



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Expresarnos a través del baile (Propuesta didáctica)



Descripción: Este recurso tiene la intención de abordar el baile como parte de la expresión corporal para desarrollar en los estudiantes la capacidad de expresar sus emociones y conocer los movimientos de su cuerpo.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Fundamentación

Beneficios del baile en niños:

- * Desarrollo físico: Mejora la coordinación, fuerza, flexibilidad y equilibrio.
- * Salud mental: Reduce el estrés y la ansiedad, aumenta la autoestima y la confianza.
- * Desarrollo cognitivo: Estimula la memoria, la concentración y la capacidad de resolver problemas.
- * Habilidades sociales: Fomenta el trabajo en equipo, la comunicación y la expresión de emociones.
- * Creatividad: Desarrolla la imaginación y la capacidad de improvisar.
- * Disciplina: Enseña a seguir instrucciones y a trabajar de forma organizada.

Características a considerar para una propuesta de trabajo:

- * Edad de los alumnos: Adaptar las actividades a las capacidades y gustos de cada grupo.
- * Espacio físico: Un lugar amplio y seguro para realizar los movimientos.
- * Música: Variada y adecuada a los diferentes estilos de baile.
- * Materiales: Opcionales, como cintas, pelotas o aros, para enriquecer las actividades.
- * Duración de las sesiones: Entre 30 y 45 minutos, para mantener la atención de los niños.
- * Calentamiento: Importante para prevenir lesiones y preparar el cuerpo para el ejercicio.
- * Vuelta a la calma: Relajación al final de la sesión para favorecer la recuperación.

Fundamentación:

El baile es una actividad integral que beneficia a los niños a nivel físico, cognitivo y emocional. Al incorporar el baile en la escuela, se promueve un desarrollo integral de los alumnos, fomentando hábitos saludables, habilidades sociales y una mayor creatividad. Además, el baile es una herramienta eficaz para mejorar el aprendizaje en otras áreas, como la lengua, las matemáticas y las ciencias.

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad**Formato:** Propuesta didáctica**Fecha de creación:** noviembre 2024**Competencias generales:** Comunicación y Relacionamiento con los otros.

Espacio	Unidades Curriculares	Competencias específicas	Contenidos estructurantes	Criterios de Logro
DESARROLLO PERSONAL Y CONCIENCIA CORPORAL Tramo 2 Grado: 2do año	Educación Física	CE1. Motriz. Expresa prácticas motrices observables por medio de actividades deportivas, lúdicas recreativas y gimnásticas para mejorar el estilo de vida saludable. CE3. Motriz expresiva. Explora y comunica desde la práctica una corporeidad; expresa, crea y genera conocimiento de sí y con los otros para comunicarse. C	Conciencia Corporal: • La percepción del cuerpo en relación con diferentes variantes: - tiempo - espacio - ritmo - trayectoria - velocidad - tipos de desplazamientos - lateralidad. • Las nociones topológicas y de temporalidad en prácticas motoras combinadas con ritmos propios y secuencias rítmicas, individual y colectivamente.	• Percibe su propio cuerpo en relación con las diferentes variantes: tiempo, espacio, ritmo, trayectoria, velocidad, tipos de desplazamiento. • Ubica su cuerpo y los objetos en un espacio común, incluyendo la lateralidad y la temporalidad en sus diferentes variantes. • Coordina nociones topológicas y de temporalidad en actividades motoras combinadas con ritmos propios y secuencias rítmicas, individual y colectivamente • Expresa emociones y sentimientos a través de su cuerpo.

Meta de aprendizaje: Los y las estudiantes realizarán actividades de expresión corporal para desarrollar y mejorar su percepción del cuerpo en el espacio, así como también expresar sus emociones a través de diferentes bailes, música y danzas.

(La meta de aprendizaje se situará a la realidad del grupo del docente)



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Plan de aprendizaje



Actividad 1

En esta primera actividad los estudiantes podrán experimentar diferentes ritmos musicales, incorporando los tiempos que dependen del estilo de música que escucharán.

Primera parte

“Sonidos y música”

Escucharán diferentes ritmos musicales y deberán bailar dependiendo si es una música rápida o lenta.



El baile será libre, cada estudiante se moverá según cómo siente el ritmo de la música.

