

Programa de Estudio
3° o 4° medio
Formación Diferenciada
Educación Física y Salud

Expresión Corporal y Danza

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CHILE



v
e
r
s
i
ó
n
-
w
e
b



**ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.
ESTAS ACTIVIDADES ESTÁN
ORGANIZADAS EN 4 UNIDADES,
CADA UNIDAD TIENE CUATRO
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJES Y
UNA ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN.**

Querida comunidad educativa:

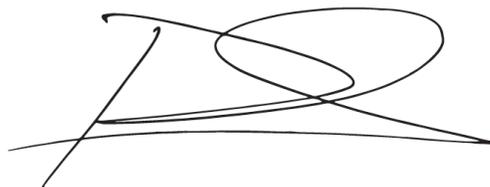
Me es grato saludarles y dirigirme a ustedes para poner en sus manos los Programas de Estudio de las 46 asignaturas del currículum ajustado a las nuevas Bases Curriculares de 3° y 4° año de enseñanza media (Decreto Supremo N°193 de 2019), que inició su vigencia el presente año para 3° medio y el año 2021 para 4° medio, o simultáneamente en ambos niveles si el colegio así lo decidió.

El presente año ha sido particularmente difícil por la situación mundial de pandemia por Coronavirus y el Ministerio de Educación no ha descansado en su afán de entregar herramientas de apoyo para que los estudiantes de Chile se conviertan en ciudadanos que desarrollen la empatía y el respeto, la autonomía y la proactividad, la capacidad para perseverar en torno a metas y, especialmente, la responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

Estos Programas de Estudio han sido elaborados por la Unidad de Currículum y Evaluación del Ministerio de Educación y presentan una propuesta pedagógica y didáctica que apoya el proceso de gestión de los establecimientos educacionales, además de ser una invitación a las comunidades educativas para enfrentar el desafío de preparación, estudio y compromiso con la vocación formadora y con las expectativas de aprendizaje que pueden lograr nuestros estudiantes.

Nos sentimos orgullosos de poner a disposición de los jóvenes de Chile un currículum acorde a los tiempos actuales y que permitirá formar personas integrales y ciudadanos autónomos, críticos y responsables, que desarrollen las habilidades necesarias para seguir aprendiendo a lo largo de sus vidas y que estarán preparados para ser un aporte a la sociedad.

Les saluda cordialmente,



Raúl Figueroa S.
Ministro de Educación

Programa de Estudio Expresión Corporal y Danza 3° o 4° medio

Aprobado por Decreto Exento N°496 del 15 de junio de 2020.

Equipo de Desarrollo Curricular
Unidad de Currículum y Evaluación
Ministerio de Educación 2021

IMPORTANTE

En el presente documento, se utilizan de manera inclusiva términos como “el docente”, “el estudiante”, “el profesor”, “el niño”, “el compañero” y sus respectivos plurales (así como otras palabras equivalentes en el contexto educativo) para referirse a hombres y mujeres.

Esta opción obedece a que no existe acuerdo universal respecto de cómo aludir conjuntamente a ambos sexos en el idioma español, salvo usando “o/a”, “los/las” y otras similares, y ese tipo de fórmulas supone una saturación gráfica que puede dificultar la comprensión de la lectura

Índice

| | |
|---|----|
| Presentación..... | 7 |
| Nociones básicas | 8 |
| Consideraciones generales..... | 13 |
| Orientaciones para planificar | 18 |
| Orientaciones para evaluar los aprendizajes | 19 |
| Estructura del programa | 21 |
| Expresión Corporal y Danza | 23 |
| Propósitos Formativos | 23 |
| Enfoque de las Asignaturas de Educación Física y Salud | 23 |
| Organización Curricular..... | 25 |
| Visión Global del año..... | 28 |
| Unidad 1: Conciencia corporal: sensación y percepción..... | 31 |
| Actividad 1: Percibiendo mi corporalidad y mis habilidades desde la interacción | 32 |
| Actividad 2: Articularidad: conciencia global y diferenciada del movimiento | 36 |
| Actividad 3: Movimiento, tacto y contacto | 41 |
| Actividad 4: Paisaje sonoro y movimiento | 46 |
| Actividad de evaluación | 49 |
| Unidad 2: Agilidad y expresividad | 52 |
| Actividad 1: Espacialidad y movimiento..... | 53 |
| Actividad 2: Sonidos móviles..... | 57 |
| Actividad 3: Diálogos corporales | 61 |
| Actividad 4: Territorio dinámico..... | 64 |
| Actividad de evaluación | 68 |
| Unidad 3: Lenguaje corporal | 72 |
| Actividad 1: Mi columna, gran activadora del movimiento | 73 |
| Actividad 2: Moverme desde el sonido y el olfato..... | 77 |
| Actividad 3: Texturas e imaginarios | 81 |
| Actividad 4: El agua y su expresividad..... | 85 |
| Actividad de evaluación | 89 |

| | |
|--|-----|
| Unidad 4: Expresión y creación en danza | 91 |
| Actividad 1: Cadáver exquisito | 93 |
| Actividad 2: Relatos cotidianos | 96 |
| Actividad 3: Collage en movimiento | 99 |
| Actividad 4: Nuestras palabras..... | 102 |
| Actividad de evaluación | 105 |
| Proyecto Interdisciplinario | 107 |
| Manual de Orientación | 107 |
| Proyecto: Relatos cotidianos: los gestos hablan y las palabras nos mueven..... | 111 |
| Glosario | 114 |
| Bibliografía | 114 |
| Anexos | 120 |

Presentación

Las Bases Curriculares establecen Objetivos de Aprendizaje (OA) que definen los desempeños que se espera que todos los estudiantes logren en cada asignatura, módulo y nivel de enseñanza. Estos objetivos integran habilidades, conocimientos y actitudes que se consideran relevantes para que los jóvenes alcancen un desarrollo armónico e integral que les permita enfrentar su futuro con las herramientas necesarias y participar de manera activa y responsable en la sociedad.

Las Bases Curriculares son flexibles para adaptarse a las diversas realidades educativas que se derivan de los distintos contextos sociales, económicos, territoriales y religiosos de nuestro país. Estas múltiples realidades dan origen a diferentes aproximaciones curriculares, didácticas, metodológicas y organizacionales, que se expresan en el desarrollo de distintos proyectos educativos, todos válidos mientras permitan el logro de los Objetivos de Aprendizaje. En este contexto, las Bases Curriculares constituyen el referente base para los establecimientos que deseen elaborar programas propios, y por lo tanto, no corresponde que estas prescriban didácticas específicas que limiten la diversidad de enfoques educacionales que pueden expresarse en los establecimientos de nuestro país.

Para aquellos establecimientos que no han optado por programas propios, el Ministerio de Educación suministra estos Programas de Estudio con el fin de facilitar una óptima implementación de las Bases Curriculares. Estos programas constituyen un complemento totalmente coherente y alineado con las Bases Curriculares y una herramienta para apoyar a los docentes en el logro de los Objetivos de Aprendizaje.

Los Programas de Estudio proponen al profesor una organización de los Objetivos de Aprendizaje con relación al tiempo disponible dentro del año escolar, y constituyen una orientación acerca de cómo secuenciar los objetivos y cómo combinarlos para darles una comprensión profunda y transversal. Se trata de una estimación aproximada y de carácter indicativo que puede ser adaptada por los docentes, de acuerdo a la realidad de sus estudiantes y de su establecimiento.

Asimismo, para facilitar al profesor su quehacer en el aula, se sugiere un conjunto de indicadores de evaluación que dan cuenta de los diversos desempeños de comprensión que demuestran que un alumno ha aprendido en profundidad, transitando desde lo más elemental hasta lo más complejo, y que aluden a los procesos cognitivos de orden superior, las comprensiones profundas o las habilidades que se busca desarrollar transversalmente.

Junto con ello, se proporcionan orientaciones didácticas para cada disciplina y una gama amplia y flexible de actividades de aprendizaje y de evaluación que pueden utilizarse como base para nuevas actividades acordes con las diversas realidades de los establecimientos educacionales. Estas actividades se enmarcan en un modelo pedagógico cuyo enfoque es el de la comprensión profunda y significativa, lo que implica establecer posibles conexiones al interior de cada disciplina y también con otras áreas del conocimiento, con el propósito de facilitar el aprendizaje.

Estas actividades de aprendizaje y de evaluación se enriquecen con sugerencias al docente, recomendaciones de recursos didácticos complementarios y bibliografía para profesores y estudiantes.

En síntesis, se entregan estos Programas de Estudio a los establecimientos educacionales como un apoyo para llevar a cabo su labor de enseñanza.

Nociones básicas

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE COMO INTEGRACIÓN DE CONOCIMIENTOS, HABILIDADES Y ACTITUDES

Los Objetivos de Aprendizaje definen para cada asignatura o módulo los aprendizajes terminales esperables para cada semestre o año escolar. Se refieren a habilidades, actitudes y conocimientos que han sido seleccionados considerando que entreguen a los estudiantes las herramientas necesarias para su desarrollo integral, que les faciliten una comprensión profunda del mundo que habitan, y que despierten en ellos el interés por continuar estudios superiores y desarrollar sus planes de vida y proyectos personales.

En la formulación de los Objetivos de Aprendizaje se relacionan habilidades, conocimientos y actitudes y, por medio de ellos, se pretende plasmar de manera clara y precisa cuáles son los aprendizajes esenciales que el alumno debe lograr. Se conforma así un currículum centrado en el aprendizaje, que declara explícitamente cuál es el foco del quehacer educativo. Se busca que los estudiantes pongan en juego estos conocimientos, habilidades y actitudes para enfrentar diversos desafíos, tanto en el contexto de la sala de clases como en la vida cotidiana.

CONOCIMIENTOS

Los conocimientos de las asignaturas y módulos corresponden a conceptos, redes de conceptos e información sobre hechos, procesos, procedimientos y operaciones que enriquecen la comprensión de los alumnos sobre los fenómenos que les toca enfrentar. Les permiten relacionarse con el entorno, utilizando nociones complejas y profundas que complementan el saber que han generado por medio del sentido común y la experiencia cotidiana. Se busca que sean esenciales, fundamentales para que los estudiantes construyan nuevos aprendizajes y de alto interés para ellos. Se deben desarrollar de manera integrada con las habilidades, porque son una condición para el progreso de estas y para lograr la comprensión profunda.

HABILIDADES Y ACTITUDES PARA EL SIGLO XXI

La existencia y el uso de la tecnología en el mundo global, multicultural y en constante cambio, ha determinado nuevos modos de acceso al conocimiento, de aplicación de los aprendizajes y de participación en la sociedad. Estas necesidades exigen competencias particulares, identificadas internacionalmente como Habilidades para el siglo XXI.¹

¹ El conjunto de habilidades seleccionadas para integrar el currículum de 3° y 4° medio corresponden a una adaptación de distintos modelos (Binkley et al., 2012; Fadel et al., 2016).

Las habilidades para el siglo XXI presentan como foco formativo central la formación integral de los estudiantes dando continuidad a los objetivos de aprendizaje transversales de 1° básico a 2° medio. Como estos, son transversales a todas las asignaturas, y al ser transferibles a otros contextos, se convierten en un aprendizaje para la vida. Se presentan organizadas en torno a cuatro ámbitos: maneras de pensar, maneras de trabajar, herramientas para trabajar y herramientas para vivir en el mundo.

MANERAS DE PENSAR

Desarrollo de la creatividad y la innovación

Las personas que aprenden a ser creativas poseen habilidades de pensamiento divergente, producción de ideas, fluidez, flexibilidad y originalidad. El pensamiento creativo implica abrirse a diferentes ideas, perspectivas y puntos de vista, ya sea en la exploración personal o en el trabajo en equipo. La enseñanza para la creatividad implica asumir que el pensamiento creativo puede desarrollarse en todas las instancias de aprendizaje y en varios niveles: imitación, variación, combinación, transformación y creación original. Por ello, es importante que los docentes consideren que, para lograr la creación original, es necesario haber desarrollado varias habilidades y que la creatividad también puede enseñarse mediante actividades más acotadas según los diferentes niveles (Fadel et al, 2016).

Desarrollo del pensamiento crítico

Cuando aprendemos a pensar críticamente, podemos discriminar entre informaciones, declaraciones o argumentos, evaluando su contenido, pertinencia, validez y verosimilitud. El pensamiento crítico permite cuestionar la información, tomar decisiones y emitir juicios, como asimismo reflexionar críticamente acerca de diferentes puntos de vista, tanto de los propios como de los demás, ya sea para defenderlos o contradecirlos sobre la base de evidencias. Contribuye así, además, a la autorreflexión y corrección de errores, y favorece la capacidad de estar abierto a los cambios y de tomar decisiones razonadas. El principal desafío en la enseñanza del pensamiento crítico es la aplicación exitosa de estas habilidades en contextos diferentes de aquellos en que fueron aprendidas (Fadel et al, 2016).

Desarrollo de la metacognición

El pensamiento metacognitivo se relaciona al concepto de “aprender a aprender”. Se refiere a ser consciente del propio aprendizaje y de los procesos para lograrlo, lo que permite autogestionarlo con autonomía, adaptabilidad y flexibilidad. El proceso de pensar acerca del pensar involucra la reflexión propia sobre la posición actual, fijar los objetivos a futuro, diseñar acciones y estrategias potenciales, monitorear el proceso de aprendizaje y evaluar los resultados. Incluye tanto el conocimiento que se tiene sobre uno mismo como estudiante o pensador, como los factores que influyen en el rendimiento. La reflexión acerca del propio aprendizaje favorece su comunicación, por una parte, y la toma de conciencia de las propias capacidades y debilidades, por otra. Desde esta perspectiva, desarrolla la autoestima, la disciplina, la capacidad de perseverar y la tolerancia a la frustración.

Desarrollo de Actitudes

- Pensar con perseverancia y proactividad para encontrar soluciones innovadoras a los problemas.
- Pensar con apertura a distintas perspectivas y contextos, asumiendo riesgos y responsabilidades.
- Pensar con conciencia, reconociendo que los errores ofrecen oportunidades para el aprendizaje.
- Pensar con flexibilidad para reelaborar las propias ideas, puntos de vista y creencias.
- Pensar con reflexión propia y autonomía para gestionar el propio aprendizaje, identificando capacidades, fortalezas y aspectos por mejorar.
- Pensar con conciencia de que los aprendizajes se desarrollan a lo largo de la vida y enriquecen la experiencia.
- Pensar con apertura hacia otros para valorar la comunicación como una forma de relacionarse con diversas personas y culturas, compartiendo ideas que favorezcan el desarrollo de la vida en sociedad.

MANERAS DE TRABAJAR

Desarrollo de la comunicación

Aprender a comunicarse ya sea de manera escrita, oral o multimodal, requiere generar estrategias y herramientas que se adecuen a diversas situaciones, propósitos y contextos socioculturales, con el fin de transmitir lo que se desea de manera clara y efectiva. La comunicación permite desarrollar la empatía, la autoconfianza, la valoración de la interculturalidad, así como la adaptabilidad, la creatividad y el rechazo a la discriminación.

Desarrollo de la colaboración

La colaboración entre personas con diferentes habilidades y perspectivas faculta al grupo para tomar mejores decisiones que las que se tomarían individualmente, permite analizar la realidad desde más ángulos y producir obras más complejas y más completas. Además, el trabajo colaborativo entre pares determina nuevas formas de aprender y de evaluarse a sí mismo y a los demás, lo que permite visibilizar los modos en que se aprende; esto conlleva nuevas maneras de relacionarse en torno al aprendizaje.

La colaboración implica, a su vez, actitudes clave para el aprendizaje en el siglo XXI, como la responsabilidad, la perseverancia, la apertura de mente hacia lo distinto, la aceptación y valoración de las diferencias, la autoestima, la tolerancia a la frustración, el liderazgo y la empatía.

Desarrollo de Actitudes

- Trabajar colaborativamente en la generación, desarrollo y gestión de proyectos y la resolución de problemas, integrando las diferentes ideas y puntos de vista.
- Trabajar con responsabilidad y liderazgo en la realización de las tareas colaborativas y en función del logro de metas comunes.
- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.
- Trabajar con autonomía y proactividad en trabajos colaborativos e individuales para llevar a cabo eficazmente proyectos de diversa índole.

