritmología árabe.
- Elabore según criterios propios y aplicando lo aprendido, secuencias sencillas de movimientos de manera individual y grupal.
- Disfrute de danzar.

-Respete su cuerpo y el de sus compañeros, compartiendo espacios y tiempos comunes.

-Respete y valore el patrimonio cultural árabe, su cultura, referentes de la danza, costumbres, etc.