Segunda parte

“El baile de las estatuas”

El docente pondrá música y los estudiantes deben bailar libremente. Cuando la música se detiene, todos deben quedarse inmóviles como estatuas en una pose divertida.

Luego la misma propuesta pero deben bailar con un compañero, luego irán cada vez que para la música cambiar de compañero con el que bailan , así sucesivamente hasta que el docente lo considere pertinente.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Actividad 2

“Danzas de los animales”

Cada estudiante elige un animal y lo representa con movimientos. Luego, todos bailan juntos imitando a los diferentes animales.

Cada vez que para la música deben elegir otro animal y cuando regresa la música comenzar a bailar representado a ese otro animal.



“Las emociones”

La danza de las emociones: se trata de expresar diferentes emociones (alegría, tristeza, enojo, sorpresa) a través del movimiento.

Los estudiantes bailarían dependiendo de la música mostrando sus emociones, si es una música lenta de una manera, si es una música rápida, etc.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



“Las partes del cuerpo”

La danza de las partes del cuerpo: Los estudiantes bailarán utilizando solo una parte del cuerpo (cabeza, brazos, piernas) y luego combinarán diferentes partes.

Actividad 3 (En casa)



“Danzas y culturas”

Los estudiantes deberán buscar con la ayuda de sus familiares información de que es la danza y de las diferentes danzas que existen según la cultura en :África, Asia, América Latina.

La intención es conocer las diferentes músicas y danzas que existen dependiendo de las culturas y países.

Luego en clases compartirán lo que pudieron encontrar y se realizará una puesta en común.

Para aclarar conceptos el docente puede mostrar a sus estudiantes algunos videos que expliquen qué es la danza como, por ejemplo:

https://youtu.be/tTikl4sEnw?si=bEqjKSX_VtLLwozV



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Actividad 4

"Viajando por el mundo a través del baile"

Objetivo: Introducir a los estudiantes a diferentes culturas a través de la danza y la música, fomentando la apreciación por la diversidad y la expresión corporal

África: Escuchar música africana y crear movimientos inspirados en animales de la sabana.

Asia: Explorar la danza tradicional china (león) o japonesa (kabuki) a través de movimientos lentos y gestos faciales.

América Latina: Bailar salsa, samba o merengue, fomentando el ritmo y la alegría.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Actividad 5

“Creación de bailes”

Para observar lo que han aprendido, una forma de evaluar los conocimientos puede ser una creación de un baile

Los estudiantes crearán un baile grupal combinando elementos de las diferentes culturas trabajadas.

El docente formará equipos donde cada uno pensará en dos o tres pasos y creará un baile.

Luego de un tiempo determinado cada equipo mostrará a sus compañeros el baile creado.

Para esta propuesta se debe tener en cuenta:

Simplificar los movimientos: Adaptar los pasos de baile a la edad y capacidad de los niños.

Pueden utilizar vestuario: El docente puede brindar diferentes disfraces y ropas para que los niños utilicen en su baile.

También pueden Incorporar instrumentos: Utilizar instrumentos de percusión para acompañar los bailes.

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación:

Se espera promover prácticas educativas contextualizadas con la realidad de cada grupo y de cada centro, con la finalidad de que los estudiantes puedan vivenciarlas y sentirlas como un aporte para su vida y para que las mismas trasciendan el espacio escolar. Esta propuesta permite a través de las actividades mejorar la coordinación y la motricidad de los alumnos, aumentar la autoestima y la confianza en los FRestudiantes, fomentar la expresión creativa y la comunicación y trabajar en equipo y cooperar con los compañeros.

Estas actividades se pueden realizar con diferentes grupos de la escuela adaptándolas a las diferentes edades, pero es una propuesta muy versátil que todos pueden practicarlas.

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Bibliografía/Fuentes consultadas

ANEP, (2022) Educación Básica Integrada (EBI) "Plan de estudios" [documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2022/noticias/setiembre/220927/EBI%202022%20v7.pdf> [Fecha de última consulta Marzo 2024] .