HERRAMIENTAS PARA TRABAJAR

Desarrollo de la alfabetización digital

Aprender a utilizar la tecnología como herramienta de trabajo implica dominar las posibilidades que ofrece y darle un uso creativo e innovador. La alfabetización digital apunta a la resolución de problemas en el marco de la cultura digital que caracteriza al siglo XXI, aprovechando las herramientas que nos dan la programación, el pensamiento computacional, la robótica e internet, entre otros, para crear contenidos digitales, informarnos y vincularnos con los demás. Promueve la autonomía y el trabajo en equipo, la creatividad, la participación en redes de diversa índole, la motivación por ampliar los propios intereses y horizontes culturales, e implica el uso responsable de la tecnología considerando la ciberseguridad y el autocuidado.

Desarrollo del uso de la información

Usar bien la información se refiere a la eficacia y eficiencia en la búsqueda, el acceso, el procesamiento, la evaluación crítica, el uso creativo y ético, así como la comunicación de la información por medio de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC). Implica formular preguntas, indagar y generar estrategias para seleccionar, organizar y comunicar la información. Tiene siempre en cuenta, además, tanto los aspectos éticos y legales que la regulan como el respeto a los demás y a su privacidad.

Desarrollo de Actitudes

- Aprovechar las herramientas disponibles para aprender y resolver problemas.
- Interesarse por las posibilidades que ofrece la tecnología para el desarrollo intelectual, personal y social del individuo.
- Valorar las TIC como una oportunidad para informarse, investigar, socializar, comunicarse y participar como ciudadano.
- Actuar responsablemente al gestionar el tiempo para llevar a cabo eficazmente los proyectos personales, académicos y laborales.
- Actuar de acuerdo con los principios de la ética en el uso de la información y de la tecnología, respetando la propiedad intelectual y la privacidad de las personas.

MANERAS DE VIVIR EN EL MUNDO

Desarrollo de la ciudadanía local y global

La ciudadanía se refiere a la participación activa del individuo en su contexto, desde una perspectiva política, social, territorial, global, cultural, económica y medioambiental, entre otras dimensiones. La conciencia de ser ciudadano promueve el sentido de pertenencia y la valoración y el ejercicio de los principios democráticos, y también supone asumir sus responsabilidades como ciudadano local y global. En este sentido, ejercitar el respeto a los demás, a su privacidad y a las diferencias valóricas, religiosas y étnicas cobra gran relevancia; se relaciona directamente con una actitud empática, de mentalidad abierta y de adaptabilidad.

Desarrollo de proyecto de vida y carrera

La construcción y consolidación de un proyecto de vida y de una carrera, oficio u ocupación, requiere conocerse a sí mismo, establecer metas, crear estrategias para conseguirlas, desarrollar la autogestión, actuar con iniciativa y compromiso, ser autónomo para ampliar los aprendizajes, reflexionar críticamente y estar dispuesto a integrar las retroalimentaciones recibidas. Por otra parte, para alcanzar esas metas, se requiere interactuar con los demás de manera flexible, con capacidad para trabajar en equipo, negociar en busca de soluciones y adaptarse a los cambios para poder desenvolverse en distintos roles y contextos. Esto permite el desarrollo de liderazgo, responsabilidad, ejercicio ético del poder y respeto a las diferencias en ideas y valores.

Desarrollo de la responsabilidad personal y social

La responsabilidad personal consiste en ser conscientes de nuestras acciones y sus consecuencias, cuidar de nosotros mismos de modo integral y respetar los compromisos que adquirimos con los demás, generando confianza en los otros, comunicándonos de una manera asertiva y empática, que acepte los distintos puntos de vista. Asumir la responsabilidad por el bien común participando activamente en el cumplimiento de las necesidades sociales en distintos ámbitos: cultural, político, medioambiental, entre otros.

Desarrollo de Actitudes

- Perseverar en torno a metas con miras a la construcción de proyectos de vida y al aporte a la sociedad y al país con autodeterminación, autoconfianza y respeto por sí mismo y por los demás.
- Participar asumiendo posturas razonadas en distintos ámbitos: cultural, social, político y medioambiental, entre otros.
- Tomar decisiones democráticas, respetando los derechos humanos, la diversidad y la multiculturalidad.
- Asumir responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que ellas tienen sobre sí mismo y los otros.

Consideraciones generales

Las consideraciones que se presentan a continuación son relevantes para una óptima implementación de los Programas de Estudio, se vinculan estrechamente con los enfoques curriculares, y permiten abordar de mejor manera los Objetivos de Aprendizaje de las Bases Curriculares.

EL ESTUDIANTE DE 3º y 4º MEDIO

La formación en los niveles de 3° y 4° Medio cumple un rol esencial en su carácter de etapa final del ciclo escolar. Habilita al alumno para conducir su propia vida en forma autónoma, plena, libre y responsable, de modo que pueda desarrollar planes de vida y proyectos personales, continuar su proceso educativo formal mediante la educación superior, o incorporarse a la vida laboral.

El perfil de egreso que establece la ley en sus objetivos generales apunta a formar ciudadanos críticos, creativos y reflexivos, activamente participativos, solidarios y responsables, con conciencia de sus deberes y derechos, y respeto por la diversidad de ideas, formas de vida e intereses. También propicia que estén conscientes de sus fortalezas y debilidades, que sean capaces de evaluar los méritos relativos de distintos puntos de vista al enfrentarse a nuevos escenarios, y de fundamentar adecuadamente sus decisiones y convicciones, basados en la ética y la integridad. Asimismo, aspira a que sean personas con gran capacidad para trabajar en equipo e interactuar en contextos socioculturalmente heterogéneos, relacionándose positivamente con otros, cooperando y resolviendo adecuadamente los conflictos.

De esta forma, tomarán buenas decisiones y establecerán compromisos en forma responsable y solidaria, tanto de modo individual como colaborativo, integrando nuevas ideas y reconociendo que las diferencias ayudan a concretar grandes proyectos.

Para lograr este desarrollo en los estudiantes, es necesario que los docentes conozcan los diversos talentos, necesidades, intereses y preferencias de sus estudiantes y promuevan intencionadamente la autonomía de los alumnos y la autorregulación necesaria para que las actividades de este Programa sean instancias significativas para sus desafíos, intereses y proyectos personales.

APRENDIZAJE PARA LA COMPRESIÓN

La propuesta metodológica de los Programas de Estudio tiene como propósito el aprendizaje para la comprensión. Entendemos la comprensión como la capacidad de usar el conocimiento de manera flexible, lo que permite a los estudiantes pensar y actuar a partir de lo que saben en distintas situaciones y contextos. La comprensión se puede desarrollar generando oportunidades que permitan al alumno ejercitar habilidades como analizar, explicar, resolver problemas, construir argumentos,

justificar, extrapolar, entre otras. La aplicación de estas habilidades y del conocimiento a lo largo del proceso de aprendizaje faculta a los estudiantes a profundizar en el conocimiento, que se torna en evidencia de la comprensión.

La elaboración de los Programas de Estudio se ha realizado en el contexto del paradigma constructivista y bajo el fundamento de dos principios esenciales que regulan y miden la efectividad del aprendizaje: el aprendizaje significativo y el aprendizaje profundo.

¿Qué entendemos por aprendizaje significativo y profundo?

Un aprendizaje se dice significativo cuando los nuevos conocimientos se incorporan en forma sustantiva en la estructura cognitiva del estudiante. Esto se logra gracias a un esfuerzo deliberado del alumno por relacionar los nuevos conocimientos con sus conocimientos previos y es producto de una implicación afectiva del estudiante; es decir, él quiere aprender aquello que se le presenta, porque lo considera valioso. Para la construcción de este tipo de aprendizaje, se requiere efectuar acciones de mediación en el aula que permitan activar los conocimientos previos y, a su vez, facilitar que dicho aprendizaje adquiera sentido precisamente en la medida en que se integra con otros previamente adquiridos o se relaciona con alguna cuestión o problema que interesa al estudiante.

Un aprendizaje se dice profundo solo si, por un lado, el aprendiz logra dominar, transformar y utilizar los conocimientos adquiridos en la solución de problemas reales y, por otro lado, permanece en el tiempo y se puede transferir a distintos contextos de uso. Para mediar el desarrollo de un aprendizaje de este tipo, es necesario generar escenarios flexibles y graduales que permitan al estudiante usar los conocimientos aplicándolos en situaciones diversas.

¿Cómo debe guiar el profesor a sus alumnos para que usen el conocimiento?

El docente debe diseñar actividades de clase desafiantes que induzcan a los estudiantes a aplicar habilidades cognitivas mediante las cuales profundicen en la comprensión de un nuevo conocimiento. Este diseño debe permitir mediar simultáneamente ambos aspectos del aprendizaje, el significativo y el profundo, y asignar al alumno un rol activo dentro del proceso de aprendizaje.

El principio pedagógico constructivista del estudiante activo permite que él desarrolle la capacidad de aprender a aprender. Los alumnos deben llegar a adquirir la autonomía que les permita dirigir sus propios procesos de aprendizaje y convertirse en sus propios mediadores. El concepto clave que surge como herramienta y, a la vez, como propósito de todo proceso de enseñanza-aprendizaje corresponde al pensamiento metacognitivo, entendido como un conjunto de disposiciones mentales de autorregulación que permiten al aprendiz monitorear, planificar y evaluar su propio proceso de aprendizaje.

En esta línea, la formulación de buenas preguntas es una de las herramientas esenciales de mediación para construir un pensamiento profundo.

Cada pregunta hace posible una búsqueda que permite integrar conocimiento y pensamiento; el pensamiento se despliega en sus distintos actos que posibilitan dominar, elaborar y transformar un conocimiento.

ENFOQUE INTERDISCIPLINARIO Y APRENDIZAJE BASADO EN PROYECTOS

La integración disciplinaria permite fortalecer conocimientos y habilidades de pensamiento complejo que faculten la comprensión profunda de ellos. Para lograr esto, es necesario que los docentes incorporen en su planificación instancias destinadas a trabajar en conjunto con otras disciplinas. Las Bases Curriculares plantean el Aprendizaje Basado en Proyectos como metodología para favorecer el trabajo colaborativo y el aprendizaje de resolución de problemas.

Un problema real es interdisciplinario. Por este motivo, en los Programas de Estudio de cada asignatura se integra orientaciones concretas y modelos de proyectos, que facilitarán esta tarea a los docentes y que fomentarán el trabajo y la planificación conjunta de algunas actividades entre profesores de diferentes asignaturas.

Se espera que, en las asignaturas electivas de profundización, el docente destine un tiempo para el trabajo en proyectos interdisciplinarios. Para ello, se incluye un modelo de proyecto interdisciplinario por asignatura de profundización.

Existe una serie de elementos esenciales que son requisitos para que el diseño de un proyecto² permita maximizar el aprendizaje y la participación de los estudiantes, de manera que aprendan cómo aplicar el conocimiento al mundo real, cómo utilizarlo para resolver problemas, responder preguntas complejas y crear productos de alta calidad. Dichos elementos son:

- **Conocimiento clave, comprensión y habilidades**

El proyecto se enfoca en profundizar en la comprensión del conocimiento interdisciplinario, ya que permite desarrollar a la vez los Objetivos de Aprendizaje y las habilidades del Siglo XXI que se requieren para realizar el proyecto.

- **Desafío, problema o pregunta**

El proyecto se basa en un problema significativo para resolver o una pregunta para responder, en el nivel adecuado de desafío para los alumnos, que se implementa mediante una pregunta de conducción abierta y atractiva.

- **Indagación sostenida**

El proyecto implica un proceso activo y profundo a lo largo del tiempo, en el que los estudiantes generan preguntas, encuentran y utilizan recursos, hacen preguntas adicionales y desarrollan sus propias respuestas.

- **Autenticidad**

El proyecto tiene un contexto del mundo real, utiliza procesos, herramientas y estándares de calidad del mundo real, tiene un impacto real, ya que creará algo que será utilizado o experimentado por otros, y/o está conectado a las propias preocupaciones, intereses e identidades de los alumnos.

² Adaptado de John Larmer, John Mergendoller, Suzie Boss. *Setting the Standard for Project Based Learning: A Proven Approach to Rigorous Classroom Instruction*, (ASCD 2015).

- **Voz y elección del estudiante**

El proyecto permite a los estudiantes tomar algunas decisiones sobre los productos que crean, cómo funcionan y cómo usan su tiempo, guiados por el docente y dependiendo de su edad y experiencia de Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP).

- **Reflexión**

El proyecto brinda oportunidades para que los alumnos reflexionen sobre qué y cómo están aprendiendo, y sobre el diseño y la implementación del proyecto.

- **Crítica y revisión**

El proyecto incluye procesos de retroalimentación para que los estudiantes den y reciban comentarios sobre su trabajo, con el fin de revisar sus ideas y productos o realizar una investigación adicional.

- **Producto público**

El proyecto requiere que los alumnos demuestren lo que aprenden, creando un producto que se presenta u ofrece a personas que se encuentran más allá del aula.

CIUDADANÍA DIGITAL

Los avances de la automatización, así como el uso extensivo de las herramientas digitales y de la inteligencia artificial, traerán como consecuencia grandes transformaciones y desafíos en el mundo del trabajo, por lo cual los estudiantes deben contar con herramientas necesarias para enfrentarlos. Los Programas de Estudio promueven que los alumnos empleen tecnologías de información para comunicarse y desarrollar un pensamiento computacional, dando cuenta de sus aprendizajes o de sus creaciones y proyectos, y brindan oportunidades para hacer un uso extensivo de ellas y desarrollar capacidades digitales para que aprendan a desenvolverse de manera responsable, informada, segura, ética, libre y participativa, comprendiendo el impacto de las TIC en la vida personal y el entorno.

CONTEXTUALIZACIÓN CURRICULAR

La contextualización curricular es el proceso de apropiación y desarrollo del currículum en una realidad educativa concreta. Este se lleva a cabo considerando las características particulares del contexto escolar (por ejemplo, el medio en que se sitúa el establecimiento educativo, la cultura, el proyecto educativo institucional de las escuelas y la comunidad escolar, el tipo de formación diferenciada que se imparte –Artística, Humanístico-Científica, Técnico Profesional–, entre otros), lo que posibilita que el proceso educativo adquiera significado para los estudiantes desde sus propias realidades y facilita, así, el logro de los Objetivos de Aprendizaje.

Los Programas de Estudio consideran una propuesta de diseño de clases, de actividades y de evaluaciones que pueden modificarse, ajustarse y transferirse a diferentes realidades y contextos.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y A LA INCLUSIÓN

En el trabajo pedagógico, es importante que los docentes tomen en cuenta la diversidad entre estudiantes en términos culturales, sociales, étnicos, religiosos, de género, de estilos de aprendizaje y de niveles de conocimiento. Esta diversidad enriquece los escenarios de aprendizaje y está asociada a los siguientes desafíos para los profesores:

- Procurar que los aprendizajes se desarrollen de una manera significativa en relación con el contexto y la realidad de los alumnos.
- Trabajar para que todos alcancen los Objetivos de Aprendizaje señalados en el currículum, acogiendo la diversidad y la inclusión como una oportunidad para desarrollar más y mejores aprendizajes.
- Favorecer y potenciar la diversidad y la inclusión, utilizando el aprendizaje basado en proyectos.
- En el caso de alumnos con necesidades educativas especiales, tanto el conocimiento de los profesores como el apoyo y las recomendaciones de los especialistas que evalúan a dichos estudiantes contribuirán a que todos desarrollen al máximo sus capacidades.
- Generar ambientes de aprendizaje inclusivos, lo que implica que cada estudiante debe sentir seguridad para participar, experimentar y contribuir de forma significativa a la clase. Se recomienda destacar positivamente las características particulares y rechazar toda forma de discriminación, agresividad o violencia.
- Proveer igualdad de oportunidades, asegurando que los alumnos puedan participar por igual en todas las actividades, evitando asociar el trabajo de aula con estereotipos asociados a género, características físicas o cualquier otro tipo de sesgo que provoque discriminación.
- Utilizar materiales, aplicar estrategias didácticas y desarrollar actividades que se adecuen a las singularidades culturales y étnicas de los estudiantes y a sus intereses.
- Promover un trabajo sistemático, con actividades variadas para diferentes estilos de aprendizaje y con ejercitación abundante, procurando que todos tengan acceso a oportunidades de aprendizaje enriquecidas.