ANEP (2022) "Progresiones de Aprendizaje" [documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/progresiones/Progresiones%20de%20Aprendizaje%202022.pdf> [Fecha de última consulta Marzo de 2024]

ANEP,(2022)" Marco Curricular Nacional "[documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/Marco-Curricular-Nacional-2022/MCN%202%20Agosto%202022%20v13.pdf> [Fecha de última consulta Octubre 2024]

FREEPIK(s,f)"Animales coloridos".[Imagen en línea].Disponible en : https://www.freepik.es/vector-gratis/pack-animales-coloridos-dibujos-animados_5425755.htm#fromView=search&page=1&position=15&uuid=ddfa92f3-50b0-4d2b-a6b6-fe1ef9d8aa3d

FREEPIK(s,f)"Niños bailando".[Imagen en línea].Disponible en :https://www.freepik.es/foto-gratis/grupo-ninos-activos-alegres-chicas-bailando-aisladas-sobre-fondo-verde-luz-neon_27717686.htm#fromView=search&page=2&position=43&uuid=862b978a-8779-4d44-a43b-ec5517a077c2

FREEPIK(s,f)"Ilustración de cuerpo".[Imagen en línea].Disponible en :https://www.freepik.es/vector-gratis/dibujado-mano-fondo-plano-dia-mundial-nino_19336119.htm#fromView=search&page=1&position=0&uuid=2b85ae6b-948f-4f46-95a9-586cc9d0d05a

FREEPIK(s,f)"Ilustración colorida.[Imagen en línea].Disponible en https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-esquizofrenia-diseno-plano_24997080.htm#fromView=search&page=1&position=0&uuid=8282e69b-31a4-427c-880a-1bb69c3357ce

FREEPIK(s,f)"Fiesta brasileña".[Imagen en línea].Disponible en https://www.freepik.es/vector-gratis/fiestas-carnaval-brasilenas-elementos-coloridos-realistas-establecidos-instrumentos-musicales-tradicionales-mascaras-plumas-trajes-aislados-ilustracion-vectorial_6932699.htm#fromView=search&page=1&position=15&uuid=baf17911-bf02-4207-b44b-eb1b00004135



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



FREEPIK(s,f)"Dibujo de gente".[Imagen en línea].Disponible en
https://www.freepik.es/vector-gratis/dibujado-mano-gente-plana-bailando_17620728.htm#fromView=search&page=1&position=4&uuid=67ab9f66-94ed-4952-a1e3-f47b379a1f61

FREEPIK(s,f)"Fondo del plano de día".[Imagen en línea].Disponible en
https://www.freepik.es/vector-gratis/fondo-plano-dia-africa_24691947.htm#fromView=search&page=1&position=26&uuid=baf17911-bf02-4207-b44b-eb1b00004135

DOCENTES CREATIVOS (2020, Diciembre)."¿Qué es la danza?". [Video en línea].
Disponible en; https://youtu.be/tTikl4sEnw?si=bEqjKSX_VtLLwozV

"Los videos utilizados en este material NO se encuentran comprendidos en la licencia del recurso, salvo a aquellos en las que se especifica lo contrario"

Autora: Lic. Cecilia María Nuñez Dodera

Fecha de creación: noviembre del 2024

Licenciamiento: Creative Commons Atribución 4.0 Internacional

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Bibliografía/Fuentes consultadas

ANEP, (2022) Educación Básica Integrada (EBI) “Plan de estudios” [documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2022/noticias/setiembre/220927/EBI%202022%20v7.pdf> [Fecha de última consulta Marzo 2024] .

ANEP (2022) “Progresiones de Aprendizaje” [documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/progresiones/Progresiones%20de%20Aprendizaje%202022.pdf> [Fecha de última consulta Marzo de 2024]

ANEP,(2022)” Marco Curricular Nacional “[documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/Marco-Curricular-Nacional-2022/MCN%202%20Agosto%202022%20v13.pdf> [Fecha de última

https://www.freepik.es/imagen-ia-gratis/dia-autismo-retrato-colorido_158099581.htm#fromView=search&page=2&position=7&uuid=4f5c38dd-abfb-48f8-a83e-c52fd8d485cc

"Los videos utilizados en este material NO se encuentran comprendidos en la licencia del recurso, salvo a aquellos en las que se especifica lo contrario"

Autora:

Fecha de creación: Octubre de 2024

Licenciamiento: Creative Commons Atribución 4.0 Internacional