Atender a la diversidad de estudiantes, con sus capacidades, contextos y conocimientos previos, no implica tener expectativas más bajas para algunos de ellos. Por el contrario, hay que reconocer los requerimientos personales de cada alumno para que todos alcancen los propósitos de aprendizaje pretendidos. En este sentido, conviene que, al diseñar el trabajo de cada unidad, el docente considere los tiempos, recursos y métodos necesarios para que cada estudiante logre un aprendizaje de calidad. Mientras más experiencia y conocimientos tengan los profesores sobre su asignatura y las estrategias que promueven un aprendizaje profundo, más herramientas tendrán para tomar decisiones pertinentes y oportunas respecto de las necesidades de sus alumnos. Por esta razón, los Programas de Estudio incluyen numerosos Indicadores de Evaluación, observaciones al docente, sugerencias de actividades y de evaluación, entre otros elementos, para apoyar la gestión curricular y pedagógica responsable de todos los estudiantes.

Orientaciones para planificar

Existen diversos métodos de planificación, caracterizados por énfasis específicos vinculados al enfoque del que provienen. Como una manera de apoyar el trabajo de los docentes, se propone considerar el diseño para la comprensión, relacionado con plantear cuestionamientos activos a los estudiantes, de manera de motivarlos a poner en práctica sus ideas y nuevos conocimientos. En este sentido, y con el propósito de promover el desarrollo de procesos educativos con foco claro y directo en los aprendizajes, se sugiere utilizar la planificación en reversa (Wiggins y McTigue, 1998). Esta mantiene siempre al centro lo que se espera que aprendan los alumnos durante el proceso educativo, en el marco de la comprensión profunda y significativa. De esta manera, la atención se concentra en lo que se espera que logren, tanto al final del proceso de enseñanza y aprendizaje, como durante su desarrollo.

Para la planificación de clases, se considera tres momentos:

1. Identificar el Objetivo de Aprendizaje que se quiere alcanzar

Dicho objetivo responde a la pregunta: ¿qué se espera que aprendan? Y se especifica a partir de los Objetivos de Aprendizaje propuestos en las Bases Curriculares y en relación con los intereses, necesidades y características particulares de los estudiantes.

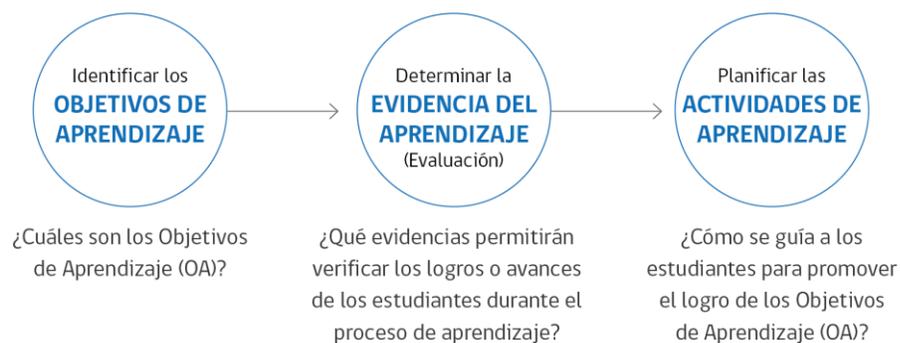
2. Determinar evidencias

Teniendo claridad respecto de los aprendizajes que se quiere lograr, hay que preguntarse: ¿qué evidencias permitirán verificar que el conjunto de Objetivos de Aprendizaje se logró? En este sentido, los Indicadores presentados en el Programa resultan de gran ayuda, dado que orientan la toma de decisiones con un sentido formativo.

3. Planificar experiencias de aprendizaje

Teniendo en mente los Objetivos de Aprendizajes y la evidencia que ayudará a verificar que se han alcanzado, llega el momento de pensar en las actividades de aprendizaje más apropiadas.

¿Qué experiencias brindarán oportunidades para adquirir los conocimientos, habilidades y actitudes que se necesita? Además de esta elección, es importante verificar que la secuencia de las actividades y estrategias elegidas sean las adecuadas para el logro de los objetivos (Saphier, Haley-Speca y Gower, 2008).



Orientaciones para evaluar los aprendizajes

La evaluación, como un aspecto intrínseco del proceso de enseñanza-aprendizaje, se plantea en estos programas con un foco pedagógico, al servicio del aprendizaje de los estudiantes. Para que esto ocurra, se plantea recoger evidencias que permitan describir con precisión la diversidad existente en el aula para tomar decisiones pedagógicas y retroalimentar a los alumnos. La evaluación desarrollada con foco pedagógico favorece la motivación de los estudiantes a seguir aprendiendo; asimismo, el desarrollo de la autonomía y la autorregulación potencia la reflexión de los docentes sobre su práctica y facilita la toma de decisiones pedagógicas pertinentes y oportunas que permitan apoyar de mejor manera los aprendizajes.

Para implementar una evaluación con un foco pedagógico, se requiere:

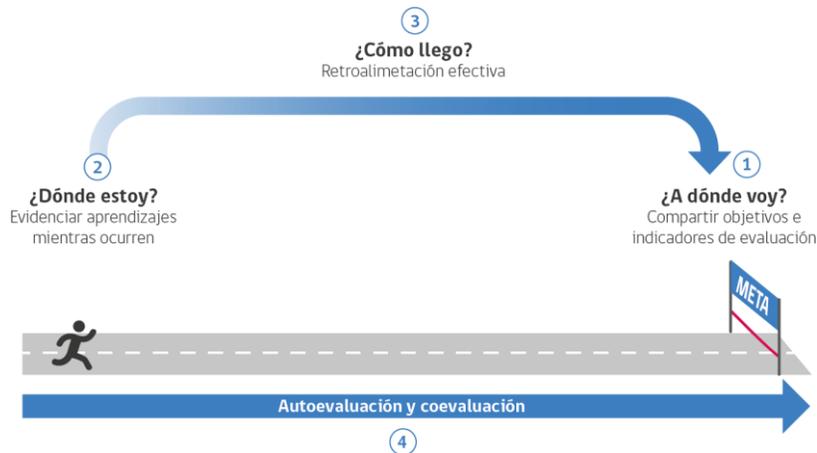
- Diseñar experiencias de evaluación que ayuden a los estudiantes a poner en práctica lo aprendido en situaciones que muestren la relevancia o utilidad de ese aprendizaje.
- Evaluar solamente aquello que los alumnos efectivamente han tenido la oportunidad de aprender mediante las experiencias de aprendizaje mediadas por el profesor.
- Procurar que se utilicen diversas formas de evaluar, que consideren las distintas características, ritmos y formas de aprender, necesidades e intereses de los estudiantes, evitando posibles sesgos y problemas de accesibilidad para ellos.
- Promover que los alumnos tengan una activa participación en los procesos de evaluación; por ejemplo: al elegir temas sobre los cuales les interese realizar una actividad de evaluación o sugerir la forma en que presentarán a otros un producto; participar en proponer los criterios de evaluación; generar experiencias de auto- y coevaluación que les permitan desarrollar su capacidad para reflexionar sobre sus procesos, progresos y logros de aprendizaje.
- Que las evaluaciones sean de la más alta calidad posible; es decir, deben representar de la forma más precisa posible los aprendizajes que se busca evaluar. Además, las evidencias que se levantan y fundamentan las interpretaciones respecto de los procesos, progresos o logros de aprendizajes de los estudiantes, deben ser suficientes como para sostener de forma consistente esas interpretaciones evaluativas.

EVALUACIÓN

Para certificar los aprendizajes logrados, el profesor puede utilizar diferentes métodos de evaluación sumativa que reflejen los OA. Para esto, se sugiere emplear una variedad de medios y evidencias, como portafolios, registros anecdóticos, proyectos de investigación grupales e individuales, informes, presentaciones y pruebas orales y escritas, entre otros. Los Programas de Estudio proponen un ejemplo de evaluación sumativa por unidad. La forma en que se diseñe este tipo de evaluaciones y el modo en que se registre y comunique la información que se obtiene de ellas (que puede ser con calificaciones) debe permitir que dichas evaluaciones también puedan usarse formativamente para retroalimentar tanto la enseñanza como el aprendizaje.

El uso formativo de la evaluación debiera preponderar en las salas de clases, utilizándose de manera sistemática para reflexionar sobre el aprendizaje y la enseñanza, y para tomar decisiones pedagógicas pertinentes y oportunas que busquen promover el progreso del aprendizaje de todos los estudiantes, considerando la diversidad como un aspecto inherente a todas las aulas.

El proceso de evaluación formativa que se propone implica articular el proceso de enseñanza-aprendizaje en función de responder a las siguientes preguntas: ¿A dónde voy? (qué objetivo de aprendizaje espero lograr), ¿Dónde estoy ahora? (cuán cerca o lejos me encuentro de lograr ese aprendizaje) y ¿Qué estrategia o estrategias pueden ayudarme a llegar a donde tengo que ir? (qué pasos tengo que dar para acercarme a ese aprendizaje). Este proceso continuo de establecer un objetivo de aprendizaje, evaluar los niveles actuales y luego trabajar estratégicamente para reducir la distancia entre los dos, es la esencia de la evaluación formativa. Una vez que se alcanza una meta de aprendizaje, se establece una nueva meta y el proceso continúa.



Para promover la motivación para aprender, el nivel de desafío y el nivel de apoyo deben ser los adecuados –en términos de Vygotsky (1978), estar en la zona de desarrollo próximo de los estudiantes–, para lo cual se requiere que todas las decisiones que tomen los profesores y los propios alumnos se basen en la información o evidencia sobre el aprendizaje recogidas continuamente (Griffin, 2014; Moss & Brookhart, 2009).

Estructura del programa

Propósito de la unidad

Resume el objetivo formativo de la unidad, actúa como una guía para el conjunto de actividades y evaluaciones que se diseñan en cada unidad. Se detalla qué se espera que el estudiante comprenda en la unidad, vinculando los contenidos, las habilidades y las actitudes de forma integrada.

Objetivos de aprendizaje (OA)

Definen los aprendizajes terminales del año para cada asignatura. En cada unidad se explicitan los objetivos de aprendizaje a trabajar.

Las actividades de aprendizaje

El diseño de estas actividades se caracteriza fundamentalmente por movilizar conocimientos, habilidades y actitudes de manera integrada que permitan el desarrollo de una comprensión significativa y profunda de los Objetivos de Aprendizaje. Son una guía para que el profesor o la profesora diseñen sus propias actividades de evaluación.

Programa de Estudio Expresión Corporal y Danza 3° o 4° medio

Unidad 1

Unidad 1: Conciencia corporal: sensación y percepción

Propósito
Se espera que los estudiantes desarrollen la capacidad de expresar sus sensaciones, imaginarios, emociones e ideas por medio de la expresión corporal, transformando la percepción de sí mismo desde experiencias vinculadas a la danza que impulsen el desarrollo de la sensibilidad corporal y la creación. Para ello, pueden guiarse por las siguientes preguntas: ¿Cómo se relaciona la expresión corporal con el movimiento? ¿De qué manera la exploración mediante el movimiento varía mi expresión corporal? ¿Cómo se desarrollan mis habilidades sensoriales y motrices por medio de la improvisación? ¿Por qué el movimiento cambia la percepción sensorial y viceversa?

Objetivos de Aprendizaje

OA 1
Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4
Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

Unidad de Currículum y Evaluación
Ministerio de Educación, febrero 2021

11

Programa de Estudio Expresión Corporal y Danza 3° o 4° medio

Unidad 1

Actividad 1: Percibiendo mi corporalidad y mis habilidades desde la interacción

PROPÓSITO
Se pretende que los estudiantes desarrollen las habilidades motrices y sensoriales que les permitan manifestar y reflexionar sobre cómo la expresión corporal es inherente a nuestras acciones y cómo a partir de su singularidad con la que aborda el movimiento y considera las posibilidades de exploración del movimiento junto a otros.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1
Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4
Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

ACTITUDES

- Pensar con conciencia, reconociendo que los errores ofrecen oportunidades para el aprendizaje.
- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.

DURACIÓN
12 horas

DESARROLLO
Los jóvenes se reúnen en grupos de 5 a 6 integrantes para responder la pregunta: ¿Qué significa expresión corporal para cada uno? Cada uno escribe al menos un concepto, en un papel por grupo. Al terminar, cada grupo pega su papel en la pared y todo el curso lee las respuestas de todos.
El grupo se desplaza caminando en diferentes direcciones, variando las trayectorias de piso (líneas imaginarias que van creando los pies al desplazarse); pueden usar líneas curvas o rectas, amplias o cerradas. Poco a poco van integrando consignas que permitan diversificar la habilidad de caminar; la premisa es mantener el desplazamiento en constante exploración. Pregúntales: ¿cómo puedes variar la caminata? Luego se introduce la noción de tiempo por medio de las velocidades (rápido/lento, acelerar/desacelerar, súbito/sostenido, suspensión) y duraciones; hay que permitir que el grupo decida simultáneamente, sin hablar, cuándo detener la caminata-carrera y cuál será la velocidad al continuar. La premisa es simultaneidad, variedad en la duración y en la intensidad, y usar una mirada periférica.

Unidad de Currículum y Evaluación
Ministerio de Educación, febrero 2021

12

Indicadores de evaluación

Detallan uno o más desempeños observables, medibles, específicos de los estudiantes que permiten evaluar el conjunto de Objetivos de Aprendizaje de la unidad. Son de carácter sugerido, por lo que el docente puede modificarlos o complementarlos.

Orientaciones para el docente

Son sugerencias respecto de cómo desarrollar mejor una actividad. Generalmente indica fuentes de recursos posibles de adquirir, (vínculos web), material de consulta y lecturas para el docente y estrategias para tratar conceptos habilidades y actitudes.

Recursos

Se especifican todos los recursos necesarios para el desarrollo de la actividad. Especialmente relevante, dado el enfoque de aprendizaje para la comprensión profunda y el de las Habilidades para el Siglo XXI, es la incorporación de recursos virtuales y de uso de TIC.

Actividades de evaluación sumativa de la unidad

Son propuestas de evaluaciones de cierre de unidad que contemplan los aprendizajes desarrollados a lo largo de ellas. Mantienen una estructura similar a las actividades de aprendizaje.

Programa de Estudio Expresión Corporal y Danza 3° o 4° medio
Unidad 1

Actividad de evaluación

PROPÓSITO
Se pretende evaluar y que el estudiante se autoevalúe respecto de su improvisación y reflexión en grupo; se pone énfasis en la exploración por medio del movimiento, la interacción con otros y con las sensaciones y posibilidades de movimiento.

| Objetivos de Aprendizaje | Indicadores de Evaluación |
|--|---|
| <p>OA 1 Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> <p>OA 4 Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.</p> | <ul style="list-style-type: none"> Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada. Aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento. Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación. Reflexionan de manera grupal sobre su autoevaluación y proponen mejoras para el desarrollo de la propia corporalidad. |

DURACIÓN
3 horas

DESARROLLO
Mediante la siguiente escala de apreciación, el docente puede evaluar el proceso de la unidad, considerando un instrumento de heteroevaluación y autoevaluación. La heteroevaluación se realiza cuando improvisan en grupo y hacen la reflexión final.

Unidad de Currículum y Evaluación
Ministerio de Educación, febrero 2021
49

Expresión Corporal y Danza

Propósitos Formativos

Las asignaturas de Educación Física y Salud buscan que los estudiantes desarrollen conocimientos, habilidades, actitudes que les permitan mantener un estilo de vida activo y saludable. En esta asignatura, se les otorga oportunidades de aprendizaje para que puedan mejorar su calidad de vida y la de su comunidad, mediante la práctica regular de actividad física. También se propone incentivar la práctica regular de actividad física a partir de sus gustos, intereses, motivaciones personales y colectivas, y que usen los espacios públicos para diversos tipos de ejercicio físico, aprovechando distintas aplicaciones tecnológicas que favorezcan su desempeño motriz; la finalidad es que promuevan un estilo de vida activa y saludable en su curso, familia y comunidad. Se espera que, en estas instancias, tomen decisiones informadas de manera autónoma y situada; que consideren la inclusión, la diversidad, la participación y el valor del bienestar humano para adherirse a un estilo de vida activo; y que asuman diversos roles y acciones para desarrollar sus habilidades sociales y su autocuidado.

Finalmente, se pretende que sean capaces de promover el bienestar, el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable en su comunidad; para ello, tendrán que aplicar y liderar programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales en el medio natural, usar responsablemente los espacios públicos y asumir compromisos para contribuir al bienestar personal y social en su entorno.

Enfoque de las Asignaturas de Educación Física y Salud

A continuación, se presenta las principales definiciones conceptuales y didácticas en que se sustentan tanto la asignatura del Plan de Común de Formación General –Educación Física y Salud– como las de profundización del Plan Diferenciado Humanístico-Científico: “Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo”, “Expresión Corporal” y “Promoción de Estilos de Vida Activos y Saludables”.

Para implementar curricularmente estas asignaturas en el establecimiento educativo, son esenciales la participación, la inclusión, la diversidad, la valoración del otro en comunidad, el esfuerzo personal y colectivo, y la autosuperación en torno a las diversas manifestaciones de la motricidad humana. Se debe respetar los gustos, intereses y motivaciones de todos los alumnos y establecer la clase de Educación Física como un espacio de encuentro, salud, gratificación personal y colectiva; es inclusiva, variada y amplia en su implementación y ejecución, y fortalece la autonomía, el trabajo colaborativo y todas las expresiones humanas que incluye. Asimismo, permite que los jóvenes sean artífices de su aprendizaje, que es algo fundamental para su vida.

Habilidades motrices especializadas

Las habilidades motrices especializadas –relacionadas con las formas de movimiento con carácter especializado– permiten que los estudiantes utilicen y evalúen sus habilidades de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de actividades físicas y deportivas que les interesen, en

diversos momentos y entornos. Asimismo, les dan oportunidades para que resuelvan problemas de manera creativa y segura por medio del juego, el deporte, las danzas y las actividades motrices en el medio natural y en espacios de colaboración; así pueden desarrollar valores en instancias para el aprendizaje individual y colectivo, respetando el medio natural y social.

Para el desarrollo de las habilidades motrices especializadas, se espera que se utilicen diversas manifestaciones socio-motrices que consideren la cultura juvenil; implementarlas dependerá de los contextos, las condiciones geográficas y climáticas, la infraestructura disponible, los intereses y la realidad cultural de los estudiantes.

Vida activa saludable

Las asignaturas promueven la práctica regular de actividad física en diversos entornos. Se promueve que los jóvenes diseñen y evalúen sus propios planes de ejercicio físico de acuerdo con sus necesidades e intereses, considerando su nivel de maduración, sus habilidades y el avance en los niveles de su condición física. También se propicia que planifiquen y promuevan actividades físicas recreativas y/o deportivas, y que reconozcan los efectos positivos de llevar una vida activa saludable.

Mediante la actividad física, pueden desarrollar competencias, habilidades, aptitudes, actitudes, valores y conocimientos para comprender lo importante que es adherir a un estilo de vida activo saludable. La práctica regular de actividad física propone una serie de beneficios en diversos ámbitos: mejora del estado de salud y de la calidad de vida de las personas, aumenta el rendimiento cognitivo y favorece las distintas capacidades para tomar decisiones, por lo que influye positivamente en las relaciones en los grupos humanos.

Comunidades activas saludables

Se espera que los estudiantes asuman un rol protagónico para construir comunidades activas saludables; esto implica que diseñen y lleven a cabo programas de práctica regular de actividad física, usando los espacios públicos con sentido de comunidad, para promover la adquisición de un estilo de vida activo saludable. En este sentido, se espera que la actividad física, el juego y el deporte sean una plataforma para la inclusión social, donde pongan en juego los valores personales, sociales y de competencia –como la amistad, el respeto al otro, la serenidad frente a la victoria o la derrota, la honestidad, la paciencia y la integridad, entre otras–, en un contexto que fortalezca el autocuidado, el sentido de identidad y pertenencia, el respeto a sí mismo, a los demás y al medio natural.

Aprendizaje Basado en Proyectos y Resolución de Problemas

Toda asignatura ofrece oportunidades para que los estudiantes aborden problemas vinculados a su vida cotidiana. El Aprendizaje Basado en Proyectos promueve que se organicen durante un periodo extendido de tiempo en torno a un objetivo basado en una pregunta compleja, problema, desafío o necesidad –normalmente surgida desde sus propias inquietudes– que pueden abordar desde diferentes perspectivas y áreas del conocimiento, fomentando la interdisciplinariedad. El proyecto culmina con la elaboración de un producto o con la presentación pública de los resultados. En el Aprendizaje Basado en Problemas, en cambio, se parte de la base de preguntas y problemas y necesidades cotidianas, sobre los cuales los alumnos investigan y proponen soluciones.

En el caso de Educación Física, se puede desarrollar proyectos con temas que interesen a los alumnos y que promuevan la actividad física, la salud y la calidad de vida de la comunidad educativa. Para ello, movilizan conocimientos, habilidades y actitudes durante un periodo extendido de tiempo, que se fortalecen en la trayectoria del propio proyecto; ello potencia el trabajo en equipo, la participación e inclusión de todos los jóvenes a fin de mejorar su bienestar, dentro o fuera del establecimiento educativo.

Ciudadanía digital

Las habilidades de alfabetización digital y de uso de tecnologías que se promueven en las Bases Curriculares de 3° y 4° medio, como parte de las Habilidades para el siglo XXI, son fundamentales para generar instancias de colaboración, comunicación, creación e innovación en los estudiantes mediante el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC). También contribuyen a que desarrollen la capacidad de utilizarlas con criterio, prudencia y responsabilidad.

Las TIC son una extensión natural en la asignatura de Educación Física y Salud. Los estudiantes pueden emplear dispositivos electrónicos como podómetros, monitores cardíacos, relojes inteligentes, entre otros, para monitorear su condición física en diversas actividades relacionadas con el ejercicio físico y su estado de salud personal y el de otros. Asimismo, los pueden utilizar como una herramienta para desarrollar habilidades investigativas; por ejemplo: evaluar su nivel de condición física o mejorar su rendimiento al practicar un deporte de su interés.

Organización Curricular

Módulos

En este ciclo, la asignatura de Educación Física y Salud presenta una organización en dos módulos (horas) anuales que no son progresivos. Estos módulos no se encuentran definidos para un nivel determinado. Se puede ofrecer ambos en 3° y 4° medio o solo uno de ellos en cualquiera de los dos niveles, según las necesidades educativas del establecimiento educacional.

Para las asignaturas de profundización del Plan Diferenciado Humanístico-Científico, Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo, Expresión Corporal y Promoción de Estilos de Vida Activos y Saludables, se considera seis módulos (horas) para abordar estas áreas y profundizarlas. Se las puede ofrecer también para 3° y 4° medio, en cualquiera de los dos niveles, según las necesidades educativas de cada establecimiento.

Habilidades

En ambos módulos se ofrece oportunidades para que los alumnos desarrollen habilidades motrices especializadas de locomoción, estabilidad y movimiento. A su vez, los aprendizajes de la asignatura favorecen las siguientes Habilidades para el siglo XXI:

Pensamiento crítico: Se promueve que los estudiantes sean capaces de resolver situaciones reales asociadas a la inactividad física, al sedentarismo, la obesidad y, por otra parte, a la práctica regular de actividad física, a partir del aprendizaje de diversos deportes individuales y colectivos, la convivencia en su grupo y en la comunidad educativa, la violencia que pueda ocurrir en eventos deportivos

organizados en el establecimiento, la escasa utilización de los espacios públicos recreacionales, entre otros aspectos que interesen a los jóvenes y que los incentiven a reflexionar, analizar y discutir para proponer soluciones, de manera organizada y consensuada, para el bienestar humano en su comunidad.

Colaboración: Educación Física y Salud fomenta y desarrolla experiencias colaborativas profundas que favorecen la solidaridad entre pares, generan vínculos entre las personas y valoran la participación de toda la comunidad educativa. En este nivel, pueden aumentar su independencia y la responsabilidad sobre su autocuidado, al involucrarlos en la preparación, organización y gestión de diferentes actividades en el establecimiento y el medio natural.

Responsabilidad personal y social: La asignatura impulsa la actividad física, el deporte, la expresión corporal, el juego, las actividades motrices en contacto con la naturaleza y las distintas manifestaciones de la motricidad humana como la base para la formación de aspectos éticos y valóricos fundamentales en el ser humano, que fortalecen la responsabilidad personal y social de los estudiantes en su comunidad. En este sentido, afianza su identidad, el sentido de pertenencia a su comunidad y el respeto por sí mismo y por los demás.

Actitudes

Las Bases Curriculares de 3° y 4° medio definen un marco general de actitudes, transversal a las asignaturas, en concordancia con las Habilidades para el siglo XXI. Estas habilidades sintetizan la progresión de actitudes a lo largo de la vida escolar, necesarias para desenvolverse en el presente siglo. Las actitudes se integran con las habilidades y con los conocimientos específicos desarrollados en los Objetivos de Aprendizaje de la asignatura. Corresponderá al docente incorporar en su planificación aquellas que sean pertinentes a la asignatura.

Objetivos de Aprendizaje

Las Bases Curriculares de Educación Física y Salud incluyen objetivos cuya naturaleza y foco son habilidades de pensamiento crítico, colaboración, alfabetización digital y responsabilidad personal y social. Estos objetivos se entrelazan en el proceso de enseñanza-aprendizaje, junto con las actitudes propuestas desde el marco de las Habilidades para el siglo XXI.

Objetivos de Aprendizaje para 3° o 4° medio

Se espera que los estudiantes sean capaces de:

1. Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.
2. Descubrir un lenguaje corporal propio, a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.
3. Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad, diferentes posibilidades de movimiento.
4. Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

Visión Global del año

| UNIDAD 1 | UNIDAD 2 | UNIDAD 3 | UNIDAD 4 |
|---|---|--|--|
| CONCIENCIA CORPORAL: SENSACIÓN Y PERCEPCIÓN | AGILIDAD Y EXPRESIVIDAD | LENGUAJE CORPORAL | EXPRESIÓN Y CREACIÓN EN DANZA |
| Objetivos de Aprendizaje | Objetivos de Aprendizaje | Objetivos de Aprendizaje | Objetivos de Aprendizaje |
| <p>OA 1 Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> <p>OA 4 Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.</p> | <p>OA 4 Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.</p> <p>OA 3 Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.</p> | <p>OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.</p> <p>OA 3 Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.</p> | <p>OA 1 Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> <p>OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.</p> |

| Actitudes | Actitudes | Actitudes | Actitudes |
|--|--|--|--|
| <p>Pensar con conciencia, reconociendo que los errores ofrecen oportunidades para el aprendizaje.</p> <p>Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.</p> <p>Trabajar colaborativamente en la generación, desarrollo y gestión de proyectos y la resolución de problemas, integrando las diferentes ideas y puntos de vista.</p> | <p>Pensar con conciencia de que los aprendizajes se desarrollan a lo largo de la vida y que enriquecen la experiencia.</p> <p>Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.</p> <p>Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.</p> | <p>Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.</p> <p>Aprovechar las herramientas disponibles para aprender y resolver problemas</p> <p>Tomar decisiones democráticas, respetando los derechos humanos, la diversidad y la multiculturalidad.</p> | <p>Pensar con apertura hacia otros para valorar la comunicación como una forma de relacionarse con diversas personas y culturas, compartiendo ideas que favorezcan el desarrollo de la vida en sociedad.</p> <p>Participar asumiendo posturas razonadas en distintos ámbitos: cultural, social, político, medioambiental, entre otros.</p> <p>Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.</p> |
| <p>Tiempo estimado</p> | <p>Tiempo estimado</p> | <p>Tiempo estimado</p> | <p>Tiempo estimado</p> |
| <p>10 semanas</p> | <p>10 semanas</p> | <p>10 semanas</p> | <p>8 semanas</p> |

Unidad 1

Unidad 1: Conciencia corporal: sensación y percepción

Propósito

Se espera que los estudiantes desarrollen la capacidad de expresar sus sensaciones, imaginarios, emociones e ideas por medio de la expresión corporal, transformando la percepción de sí mismo desde experiencias vinculadas a la danza que impulsen el desarrollo de la sensibilidad corporal y la creación. Para ello, pueden guiarse por las siguientes preguntas: ¿Cómo se relaciona la expresión corporal con el movimiento? ¿De qué manera la exploración mediante el movimiento varía mi expresión corporal? ¿Cómo se desarrollan mis habilidades senso-perceptivas y motrices por medio de la improvisación? ¿Por qué el movimiento cambia la percepción sensorial y viceversa?

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

Actividad 1: Percibiendo mi corporalidad y mis habilidades desde la interacción

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes desarrollen las habilidades motrices y senso-perceptivas que les permitan manifestar y reflexionar sobre cómo la expresión corporal es inherente a nuestras acciones y cómo a partir de su singularidad con la que aborda el movimiento y considera las posibilidades de exploración del movimiento junto a otros.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

ACTITUDES

- Pensar con conciencia, reconociendo que los errores ofrecen oportunidades para el aprendizaje.
- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Los jóvenes se reúnen en grupos de 5 a 6 integrantes para responder la pregunta: ¿Qué significa expresión corporal para cada uno? Cada uno escribe al menos un concepto, en un papel por grupo. Al terminar, cada grupo pega su papel en la pared y todo el curso lee las respuestas de todos.

El grupo se desplaza caminando en diferentes direcciones, variando las trayectorias de piso (líneas imaginarias que van creando los pies al desplazarse); pueden usar líneas curvas o rectas, amplias o cerradas. Poco a poco van integrando consignas que permitan diversificar la habilidad de caminar; la premisa es mantener el desplazamiento en constante exploración. Pregúnteles: ¿Cómo puedes variar la caminata? Luego se introduce la noción de tiempo por medio de las velocidades (rápido/lento, acelerar/desacelerar, súbito/sostenido, suspensión) y duraciones; hay que permitir que el grupo decida simultáneamente, sin hablar, cuándo detener la caminata-carrera y cuál será la velocidad al continuar. La premisa es simultaneidad, variedad en la duración y en la intensidad, y usar una mirada periférica

(en 180 grados, a diferencia de una mirada focal concentrada en una persona o acción) para lograr la coordinación grupal.

Todos los estudiantes están detenidos en el espacio, en uno o dos círculos, dependiendo del espacio, de modo que todos se puedan ver. Se introduce 6 pelotas de tenis: las van lanzando y atrapando, primero solo una y lentamente van incorporando las 6; luego se incluye el desplazamiento continuo con diferentes velocidades durante la acción de lanzar y atrapar. Tienen que mantener las pelotas siempre en movimiento en el aire. Pregúnteles: ¿Cómo puedes variar la manera de lanzar y atrapar? Deben explorar diversas maneras de hacerlo, manteniendo las variaciones en el desplazamiento; Después pregúnteles cuál es el peso y la trayectoria que trae la pelota y cuál imprimo al lanzar, para aprovechar el peso y la trayectoria para variar el movimiento cada vez que atrapan y lanzan. Aprovechan el peso para ir al suelo, rodar, girar, saltar y lanzar, y combinar habilidades básicas. La exploración en esta etapa se centra en diversificar las habilidades básicas desde la interacción con los compañeros por medio de la acción de atrapar/lanzar y todas las acciones que deseen realizar, manteniendo la continuidad del movimiento y sus variaciones.

Se organizan en dúos. Un integrante cierra los ojos y explora desplazarse por el espacio, variando las habilidades básicas antes exploradas, sin pelota y a una velocidad lenta y continua. Puede evocar sensaciones ya exploradas o imaginar nuevas, indagar en las sensaciones de peso, trayectoria y en las diferentes habilidades, buscando dibujar con su cuerpo diferentes trayectorias espaciales (líneas imaginarias en el espacio que se crean con las diferentes partes del cuerpo). Su compañero observa y lo cuida para que no se golpee ni golpee a otros. Al terminar la exploración con los ojos cerrados, cambian de roles y luego comparten sensaciones de la experiencia.

Para finalizar, pregunte nuevamente al curso: ¿Qué significa expresión corporal para cada uno? Reflexionan sobre la práctica vivida, la inherencia de la expresión corporal en nuestras acciones, la singularidad con que cada uno aborda el movimiento y las posibilidades de seguir desarrollando la expresión corporal al explorar el movimiento junto a otros.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al variar las consignas de exploración para adecuarla a los grados de integración de cada integrante. Por ejemplo, pregunte:

¿Cómo pueden desplazarse proponiendo nuevas trayectorias, niveles espaciales, velocidades, formas de movimiento? ¿Cómo pueden desplazarse imaginando el suelo con diferentes texturas (arena, agua, pasto, calor, entre otras)?

Ahora cambian las pelotas por botellas pequeñas de plástico rellenas con semillas o agua para tener referencias sonoras o de peso dinámico, respectivamente.

Propóngales que expresen con palabras las relaciones entre expresión corporal y movimiento y lo compartan con el curso (para algunos estudiantes es un desafío) o lo registren de manera personal.

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con la temporalidad (velocidades y duración) y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar esas nociones con seguridad; por ejemplo, si surgen dificultades para desplazarse en diferentes niveles, se propone más tiempo de exploración solo en un nivel y así lo diferencian.

Cada vez que observe que no están integrando las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a hacer movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los compañeros. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

En las instancias de exploración con y sin material, observe que utilicen diversas habilidades motrices y perceptivas, combinándolas e integrando continuidad del movimiento al hacerlo. Recuérdeles que cuiden su propio cuerpo y el cuerpo de sus compañeros.

Observe durante toda la clase que participen individual y colectivamente con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás.

Conexión Interdisciplinaria
Filosofía

OA2
3° medio

Al analizar la relación entre la práctica vivenciada y el concepto de expresión corporal, procure que enuncien sus puntos de vista.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo en relación con el espacio y el tiempo.
- Experimentan posibilidades de movimiento desde diferentes sensaciones, sentidos, ideas y emociones.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

Acompañe la práctica con diferentes preguntas para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, de modo que les permitan manifestar su respectiva expresión corporal e interactuar entre ellos; por ejemplo: ¿Cómo pueden variar los desplazamientos? ¿Cómo pueden resolver como curso detenerse y avanzar simultáneamente sin hablar? ¿Cómo pueden variar la duración e intensidad de sus movimientos? ¿Cómo pueden variar la manera de lanzar y atrapar? ¿Qué fue lo más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar más posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos, y genera un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada alumno.

Se recomienda utilizar un espacio cerrado de la escuela con piso adecuado para desplazarse por el suelo sin riesgo. Poner énfasis en que exploren el movimiento y darles tiempo para que encuentren nuevas maneras de moverse. Asimismo, hay que plantearles preguntas que favorezcan el descubrimiento guiado y la toma de conciencia del propio cuerpo y el de los demás. Si el espacio lo permite, que practiquen a pies descalzos, con o sin calcetines, dependiendo de la temperatura y la textura del suelo.

Se recomienda adecuar las prácticas al contexto de los alumnos y del espacio, y crear las variantes necesarias dependiendo de cada particularidad; por ejemplo: cambiar la habilidad de caminar por

desplazarse si el contexto lo requiere (personas con movilidad reducida) o la habilidad de lanzar/atrapar por trasladar o empujar/recibir con las manos por diferentes partes del cuerpo.

Es importante darles tiempo para que prueben diferentes combinaciones de movimiento y sensaciones, y enfatizar en que presten atención al movimiento, las sensaciones y las partes del cuerpo que se van integrando en la acción.

Recursos y sitios web como Youtube, Vimeo, entre otros:

- Danza Sur Documental
- Asymmetrical Motion 2017 / Lucas Condro
- Body Action / Francisco Córdova
- To be / Physical Momentum / Francisco Córdova

Músicas sugeridas

- Prietto - Baño de bosque
- Sona Jobarteh – Jarabi
- Kinetica Disco III Full Album

Actividad 2: Articularidad: conciencia global y diferenciada del movimiento

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes aumenten la complejidad de sus habilidades motrices y sensorceptivas, propiciando que se manifiesten mediante su respectiva expresión corporal. Asimismo, se busca promover que tomen conciencia del cuerpo para independizar e integrar los movimientos, variando el tono muscular y generando diferentes sensaciones corporales.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

ACTITUDES

- Pensar con conciencia, reconociendo que los errores ofrecen oportunidades para el aprendizaje.
- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.

DURACIÓN

10 horas

DESARROLLO

De pie o acostados (se recomienda acostados si la infraestructura lo permite), cierran los ojos y llevan la atención a la respiración (proceso de inhalar y exhalar) y sus sensaciones. Tienen que percibir cómo se expande el cuerpo durante la inhalación y, cada vez exhalan, se busca que relajen el cuerpo, dejando que su peso se “vierta” en el suelo, conservando la posición. Puede plantearles una imagen como la siguiente: Imagina una botella con agua que, por efecto de la gravedad, se vierte hacia la parte inferior de la botella. Pueden abrir los ojos o continuar con los ojos cerrados, poco a poco comienzan a tensar todo el cuerpo (aumentar el tono muscular por medio de la contracción isométrica y/o isotónica) y relajarlo completamente, exploran repetidamente el ir de la máxima relajación a la máxima tensión, usando la musculatura de todo el cuerpo simultáneamente; cabe enfatizar en la simultaneidad de todo el cuerpo y variar los tiempos de contracción y relajación.

Para profundizar en la variación de tiempo, pueden contar; por ejemplo: “Vamos a relajar en 8 tiempos y contraer en 2”.

Con los ojos abiertos o cerrados, toman una posición cómoda en el suelo para explorar la independencia de las partes mediante el movimiento. Dígales que comiencen explorando el movimiento de los dedos de los pies, es importante ser preciso: «solo dedos de los pies», para que sientan la movilidad y la independencia específica que tienen en relación con el pie. Siguen replicando la misma exploración en dirección a la cabeza, pasando por el pie (que incluye dedos) en independencia de la pierna, pierna (que incluye al pie y los dedos) en independencia del muslo; así sucesivamente, muslo, pelvis, columna, dedos de las manos, manos, antebrazos, brazos, para concluir con cabeza en independencia de la columna.

Se sugiere guiar la experiencia desde referencias anatómicas; por ejemplo: nombrar las articulaciones, huesos o músculos de las diferentes partes movilizadas. Asimismo, cabe incluir planos de movimiento y referencias espaciales que les permitan descubrir las posibilidades de cada articulación.

Hay que acompañar el relato de la exploración con la pregunta ¿cómo se siente? Por ejemplo: ¿Cómo se siente mover solo la columna sin las extremidades? No se espera que respondan, sino que tomen conciencia de cada parte.

Con los ojos abiertos, exploran el movimiento de las diferentes partes del cuerpo, percibiendo la independencia de las partes y la movilidad que ellas provocan en otras partes del cuerpo; por ejemplo: el brazo en la columna. Van explorando la independencia de las partes y cómo el movimiento puede viajar a otras partes del cuerpo en un flujo secuencial (movimiento que ocurre en una parte del cuerpo y otra continúa), “despertando” la movilidad de las articulaciones, tanto de la periferia al centro como del centro a la periferia. Otra variante es moverse-desplazarse articulando las extremidades “sin movilizar la columna” y luego integrar la columna en la exploración para que perciban el contraste.

Pueden diversificar la exploración mediante el tiempo, la energía y el espacio. Si necesitan música, cabe preferir las que no se relacionen con estilos de bailes para no influenciar en la exploración; se recomienda elegir músicas con variantes rítmicas y paisajes sonoros.

En dúos, un integrante explora las posibilidades del movimiento de cada parte de su cuerpo de manera independiente, buscando activar un flujo secuencial de movimiento –de un segmento del cuerpo pasa al siguiente– y un flujo simultáneo de movimiento; es decir, todas las partes del cuerpo se integran al mismo tiempo. El otro alumno observa, luego cambio de rol y al terminar comparten las observaciones.

Integrando lo que dijo el compañero, vuelven a explorar agregando cambios de tono muscular, desplazamientos, cambios de niveles espaciales y observan a las otras personas que están bailando junto a ellos para incluir otras maneras de explorar.

Los cambios de tono muscular explorados al comienzo de la clase favorecen la experimentación en este momento de la práctica; haga referencias a danzas urbanas como el *break dance*.

Luego deles un tiempo para que exploren de manera independiente y bailen desde estas premisas, observando la danza de los compañeros.

Terminan la experiencia compartiendo apreciaciones sobre la práctica en relación con las nuevas posibilidades de movimiento, las sensaciones de percibir diferentes partes del cuerpo, sus relaciones e independencias, y cómo observar las danzas de los compañeros enriquece la danza de cada uno.

Observe que exploren mediante la toma de conciencia articular y las posibilidades de movimiento de las articulaciones. Asimismo, que distingan las partes del cuerpo desde la diferenciación articular, aumentando su complejidad al combinarlas y disociarlas por medio del movimiento.

Procure que integren flujo secuencial y simultáneo al movimiento, variando el tono muscular y las posibilidades espaciales durante la improvisación.

Es importante observar que las interacciones entre compañeros se desarrollen con una actitud responsable, respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás.

Al colaborar con los demás en las instancias de retroalimentación, observe que aporten con sus puntos de vista.

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con el tiempo (velocidades y duración) y el espacio (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar con seguridad esas nociones; por ejemplo: si surgen dificultades para disociar el movimiento de la columna del movimiento de las extremidades, déles más tiempo para que exploren esas diferencias en una velocidad lenta. Esto les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

En los procesos de improvisación en parejas, puede ir preguntándoles y orientándolos por dúos para que exploren los objetivos. Si tienen dificultades para trabajar en pareja, dé alternativas para que sigan explorando de manera individual o grupal.

Cada vez que observe que no están integrando las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales de sí mismos y de los compañeros.

La práctica propuesta aumenta su complejidad si, en parejas, ambos exploran simultáneamente relaciones de contrastes; por ejemplo: uno se mueve con flujo secuencial y el otro se mueve simultáneamente o uno se mueve con un flujo secuencial de brazo a brazo y el otro explora secuencialidad en las piernas, «siempre se diferencian».

La clase termina con una exposición oral de los alumnos donde exponen los diferentes rangos articulares y sus diferencias, según lo que investigaron durante la práctica, y cómo perciben las limitaciones articulares durante el movimiento.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo en relación con el espacio y el tiempo.
- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada.
- Aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento.

Para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso perceptivas, propiciando que ellas permitan a cada alumno manifestar su expresión corporal, el docente acompaña la práctica con diferentes preguntas:

¿Cómo se siente mover las partes del cuerpo de manera diferenciada? ¿Cómo se siente mover todas las partes del cuerpo de manera simultánea? ¿Cómo pueden generar un flujo de movimiento que combine flujo secuencial y flujo simultáneo? ¿Cómo permite la variación del tono muscular ampliar mis rangos articulares y la conciencia de las partes del cuerpo? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo me ayudan los movimientos de mis compañeros a encontrar más posibilidades de expresión?

Promueva que tomen conciencia de las partes del cuerpo para independizar e integrar los movimientos, variando el tono muscular y generando diferentes sensaciones corporales.

Es importante dar tiempo para que investiguen en diferentes combinaciones de movimiento, que encuentren nuevas maneras de abordar el movimiento y, posteriormente, aportar con consignas que favorezcan el descubrimiento guiado. Cabe enfatizar en el cuidado del propio cuerpo, tomando conciencia de sus rangos articulares.

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Practicar con los ojos cerrados permite que la atención se focalice en otros sentidos, aumentando la percepción de ellos, para facilitar este proceso. Se recomienda que utilicen “antifaz para dormir” o una tela que no presione el globo ocular.

Se sugiere propiciar un ambiente de seguridad y respeto para ir desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone y evaluar si se requiere complementar la práctica con ambientes sonoros-musicales que promuevan la interacción desde la audición. Es importante dar espacio al silencio para generar exploraciones solo desde el movimiento y las sensaciones; si se utiliza músicas, se recomiendan sin letras o con letras de diferentes culturas, con variantes rítmicas e instrumentales, paisajes sonoros diversos que promuevan imaginarios.

Si les resulta difícil identificar las articulaciones que desean movilizar, permita que exploren a dúo: un compañero indica la articulación que debe movilizarse con un toque superficial, para precisar la activación y las posibilidades de movimiento. Se recomienda activar al inicio de la clase conocimientos

previos en relación con las articulaciones: dónde se encuentran, cuáles son sus funciones y movimientos, y apoyar con imágenes anatómicas e información relevante para el cuidado.

Es importante darles tiempo para probar diferentes combinaciones de movimiento y enfatizar en que presten atención a los diferentes movimientos y partes del cuerpo que se van integrando en la acción.

Para motivarlos, se sugiere comenzar con algunos videos de danza donde los bailarines exploren y/o interpreten desde sus movilidades articulares; se propone *Lucas Condró / Asymmetrical-Motion* y/o *Poppin-Hood Weller Break Dance 2011*.

Recursos y sitios web como Youtube, Vimeo, entre otros:

- Taller de Dance Ability por Alito Alessi Plataforma MEC 2007
- Lucas Condró / Asymmetrical-Motion
- Poppin-Hood Weller Break Dance 2011
- The Puppet & The Puppet Master | @jajavankova & @bdash_2 | WOD Boston

Músicas sugeridas

- Nicola Cruz Boiler Room Tulum x Comunita Live Set
- Nicola Cruz - Criançada (con Castello Branco)
- Kokoroko Afrobeat Collective - Colonial Mentality | Sofar London

Actividad 3: Movimiento, tacto y contacto

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes sensibilicen su sentido del tacto con sus diferentes receptores, como la presión, vibración, temperatura, entre otros, para que se abra el diálogo sobre la danza de contacto y su valoración, y se explicita la importancia del consentimiento y la libertad para expresarse en total confianza.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

ACTITUDES

- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.
- Trabajar colaborativamente en la generación, desarrollo y gestión de proyectos y la resolución de problemas, integrando las diferentes ideas y puntos de vista.

DURACIÓN

14 horas

DESARROLLO

Los jóvenes ven un video de improvisación de danza de contacto³ y dialogan sobre ese tipo de danza, el contacto y su valoración. Se explicita la importancia del consentimiento y la libertad para expresar en total confianza si alguno de los alumnos no desea participar en la práctica. De ser así, se creará las variantes, que pueden ir desde elegir con quién practicar hasta generar contacto con otras materialidades (pared, suelo, objetos...) o con el propio cuerpo; por ejemplo: la mano derecha toca el pie izquierdo. El profesor explica que lo central de la actividad es sensibilizar el sentido del tacto⁴ con sus diferentes receptores (presión, vibración, temperatura, entre otros) y cómo se usa el peso y el equilibrio en las diferentes organizaciones corporales.

³ Se recomienda *Sophie & Itay Yatuv (Contact Improvisation Festival: Ibiza)* y/o *Contact Improvisation - Moments of practice, with Irene Sposetti & Johan Nilsson*

⁴ Se sugiere dar a conocer o profundizar en el sentido del tacto (sentido háptico o táctil) con sus receptores y funciones, y apoyar con imágenes de la piel, sus capas y su relación con el sistema nervioso. Se propone el video *Cuerpo Humano al Límite El sistema nervioso - Parte 1*

En dúos, un alumno de pie con los ojos cerrados atiende a su respiración (percibe las diferencias de su cuerpo al inhalar y exhalar). Su compañero lo observa desde diferentes puntos de vista (por delante, desde el suelo, a distancia), identifica dónde se hace visible el movimiento de la respiración y dirige su mano hacia una parte del cuerpo del compañero; justo antes de tocarlo, se detiene y se queda un momento en esa relación (prestar atención a su temperatura y forma). El que está con los ojos cerrados percibe la parte del cuerpo que “casi es tocada”; debe confiar en esa interpretación sin abrir los ojos. Repiten el ejercicio y varían las partes del cuerpo “casi tocadas”, atendiendo al volumen de nuestro cuerpo (exploración en las tres dimensiones, alto «arriba-abajo», profundo «adelante-atrás» y ancho «lado izquierdo-lado derecho»). Luego cambian de rol.

Nuevamente repiten la práctica, pero ahora se toca la capa más superficial de la piel, un toque suave. La persona tocada percibe las cualidades de ese toque (temperatura, forma, presión, textura) y, a la vez, la zona “tocada” toca la mano que la toca, el contacto es bidireccional. Luego se incluye la consigna de mover solo la parte del cuerpo que es tocada, puede ser a favor de la dirección del toque o en contra, y explorar diferentes movimientos en diferentes direcciones del espacio. Si en esa búsqueda se desplazan y cambian de niveles, hay que dejar que eso ocurra, resguardando el bienestar del compañero que está con los ojos cerrados; el contacto se mantiene durante el movimiento, que cambia cuando se toca otra parte. Exploran diferentes partes del cuerpo y luego cambian de roles.

Efectúan el mismo ejercicio, pero el toque aumenta sutilmente la presión hacia el interior del cuerpo (espacio interno). Al ser tocado, la parte tocada del cuerpo se moviliza en contra de la dirección del toque y se explora en esa posibilidad; a su vez, el alumno percibe el contacto de los pies con el suelo y mantiene un empuje en dirección hacia el suelo, generando una contra-dirección al movimiento, lo que le da soporte; pueden cambiar de niveles y direcciones, pero siempre mantener la contra-dirección. La persona que toca puede ir variando la presión del contacto de una presión más superficial («la piel») a una más profunda («el hueso»). Exploran un tiempo estas consignas y agregan el desplazamiento y el contacto de dos partes del cuerpo simultáneamente. Si quieren, en este momento pueden abrir los ojos; es importante mantener todo el tiempo el movimiento y generar estrategias para pasar de un contacto a otro. La persona que toca facilita que eso ocurra y poco a poco va sacando el contacto. El estudiante que fue tocado sigue su danza desde las sensaciones practicadas, indagando en diferentes partes del cuerpo que inician y exploran el movimiento. Luego cambian de roles y, al finalizar, el dúo comparte las sensaciones de la experiencia.

Vuelven a estar de pie para explorar contrapesos con diferentes partes del cuerpo; por ejemplo, un hombro toca otro hombro y poco a poco van probando entregar más o menos peso hasta generar un equilibrio entre ambos cuerpos. Desde esa zona de contacto, uno mantiene la estructura y el otro rueda por el cuerpo del compañero para probar otra zona de contacto y, así, otros equilibrios. Al rodar los cuerpos, ofrecen superficies de contacto, «camino» para mantenerse en contacto y mantener un flujo secuencial del movimiento. Pueden cambiar de niveles y de estructura (sentado, en cuatro apoyos o diferentes apoyos); es importante encontrar la estabilidad durante las rodadas y los equilibrios desde la contra-dirección del empuje de los pies al suelo (o de las zonas que estén en contacto con el suelo). Varían constantemente quién inicia la rodada.

Se divide al curso en dos. Un grupo observa y el otro practica todas las posibilidades que experimentaron, pueden entrar en contacto o no con un compañero. También exploran con el piso como una superficie donde pueden rodar y generar equilibrios, pueden investigar con diferentes partes del cuerpo; este momento puede acompañarse con ambientación sonora. Luego le toca al otro grupo.

Cuando terminan, comparten apreciaciones sobre la práctica en relación con las nuevas posibilidades de movimiento, sensaciones en torno a percibir diferentes partes del cuerpo desde el contacto, a generar más o menos presión o dar más o menos peso, y a observar la danza de los compañeros y cómo esta apreciación enriquece la danza de cada uno.

Conexión Interdisciplinaria

Filosofía

OA2

4° medio

En las instancias de exploración individual y en pareja, el profesor observa que los jóvenes utilicen diversas habilidades motrices y senso-perceptivas, enfatizando en la atención a su propio cuerpo y al cuerpo de su compañero por medio del contacto, propiciando una actitud de respeto, confianza y un soporte corporal que permite experimentar las habilidades de rodar y girar. También deben entregar su peso en las superficies de contacto para investigar diversos equilibrios de manera individual y en pareja.

Durante la improvisación, se espera que organicen su tono muscular de manera dinámica para ajustar sus movimientos a diferentes superficies (suelo y cuerpo de los compañeros).

El docente verifica que participen individual y colectivamente durante toda la clase, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás.

Asimismo, observa que expresen sus puntos de vista al colaborar con los compañeros en las instancias de retroalimentación.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al realizarse en pareja y mantener un flujo secuencial del movimiento, además de conservar el contacto al moverse, variar los niveles espaciales y alternar los roles improvisadamente (quién es estructura y quién genera rodadas). Por ende, deben adecuar la práctica a las diferencias de cada integrante y dupla de trabajo.

Si surgen dificultades para movilizar la parte del cuerpo que es tocada o entregar el peso en la zona de contacto, cabe darles todo el tiempo que necesiten para hacer los ajustes que requieran y proponer diferentes grados de presión para percibir esa zona, siempre cuidado el propio cuerpo y el de los demás.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada.
- Experimentan posibilidades de movimiento desde diferentes sensaciones, sentidos, ideas y emociones.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

El docente hace diversas preguntas durante la práctica para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Qué posibilidades de movimiento tienen las partes del cuerpo que están siendo tocadas? ¿Puedo diferenciar con más claridad las que están siendo tocadas de las que no lo están? ¿Qué receptores de la piel están activos al generar un contacto? ¿Cómo puedo mantener un equilibrio dinámico durante el movimiento con mi compañero? ¿Por qué la entrega de peso clarifica las zonas de contacto y facilita el equilibrio? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron complejo? ¿Cómo los movimientos que generan sus compañeros les ayudan a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Los momentos de observación en pareja o grupales son vitales para desarrollar apreciación estética y procesos de creación en colaboración. Al ser un espacio de experimentación y creación, no hay que dar cabida a juicios que generen homogeneidad; más bien promover la confianza y la diversidad. El énfasis está en el desarrollo perceptivo motriz, la resolución de pequeños problemas y la expresión corporal.

Si algún alumno no desea practicar en pareja, puede abordar las exploraciones de manera individual con un material que le permita explorar el peso y el equilibrio dinámico; por ejemplo, un balón medicinal o de pilates, un saco con arena, una silla, entre otras materialidades.

Deben nombrar lo que sienten en la zona del contacto –por ejemplo: calor, suavidad–; eso ayuda a que tomen conciencia de esa zona del cuerpo.

Cuando tengan dificultades para ceder el peso en las zonas de contacto, el profesor ofrece una analogía; por ejemplo: muestra cómo una botella con agua, al moverse, moviliza el líquido en su interior y cuando se detiene, toda el agua se asienta en su base inferior. También se puede tomar un antebrazo con las manos, esperar que se relaje y soltarlo y observar-sentir cómo el movimiento se dirige hacia la tierra debido a la fuerza de gravedad.

Al inicio de la clase, se recomienda activar conocimientos previos en relación con el sentido del tacto (sentido háptico) con sus receptores y funciones, apoyar este momento con imágenes de la piel, sus capas y su relación con el sistema nervioso; se propone ver el video “Cuerpo humano al límite. El sistema nervioso”, Parte 1.

Recursos y sitios web como Youtube, Vimeo, entre otros:

- Taller con Alito Alessi de DanceAbility en Bogotá. ConCuerpos 2010
- Sophie & Itay Yatuv (Contact Improvisation Festival: Ibiza)
- Contact Improvisation - Moments of practice, with Irene Sposetti & Johan Nilsson
- Contact Improvisation - A couple of basic exercises
- Contact Improvisation: An intuitive, non-verbal and intimate dialogue: Itay Yatuv at TEDxBGU
- Cuerpo humano al límite. El sistema nervioso - Parte 1

Músicas sugeridas

- Prietto - Baño de bosque
- Kokoroko - Abusey Junction // We out here
- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon

Actividad 4: Paisaje sonoro y movimiento

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes aumenten la complejidad de sus habilidades motrices y sensorceptivas, que se expresen corporalmente y cuiden su cuerpo, y que interactúen entre ellos. Mediante análisis reflexivos, se refuerza las actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento. Asimismo, es necesario crear un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada uno.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

ACTITUDES

- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.
- Trabajar colaborativamente en la generación, desarrollo y gestión de proyectos y la resolución de problemas, integrando las diferentes ideas y puntos de vista.

DURACIÓN

10 horas

DESARROLLO

En parejas, un alumno está con los ojos vendados con un antifaz para dormir o una tela que no presionen el globo ocular. Del brazo de su compañero, recorren la escuela durante 15 minutos, percibiendo el paisaje sonoro. Es importante mantener el silencio durante la caminata y, por medio del contacto y la escucha corporal al compañero, propiciar seguridad, respetando los ritmos de la caminata y evaluando las diferencias del espacio. Al concluir, sin hablar, cambian de roles.

Después, un alumno con los ojos vendados escucha el sonido que realiza el compañero con su voz o con materialidades (por ejemplo: hojas secas) y responde simultáneamente al sonido con movimientos, cambios de niveles y desplazamientos. Puede hacer los movimientos con una parte o todo el cuerpo simultáneamente, siempre en la dirección del sonido. El compañero que hace los sonidos comienza cerca y después varía las distancias. Luego cambian de roles.

En grupos de 4 integrantes, un joven se sitúa en el centro con los ojos cerrados y quienes lo rodean generan sonidos desde diferentes niveles y distancias, conservando la cercanía (entre espacio íntimo y social). El que está al centro responde a los sonidos desde el movimiento, variando las partes del cuerpo y los movimientos, niveles, e intensidades. Quienes hacen los sonidos se escuchan como grupo para propiciar una experiencia sonora, emitir sonidos de manera alternada y simultánea, largos/cortos, suaves/fuertes, considerando el silencio como un sonido más; es importante que todas las sonoridades interactúen con la improvisación del compañero del centro. Luego cambian de rol hasta que todo el grupo pase por el centro.

Al terminar la experiencia, escriben durante 3 minutos “qué sentí al «ser movido desde el sonido» y al observar a mis compañeros moverse”. Luego comparten en grupo lo que sintieron al estar dentro y fuera.

El curso se divide en dos. Un grupo observa y el otro grupo investiga y aplica diversos movimientos, imaginando sonoridades o generándolas con el propio cuerpo⁵; exploran desplazamientos, niveles y velocidades⁶. Luego cambian de roles.

Al terminar, comparten apreciaciones sobre la práctica en relación con las nuevas posibilidades de movimiento, las sensaciones en torno a percibir y crear movimientos desde el sentido de la audición, a observar la danza de los compañeros y cómo esta apreciación enriquece la danza de cada uno.

Durante la improvisación, el profesor observa que los estudiantes apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas, explorando diversas intensidades y posibilidades de movimientos (diferenciación de partes del cuerpo y simultaneidad de todo el cuerpo); además, que presten atención a su propio cuerpo y a las sensaciones que se produce al moverse solo desde el sonido. Al final de la clase, podrán nombrar esas diferencias para hacer conscientes las diversas sensaciones que se generan al moverse; esto, a su vez, es una oportunidad para reflexionar sobre diversidad.

El docente observa la relación entre movimiento y sonido, a modo de interacción simultánea y/o después del sonido. Procura que improvisen colaborativamente, atentos a la propia corporalidad y de los demás, y que participen durante toda la clase, tanto individual como colectivamente, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión y variación de las posibilidades de movimiento desde los estímulos auditivos; por ende, hay que adecuarla a las diferencias de cada integrante. Por ejemplo:

- Crear movimientos siempre diversos desde diferentes sonoridades
- Improvisar alternando respuestas después del sonido y simultáneas al sonido
- Combinar variaciones de tiempo, energía y espacio durante la improvisación

⁵ Se propone usar esta actividad para la evaluación sumativa; específicamente, la heteroevaluación.

⁶ Momento de la práctica que puede acompañarse con sonidos creados *in situ* por el grupo que observa; si es así, hay que cambiar la consigna por “investigar mediante el movimiento diferentes posibilidades en respuesta simultánea al sonido”.

- Interpretar la intensidad sonora de manera analógica (por ejemplo: sonido fuerte-movimiento fuerte) o inventar variantes que generen opuestos y otras posibilidades.

Es necesario crear sonoridades y grabarlas para componer un paisaje sonoro que permita improvisar desde el movimiento.

Si les es difícil variar los movimientos desde el sentido de la audición, cabe dars más tiempo a la práctica en dúo (antes de pasar al grupo) y permitir que el tiempo entre sonido y sonido sea mayor para ayudarlos a buscar otras respuestas.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Experimentan posibilidades de movimiento desde diferentes sensaciones, sentidos, ideas y emociones.
- Aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

El docente acompaña la práctica con diferentes preguntas para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo pueden realizar una traducción del sonido al movimiento?, ¿cómo pueden hacer una traducción del sonido al movimiento de manera similar y diferenciada?, ¿cómo se siente moverse desde el sentido de la audición?, ¿en qué momento del día escuchan sonidos, qué escuchan?, ¿qué les fue más difícil?, ¿cómo resolvieron lo más complejo?, ¿en qué momento del día sienten sus movimientos?, ¿qué tiene de particular la danza de su compañero al moverse desde el sonido?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza, mediante procesos de análisis reflexivo, actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Hay que adecuar las prácticas propuestas al contexto de los estudiantes y del espacio, creando las variantes necesarias; por ejemplo: tocar con diferentes ritmos la piel del compañero, si se requiere sentir por medio del tacto el sonido (jóvenes con hipoacusia).

Al final de la actividad, conviene retomar la pregunta esencial y ver si pueden responderla: ¿Por qué el movimiento cambia la percepción sensorial y viceversa?

Recursos y sitios web:

- Taller de DanceAbility por Alito Alessi Plataforma MEC 2007
- Caminata sonora 1: Casco Viejo
- Festival de Arte Sonoro TSONAMI 2014
- Anderland - Klangwelten und Geräuschmusik

Actividad de evaluación

PROPÓSITO

Se pretende evaluar y que el estudiante se autoevalúe respecto de su improvisación y reflexión en grupo; se pone énfasis en la exploración por medio del movimiento, la interacción con otros y con las sensaciones y posibilidades de movimiento.

| Objetivos de Aprendizaje | Indicadores de Evaluación |
|---|---|
| <p>OA 1 Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> <p>OA 4 Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada. • Aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento. • Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación. • Reflexionan de manera grupal sobre su autoevaluación y proponen mejoras para el desarrollo de la propia corporalidad. |

DURACIÓN

3 horas

DESARROLLO

Mediante la siguiente escala de apreciación, el docente puede evaluar el proceso de la unidad, considerando un instrumento de heteroevaluación y autoevaluación. La heteroevaluación se realiza cuando improvisan en grupo y hacen la reflexión final.

Tipo de Evaluación: Heteroevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Explora por medio del movimiento, interactuando con las diferentes sensaciones sonoras, espaciales y del propio movimiento. | | | | |
| 2 | Crea diferentes estrategias para variar las posibilidades de movimiento desde el sentido de la audición. | | | | |
| 3 | Crea movimientos, aplicando variantes de intensidades, disociaciones corporales y velocidades. | | | | |
| 4 | Crea movimientos, aplicando variantes espaciales como trayectorias y niveles. | | | | |
| 5 | Demuestra capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal. | | | | |
| 6 | Respeto el trabajo de otros y con otros, generando un ambiente de seguridad. | | | | |
| Total | | | | | |

Autoevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Demuestro capacidad de explorar el movimiento, interactuando con las diferentes sensaciones que otorgan el espacio, el sonido y el propio movimiento. | | | | |
| 2 | Propongo diferentes estrategias para variar y crear posibilidades de movimiento desde el sentido de la audición. | | | | |
| 3 | Creo movimientos, aplicando variantes de intensidades, disociaciones corporales y velocidades. | | | | |
| 4 | Creo movimientos, aplicando variantes espaciales como trayectorias y niveles. | | | | |
| 6 | Genero un ambiente de seguridad y respeto al trabajo de otros y con otros. | | | | |
| Total | | | | | |

Unidad 2

Unidad 2: Agilidad y expresividad

PROPÓSITO FORMATIVO

Se espera que los estudiantes desarrollen capacidades para explorar, diferenciar y practicar las posibilidades que ofrece su cuerpo en movimiento, desde procesos interactivos y significativos basados en las cualidades temporales, espaciales y energéticas. Se promueve que desarrollen la corporalidad como un medio de comunicación y expresión, con acento en la sensibilidad y la aproximación a los lenguajes artísticos. Pueden guiarse por las siguientes preguntas: ¿Por qué la percepción del espacio transforma los movimientos? ¿De qué manera los movimientos forman parte de la identidad de la persona? ¿Cómo se relaciona el uso variado de las cualidades de movimiento con la calidad de vida de las personas? ¿Cómo se resuelven problemas de la vida cotidiana a través de la improvisación colectiva?

Objetivos de Aprendizaje

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

Actividad 1: Espacialidad y movimiento

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes aumenten la complejidad de las habilidades motrices y sensor-perceptivas y que ellas les permitan manifestar la expresión corporal de cada estudiante y cuidar el propio cuerpo y de sus compañeros, en un ambiente de seguridad y respeto para ir desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone.

Objetivos de Aprendizaje

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Pensar con conciencia de que los aprendizajes se desarrollan a lo largo de la vida y que enriquecen la experiencia.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

14 horas

DESARROLLO

En dúos: un alumno se sienta en el suelo y ofrece su espalda como una “pizarra”; el compañero “borra” la pizarra con un toque suave a modo de dejarla “limpia” para poder “escribir”. Exploran escribir con los dedos diferentes números en la “pizarra” en un comienzo, para terminar, escribiendo palabras; después de cada número-palabra, “borra la pizarra” y el compañero nombra lo que siente; por ejemplo: dibujan un nº 1 en mi espalda y digo nº 1. Cambian de roles.

De pie, un integrante del dúo se convierte en “pizarra”; no solo su espalda es pizarra, sino todas las superficies de su cuerpo. El compañero dibuja trazos y después de cada trazo, la persona que es tocada responde moviéndose, interpretando la forma del trazo o la intensidad; puede mover solo el segmento trazado o todo el cuerpo y decidir la duración. Así comienza un diálogo entre trazos y movimientos. Varían la intensidad del trazo y la forma, buscan que los trazos conecten diferentes partes del cuerpo o sean partes muy específicas. Luego dejan que la persona tocada improvise desde las sensaciones de

los trazos, puntos de inicios y recorridos, movilizándolo y relacionando sus espacios internos. Se puede agregar la idea de que el trazo es un “flujo de luz” que va por dentro del cuerpo. El compañero que dibujaba observa la danza y, al finalizar, comenta sus sensaciones e imaginarios de lo observado. Luego cambian el rol.

De pie, un integrante cierra los ojos y el otro lo “saca a pasear” por la sala y le ofrece su brazo para que se tome. Lo importante es tener claridad del frente del cuerpo para organizar las direcciones, mantener siempre la conciencia del frente. Exploran avanzar en diferentes trayectorias sincronizando sus caminatas, luego cambian direcciones y velocidades y después varían los niveles del espacio. Luego el alumno abre los ojos e improvisa, se desplaza por el espacio explorando diferentes formas y creando recorridos-trazos espaciales con diferentes partes del cuerpo, siempre en desplazamiento. El profesor agrega consignas relacionadas con las variaciones de espacio (direcciones, intensidades, espacialidad interna y externa) y de tiempo (duración y velocidad). El compañero observa la danza, luego comparten apreciaciones y cambian de roles.

El curso se divide, un grupo observa y el otro improvisa, desde las premisas exploradas, movilidad del espacio interno y espacio externo; además se suman las ideas de distancia, cerca o lejos de otros compañeros, y de contagio de sensaciones: puedo hacer lo que otro compañero está haciendo; por ejemplo: interpreto que dibuja el espacio, entonces exploro desde la sensación de dibujar el espacio sin importar la forma. Después cambian de roles.

Terminan la experiencia compartiendo apreciaciones sobre la práctica en relación con las nuevas posibilidades de movimiento que facilita la conciencia del espacio, sensaciones en torno a percibir diferentes direcciones, dimensiones, niveles, y a observar la danza de los compañeros y cómo esa apreciación enriquece la danza de cada uno.

En las instancias de exploración, el profesor observa que los estudiantes utilicen diversas habilidades motrices y senso –perceptivas, investigando desde el movimiento sus espacios internos (dentro de su cuerpo) y el espacio externo (fuera de su cuerpo), interpretando por medio de trazos y recorridos cambios de intensidades, relaciones entre partes del cuerpo, duraciones y relaciones con el espacio (uso de los niveles, diversas trayectorias espaciales y de piso, direcciones y dimensiones). Cuando tienen los ojos cerrados, procura que cuiden su propio cuerpo y el de sus compañeros.

El docente verifica durante toda la clase que participen individual y colectivamente, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y las de los demás, y que enuncien sus puntos de vista.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al variar las consignas de exploración, para así adecuar la práctica a los niveles de integración de cada integrante. Por ejemplo:

¿Cómo pueden desplazarse, proponiendo nuevas trayectorias, niveles espaciales, velocidades con los ojos cerrados? ¿Cómo pueden bailar, creando trazos entre las diferentes partes del cuerpo y las diferentes partes del espacio, manteniendo un flujo secuencial de movimiento? ¿Cómo pueden bailar, creando trazos entre las diferentes partes del cuerpo y las diferentes partes del espacio, manteniendo

un flujo secuencial de movimiento con los ojos cerrados? ¿Cómo pueden crear trazos extensos, variando las intensidades del movimiento y conservando la continuidad?

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con la temporalidad (velocidades y duración), la intensidad (movimientos más relajados, más densos) y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para que experimenten claramente cada noción; por ejemplo, si surgen dificultades para encontrar un flujo de movimiento entre una parte del cuerpo y otra, enfatiza en que perciban el recorrido del modo más lento posible.

Cada vez que observe que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales, tanto de sí mismo como de los compañeros. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Si se sienten incómodos con el trabajo de contacto, pueden usar materiales que permitan hacer sentir direcciones y recorrido; por ejemplo, un pañuelo.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo, desde diferentes sensaciones y acciones.
- Identifican sensaciones corporales relacionadas con variaciones temporales y energéticas.
- Exploran posibilidades de movimiento desde variaciones temporales, espaciales y energéticas.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo pueden dibujar en el espacio con la mano izquierda, el pie derecho y la cabeza? ¿Cómo pueden crear trazos dentro de su propio cuerpo? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos que generan sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el profesor refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Hay que propiciar un ambiente de seguridad y respeto para ir desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone, y evaluar si se requiere complementar la práctica con ambientes sonoros-musicales que promuevan la interacción espacial desde la audición. Es importante dar espacio al silencio para generar exploraciones solo desde el movimiento y las sensaciones; si se utiliza músicas, se recomienda que sean sin letras o con letras de diferentes culturas, con variantes

rítmicas e instrumentales, paisajes sonoros diversos que promuevan imaginarios. Durante la improvisación final de cada grupo, se puede probar ir cambiando la propuesta sonora. Es importante que, durante las exploraciones espaciales, re-conocer el espacio desde otras percepciones; por ejemplo: con los ojos cerrados o retrocediendo, y volver a explorarlo re-significando la percepción del espacio y la corporalidad. También se debe clarificar las referencias relacionales (delante de, atrás de, al lado derecho de, sobre, entre, por debajo, de frente a, entre otras), las direcciones y los sentidos.

Si les incomoda el trabajo de contacto, pueden usar materialidades que permitan hacer sentir direcciones y recorrido, como un pañuelo. Cabe aprovechar la oportunidad para hablar del consentimiento, la importancia de percibir lo que queremos y expresarlo, y del trabajo colaborativo con respeto y cuidado.

Se recomienda comenzar la clase con un video de danza donde se enfatice en la relación del movimiento con el espacio para que analicen las acciones que se realizan cotidianamente; se propone *William Forsythe - dancer Thomas McManus*

Recursos y sitios web:

- William Forsythe - dancer Thomas McManus
- Danse : Odile Duboc / Brigitte Asselineau (Le Mans)
- L'eau dans tous ses états

Música sugerida

- Nicola Cruz - Criançada (con Castello Branco)
- Kokoroko - Abusey Junction // We out here

Actividad 2: Sonidos móviles

PROPÓSITO

Se pretende propiciar un ambiente de seguridad y respeto para desarrollar las habilidades con la particularidad que cada integrante propone, evaluar si se requiere mediar con algún estudiante la creación del “relato”, testear el proceso de creación y otorgar soporte si es necesario. Los momentos de observación y de apreciación son relevantes para otorgar valor a las singularidades de cada alumno, resguardar los juicios que generan homogeneidad y promover la confianza y la diversidad.

Objetivos de Aprendizaje

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

En parejas, recorren la escuela durante 15 minutos, una caminata “a la deriva”; es decir, sin tener claridad del orden del recorrido ni los lugares a visitar. Resuelven la dirección del recorrido en silencio (sin hablar) y se permite las detenciones. Tienen que prestar atención a las diferentes sonoridades que ofrece el paisaje de la escuela. Al volver a la sala, dibujan un sonido en una hoja, cuatro sonidos en total. Conviene tener lápices de colores con diferentes texturas.

Conexión Interdisciplinaria
Música
OA1.
3° y 4° medio

Crean movimientos para cada dibujo: lo observan e interpretan con sensaciones-acciones la imagen. Pueden hacer movimientos con todo el cuerpo o diferenciando sus partes; les dan una duración, repeticiones (gif) si es necesario, intensidad (variedades entre suave y fuerte) y niveles (bajo, medio, alto). Luego organizan una composición a modo de “relato”, con el orden de los movimientos para cada

momento (dibujo), y repiten para memorizar las sensaciones, intenciones y organizaciones de cada momento. Luego, un integrante del dúo danza su relato mientras el otro lo observa. Cambian de roles y después de cada danza, comparten las observaciones.

A continuación, comparten los dibujos y aumentan el “relato”, integrando las nuevas imágenes por medio del movimiento. El profesor les da tiempo para crear e incorporar el nuevo material. Cada joven tiene una composición que organiza desde las ocho imágenes. Se juntan en grupos de 7 u 8 integrantes para decidir cuáles serán los recorridos y espacios que cada “relato” ocupará, si se encuentran o se mantienen a distancias más próximas o distantes unos de otros. Organizan un inicio y un final en conjunto. Hay que darles tiempo para que cada grupo observe la danza de cada integrante y decidan las relaciones espaciales. Cada grupo muestra, mientras los demás observan.

Al finalizar las muestras, tienen 5 minutos para escribir la respuesta a la pregunta ¿qué cualidades de movimiento tiene mi danza, por medio de las nociones de energía, tiempo y espacio? Luego comparten la respuesta con un compañero y dialogan sobre qué cualidades ve el otro en mi danza.

Para terminar la experiencia, todo el grupo comparte apreciaciones sobre la práctica en relación con las nuevas posibilidades de movimiento, sensaciones en torno a crear diferentes movimientos-acciones desde ambientes sonoros e imágenes, y cómo se siente identificarse con diferentes cualidades.

Durante la improvisación, el profesor verifica que apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas para explorar diversas cualidades (velocidades, duraciones, distancias, direcciones, intensidades) y posibilidades de movimientos, variando sus modos habituales de abordar el movimiento. Además, se asegura de que presten atención a su propio cuerpo y a las sensaciones que se producen al moverse desde el sonido y las imágenes. Pueden nombrarlas al finalizar la clase para hacer conscientes las diversas sensaciones que se generan al moverse; esto, a su vez, es una oportunidad para que reflexionen sobre la diversidad. El profesor procura que relacionen sonido e imagen por medio del dibujo y el movimiento.

Recursos y sitios web:

- William Forsythe - dancer Thomas McManus
- Danse : Odile Duboc / Brigitte Asselineau (Le Mans)
- L'eau dans tous ses états

Música sugerida

- Nicola Cruz - Criançada (con Castello Branco)
- Kokoroko - Abusey Junction // We out here

Tienen que participar durante toda la clase, tanto individual como colectivamente, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás, y expresar con palabras sus apreciaciones en torno a las danzas de los compañeros.

Durante la muestra, cada grupo debe proponer un inicio y un final a la composición y cada integrante aporta con su estudio de movimiento “relato”.

La práctica propuesta aumenta su complejidad si el docente insiste en la precisión y variación de las posibilidades de movimiento, a fin de que puedan interpretar las imágenes y las sensaciones sonoras y adecuar la práctica a las diferencias de cada integrante. Puede preguntar, por ejemplo: ¿Cómo interpretar el grosor del trazo o las diferencias de color del dibujo por medio del movimiento? ¿Cómo proponer movimientos?

Aumentar la cantidad de movimientos genera mayor desafío.

Se sugiere variar las materialidades con que se dibuja, para generar abstracción y variedad de texturas; por ejemplo: dibujar con retazos de tela y diario.

El profesor tiene que grabar las sonoridades más significativas y componer un paisaje sonoro que les permita improvisar desde el movimiento.

Si tienen dificultades para crear movimientos desde la interpretación del dibujo, cabe dar ejemplos que faciliten relaciones de recorrido, forma, intensidad; por ejemplo: mover la mano desde el inicio hasta el final del trazo siguiendo su dirección (de abajo hacia arriba en diagonal, luego desciende y hace tres círculos). Deles tiempo para que exploren y puedan encontrar nuevas posibilidades. Si les es difícil memorizar, conviene disminuir o aumentar la cantidad de movimiento-momentos del “relato”.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo, desde diferentes sensaciones y acciones.
- Identifican sensaciones corporales relacionadas con variaciones temporales y energéticas.
- Exploran posibilidades de movimiento desde variaciones temporales, espaciales y energéticas.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Conocen el ambiente sonoro de su escuela? ¿Cómo pueden traducir el sonido al dibujo? ¿Qué variantes tienen que considerar? ¿Qué tienen de particular los movimientos de sus compañeros? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Hay que crear un ambiente de seguridad y respeto para que vayan desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone y evaluar si se requiere mediar con algún alumno para la creación del “relato”. EL docente debe acercarse a cada dúo para testear el proceso de creación y ayudarlos mediante preguntas o ejemplos si es necesario. Los momentos de observación y de apreciación son relevantes para otorgar valor a las singularidades de cada estudiante; conviene resguardar estas instancias para no dar cabida a juicios que generen homogeneidad y, más bien, promover la confianza y la diversidad.

Si algún alumno presenta hipoacusia, un compañero le puede dar referencias táctiles o visuales para que cree los dibujos.

Recursos y sitios web como Youtube, Vimeo, entre otros:

- <https://www.curriculumnacional.cl/link/https://www.segnimossi.net/en/>
- Segni Mossi
- Segni Moss, to draw, to fly

Música sugerida

- Prietto - Baño de bosque
- Björk: Homogenic (full album) arr. Wooden Elephant
- Aikyo. Cajita de música. Granada. Hang, Bells, Flauta & Chelo

Actividad 3: Diálogos corporales

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes desarrollen las habilidades con la particularidad que cada integrante propone. Tienen que evaluar si requieren más tiempo de exploración en alguna consigna para ir sumando variantes, e incorporar la improvisación colectiva y su relación con la vida cotidiana.

Objetivos de Aprendizaje

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Pensar con conciencia de que los aprendizajes se desarrollan a lo largo de la vida y que enriquecen la experiencia.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

14 horas

DESARROLLO

En parejas, tienen 5 minutos para contarse lo más importante que les ha ocurrido en la semana y recordar después las variantes de intensidad en la narración. Analizan si hablan manteniendo un pulso constante o si el hablar se “tiñe” de diversas intensidades y duraciones.

Conexión Interdisciplinaria

Música

OA1.

3° y 4° medio

Desde esa experiencia, un compañero está de pie, el otro hace un sonido con la voz y simultáneamente genera un trazo, tocando el cuerpo del compañero (misma intensidad y duración). El alumno tocado interpreta esa cualidad de toque y sonido con movimientos después del contacto. Los movimientos pueden ser con todo el cuerpo, con diferentes partes, con o sin desplazamientos. Al repetir, van cambiando las duraciones, cualidades, organizaciones corporales y tiempos entre toque y toque. Para finalizar, hay que darles un tiempo para que el joven tocado improvise por medio del movimiento a partir de las sensaciones que experimentó; puede generar sonidos si lo desea, simultáneos al movimiento o en respuesta. Luego cambian de roles.

Las mismas parejas comienzan un diálogo corporal: en silencio, uno “pregunta” por medio de movimientos con una parte del cuerpo y el otro responde con otra parte del cuerpo. La premisa es “siempre distintos”; por ejemplo: uno pregunta con movimientos de piernas y el otro responde acostándose en el suelo. Poco a poco van sumando desplazamientos, diferentes distancias, simultaneidades de preguntas y respuestas, cambios en la intensidad, niveles y duraciones; deben fijarse constantemente en cómo perciben sus propias propuestas y las de su compañero, por medio de una escucha tridimensional (mirada, audición, sensación de proximidad). Luego integran movimientos centrales/periféricos o directos/indirectos a la exploración; es decir, el movimiento puede desarrollarse hacia el centro del cuerpo o indirecto, espacio interno; o hacia la periferia: directo hacia el espacio externo o hacia el compañero. El profesor puede agregar en algún momento simultaneidad entre movimiento y voz o solo movimiento, y también decirles que abran el diálogo a las otras parejas que están más próximas y distantes, pero siempre deben volver a su pareja inicial.

El curso se divide en dos; un grupo observa y el otro genera una composición *in situ* desde la premisa del diálogo y las cualidades de movimiento (variaciones de energía, tiempo y espacio). El diálogo puede ser consigo mismo (espacio interno), con el espacio exterior, con un compañero, con el suelo o una parte del cuerpo, con y sin voz; deben explorar diferentes sensaciones que los inviten a crear movimientos desde lo que observan, sienten y escuchan.

Al terminar la experiencia, el curso comparte apreciaciones sobre la práctica en relación con lo observado (sensaciones, imágenes, emociones, ideas) y las nuevas posibilidades de movimiento que emergen al variar de energía, tiempo y espacio.

Durante la improvisación en parejas, el profesor verifica que apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas, explorando diversas intensidades y temporalidades desde la relación entre movimiento, tacto y sonido. Además, se asegura de que presten atención a su propio cuerpo y a las sensaciones que se producen al moverse solo desde el sonido, solo desde el tacto, y desde ambas percepciones simultáneamente.

En los diálogos corporales, tienen que interpretar interpretar la “pregunta” del compañero para generar una “respuesta”; además, van variando “siempre distinto” las maneras de moverse (duración, velocidad, intensidad, partes del cuerpo).

El profesor observa durante toda la clase que participen, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y la de los demás.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión entre sonido-tacto-movimiento y en la percepción hacia el propio cuerpo y el de los demás, al improvisar *in situ* por medio del “diálogo corporal”. Así, se adecua la práctica a las diferencias de cada integrante.

El uso de la voz como materialidad aumenta la complejidad.

El docente debe crear sonoridades y grabarlas para componer un paisaje sonoro que les permita improvisar desde el movimiento.

Si les es difícil variar los movimientos desde el sentido de la visión “diálogos corporales” o desde la audición-tacto, hay que darles tiempo para que exploren y encuentren nuevas posibilidades. Al generar los “diálogos corporales”, se debe reforzar la lentitud para ajustar las respuestas a los estímulos visuales, sonoros y táctiles, luego aumentar la velocidad y variar relaciones espaciales y energéticas.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada, en función de la eficiencia motriz.
- Identifican sensaciones corporales relacionadas con variaciones temporales y energéticas.
- Observan, identifican y aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo pueden traducir el sonido-tacto al movimiento? ¿Cómo pueden armar una conversación mediante el movimiento? ¿Cómo se siente moverse desde el sentido de la visión en relación a su compañero o compañeros? ¿Tienen recuerdos de “diálogos corporales” en sus acciones cotidianas? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los otros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, además de un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que vayan desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone, y evaluar si se requiere más tiempo de exploración en alguna consigna para ir sumando más variantes. Las improvisaciones *in situ* demandan mucha atención; por lo mismo, conviene promover la confianza y la aceptación a la diversidad.

El profesor les pide que expresen con palabras las relaciones entre expresión corporal y movimiento desde la experiencia de los “diálogos corporales”; lo pueden compartir o registrar de manera personal.

Recursos y sitios web:

- A view in the Forsythe improvisation technique
- The cost of living - DV8 Physical Theatre
- Trasunto # 2 / El gran océano plástico - Jèssica Pujol / LSE

Actividad 4: Territorio dinámico

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes experimenten mediante movimientos libres y exploren, diferencien y practiquen las diferentes intensidades, movilidades corporales y relaciones con los compañeros.

Objetivos de Aprendizaje

OA 4

Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Trabajar con empatía y respeto en el contexto de la diversidad, eliminando toda expresión de prejuicio y discriminación.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

El profesor activa conocimientos previos, preguntando por las diferentes cualidades experimentadas durante la unidad: variantes de tiempo, energía y espacio. Junto con los jóvenes, propone diferentes relaciones espaciales entre ellos; por ejemplo: uno lejos de otro, uno delante de otro, uno debajo de otro, uno mirando a otro.

Comienzan a desplazarse por el espacio, explorando diferentes niveles y movimientos y buscando percibir simultáneamente cómo se siente el movimiento que están haciendo; poco a poco varían las velocidades, las relaciones espaciales y las partes del cuerpo involucradas.

Se reúnen en grupos de 5 a 6 integrantes. Cada grupo elige un espacio de 2 x 2 metros en la sala, donde desea practicar; lo delimitan en el suelo con tela adhesiva de papel. Practican crear imágenes grupales donde varíen las distancias y las relaciones entre cada integrante. La imagen se compone así: primero entra un alumno al «territorio» y decide dónde y cómo ubicarse, luego entra el segundo y también elige

dónde y cómo ubicarse en relación con su compañero y el espacio; los demás hacen lo mismo. Al estar todos juntos, observan la imagen creada entre todos y salen para volver a empezar. Deben ir rotando quienes comienzan.

Luego la imagen «aumenta su vitalidad». La primera persona que entra al espacio decide cómo desea entrar; por ejemplo: rodando por la esquina, elige un lugar en el espacio y desarrolla un movimiento. Presta atención a su sensación y lo repite; por ejemplo, abrir y cerrar el brazo percibiendo el aire o la apertura articular. Luego entra el segundo integrante e incorpora todas las variantes y siguen hasta que esté todo el grupo. Observan la composición del grupo en movimiento y salen del espacio todos al mismo tiempo. En cada repetición, deben variar el movimiento, la intensidad, la relación, la distancia y la trayectoria; siempre es distinto.

Posteriormente aumentan la complejidad de la creación e integran pausas, desplazamientos, relaciones interterritoriales y cambios abruptos; por ejemplo: detenerse al mismo tiempo y comenzar simultáneamente en otra relación y movimiento, desplazarse a otro territorio, armar un gran territorio entre todo el curso.

El curso se divide en dos grupos: uno observa y el otro crea *in situ* un gran «territorio dinámico»⁷, integrando desplazamientos, pausas, relaciones y variaciones del movimiento.

Cuando terminan, todos comparten apreciaciones sobre la práctica en relación con lo observado (sensaciones, imágenes, emociones, ideas) y las nuevas posibilidades de movimiento que emergen al variar energía, tiempo y relaciones espaciales.

En las improvisaciones, el docente observa que utilicen diversas habilidades motrices y perceptivas, combinándolas e integrando continuidad del movimiento al mezclarlas. Tienen que buscar diferenciar sus movimientos de los de los compañeros y percibir la imagen que se crea durante la improvisación grupal final que componen *in situ*, tomando decisiones espaciales, temporales, energéticas y relacionales.

El profesor verifica durante toda la clase que participen individual y colectivamente, con una actitud respetuosa y empática hacia sus propias creaciones y las de los demás.

Les pide que expresen sus puntos de vistas y su apreciación respecto de su experiencia y las nuevas posibilidades de movimiento que emergen al variar energía, tiempo, relaciones espaciales y relaciones con los movimientos e imágenes de los compañeros.

Para aumentar la complejidad, deben escucharse y colaborar con el grupo. Cabe evaluar las variaciones temporales para facilitar la percepción grupal y la creación constante de diversos movimientos; por ejemplo: se puede ir más lento para que todos estén atentos al grupo o pausar para prestar atención a todos los integrantes.

⁷ Actividad propuesta para realizar evaluación sumativa; específicamente, co-evaluación y auto-evaluación.

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con temporalidad (velocidades y duración), intensidad (relajación y densidad), espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y partes del cuerpo, y les da tiempo para experimentar claramente cada noción; por ejemplo: si les resulta difícil cambiar la propuesta de movimiento, les pregunta: ¿Cómo pueden mover solo partes pequeñas del cuerpo?

Cada vez que observe que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales, tanto propias como de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada, en función de la eficiencia motriz.
- Identifican sensaciones corporales relacionadas con variaciones temporales y energéticas.
- Observan, identifican y aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento.

El profesor plantea diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada joven pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Qué observan y cómo colaboran sus movimientos a la imagen creada? ¿Cómo moverse desde las partes del cuerpo menos utilizadas? ¿Cómo mantener la escucha activa al grupo para componer *in situ*? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los demás, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos; además, crea un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Hay que generar un ambiente de seguridad y respeto para que vayan desarrollando las habilidades con la particularidad que cada integrante propone, y evaluar si se requiere más tiempo de exploración en alguna consigna para ir sumando variantes. El profesor observa la práctica de cada grupo y los retroalimenta en relación con los contenidos.

Premisas orientadoras para el profesor: variar el cómo al realizar los movimientos, permitir experimentar diferentes intensidades, movilidades corporales y relaciones con los otros compañeros; por ejemplo: cómo responder siempre con diferentes partes del cuerpo. Variar el dónde permite explorar el espacio; por ejemplo: desde dónde responden en relación con el compañero (delante o debajo). Variar el cuándo permite explorar el tiempo; por ejemplo: cuándo responden (simultáneo o después de). Estas preguntas pueden acompañar constantemente la exploración.

Al finalizar la práctica, responden la pregunta esencial: ¿Cómo se relaciona el resolver problemas mediante la improvisación colectiva con la vida cotidiana? El profesor les pide proponer ejemplos y les da tiempo para que reflexionen. Se sugiere que vean la charla TED de María José Cifuentes “Nuevas perspectiva de la danza, más allá de movimientos” para reflexionar sobre la importancia del movimiento y la danza en la vida.

Recursos y sitios web:

- Taller de DanceAbility por Alito Alessi Plataforma MEC 2007
- Rien ne laisse présager de l'état de l'eau (Odile Duboc)- extrait
- Nueva perspectiva de la danza, más allá de movimientos | María José Cifuentes | TEDxPUCdeChile

Música sugerida

- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon
- Prietto - Baño de bosque
- Marvin & Guy - Dance Ability (The Journey)

Actividad de evaluación

PROPÓSITO

Se pretende evaluar el proceso de la unidad y el desarrollo de la corporalidad como un medio de comunicación y expresión, con acento en la sensibilidad y la aproximación a los lenguajes artísticos, considerando instrumentos de co-evaluación y auto-evaluación que se apliquen de manera personal y colectiva al finalizar la creación *in situ*.

| Objetivos de Aprendizaje | Indicadores de Evaluación |
|---|---|
| <p>OA 4 Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo, desde diferentes sensaciones y acciones. |
| <p>OA 3 Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y el uso de su cuerpo de manera global y diferenciada, en función de la eficiencia motriz. • Observan, identifican y aplican diversas maneras de moverse, contrastando cualidades de movimiento. • Evalúan colectivamente el proceso desarrollo de la corporalidad y reflexionan sobre lo creado. |

DURACIÓN

3 horas

Por medio de la siguiente escala de apreciación, el docente puede evaluar el proceso de la unidad, considerando instrumentos de coevaluación y auto-evaluación; los aplican por grupo y de manera personal, al finalizar la creación *in situ* «territorio dinámico».

Tipo de Evaluación: Coevaluación (entre estudiantes)

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|--|-------------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------|
| 1 | Demuestra disposición para desarrollar el trabajo en grupo, genera propuestas y colabora con las propuestas de los otros. | | | | |
| 2 | Demuestra disposición para explorar y variar sus propuestas corporales al trabajar en grupo. | | | | |
| 3 | Crea estrategias grupales para desarrollar la improvisación, abordando los elementos vistos en clases (movimientos en relación con las propias sensaciones, con los otros cuerpos y con el espacio). | | | | |
| 4 | Crea una imagen corporal grupal “territorio dinámico” e incluye variantes relacionadas con la noción de tiempo. | | | | |
| 5 | Crea una imagen corporal grupal “territorio dinámico” e incluye variantes relacionadas con la noción de energía. | | | | |
| 6 | Crea una imagen corporal grupal “territorio dinámico” e incluye variantes relacionadas con la noción de espacio. | | | | |
| 7 | Demuestra capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal colectiva. | | | | |
| 9 | Genera un ambiente de seguridad y respeto al trabajo de otros y con otros. | | | | |
| Total | | | | | |

Autoevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialment e logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|--|-------------------------------------|--|-------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Demuestro disposición para desarrollar el trabajo en grupo, generando propuestas y colaborando con las propuestas de mis compañeros. | | | | |
| 2 | Indago en el movimiento por medio de la exploración, para encontrar variantes corporales y relacionales al improvisar con mis compañeros. | | | | |
| 3 | Propongo estrategias al grupo para desarrollar la improvisación, basadas en elementos vistos en clases (movimientos en relación con las propias sensaciones, con los otros cuerpos y con el espacio). | | | | |
| 4 | Al realizar la imagen corporal grupal “territorio dinámico”, apporto con una actitud disponible a la improvisación y genero movimientos, incluyendo las variantes relacionadas con la noción de tiempo. | | | | |
| 5 | Al realizar la imagen corporal grupal “territorio dinámico”, apporto con una actitud disponible a la improvisación y genero movimientos, incluyendo las variantes relacionadas con la noción de energía. | | | | |
| 6 | Al realizar la imagen corporal grupal “territorio dinámico”, apporto con una actitud disponible a la improvisación y genero movimientos, incluyendo las variantes relacionadas con la noción de espacio. | | | | |
| 7 | Desarrollo mi capacidad de observación, colaboración y reflexión durante las prácticas colectiva. | | | | |
| 8 | Manifiesto con palabras mis percepciones sobre mis experiencias corporales y la de mis compañeros. | | | | |
| 9 | Genero un ambiente de seguridad y respeto al trabajo de otros y con otros. | | | | |
| Total | | | | | |

Unidad 3

Unidad 3: Lenguaje corporal

PROPÓSITO FORMATIVO

Se espera que los estudiantes generen propuestas de movimiento, utilizando diferentes manifestaciones corporales diseñadas por cada estudiante y con otros, para desarrollar la creatividad, la expresión y la comunicación. Se fomenta el pensamiento crítico en relación con los estereotipos corporales y expresivos heterogéneos que promueve la cultura visual. Pueden guiarse por las siguientes preguntas: ¿De qué manera la exploración corporal permite conocer mi cuerpo y el de los demás? ¿Por qué los procesos creativos en colaboración promueven el pensamiento crítico en torno a estereotipos corporales? ¿Cómo los movimientos forman parte de la identidad de una persona? ¿Por qué los procesos creativos en colaboración promueven la empatía y la diversidad?

Objetivos de Aprendizaje

OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

OA 3 Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

Actividad 1: Mi columna, gran activadora del movimiento

PROPÓSITO

Se pretende facilitar la toma de conciencia de la columna vertebral desde diferentes formatos (por ejemplo: imágenes, analogías) mediante materialidades que pueden abordar su cualidad de movimiento (por ejemplo: telas como una analogía de la onda) y videos de bailarines moviendo la columna, entre otros.

Objetivos de Aprendizaje

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.
- Aprovechar las herramientas disponibles para aprender y resolver problemas.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Los jóvenes se reúnen con el profesor para observar imágenes anatómicas de la columna y su relación con las extremidades. Antes de mostrar las imágenes, el docente activa conocimientos previos, preguntado componentes estructurales, ubicación y funcionales de la columna, movimientos, además de relaciones cotidianas como dolores, accidentes, sensaciones posturales y aprendizajes en otras áreas. Luego observan las imágenes y clarifican la relación con el cráneo, los brazos, la pelvis y las piernas, sus componentes y organizaciones, y exploran sus movimientos en los diferentes planos. Se recomienda que cierren los ojos para llevar la atención a la sensación de los movimientos; así afinan los rangos de movimiento y posibilidades articulares.

En dúos, un compañero está de pie con los ojos cerrados y el otro, detrás, acompaña la movilidad de la columna, tocando las apófisis espinosas con sus dedos, un toque suave y preciso que se relacione directamente con el movimiento. El estudiante que se encuentra con los ojos cerrados comienza por flexionar la columna desde el extremo superior al inferior, un movimiento lento y acompañado de una

respiración consciente. Comienza llevando la cabeza hacia abajo y descendiendo la columna vértebra por vértebra hasta llegar a la zona lumbar; las rodillas están levemente dobladas para facilitar la flexión de columna. Al llegar a la máxima flexión de columna, el compañero que recorrió todas las apófisis toca el sacro para darle claridad del extremo inferior de la columna (se puede imaginar que el extremo es el coxis, que sería la continuidad del sacro en dirección a los pies); luego, desde el contacto de la mano con el sacro, el alumno que está en flexión comienza a subir vértebra por vértebra desde el sacro hasta el cráneo, mientras su compañero toca las apófisis espinosas en dirección ascendente. Al llegar a la vertical, el profesor les da unos segundos para percibir las sensaciones de la columna; luego repiten el ejercicio y después cambian de roles.

En dúos, un integrante está de pie y el otro toca con una palma el extremo superior de la cabeza “tapa de la cabeza” (proyección del extremo superior de la columna) y con la otra mano el sacro, extremo inferior. El alumno tocado explora los movimientos de la columna, percibiendo cómo se relacionan estos extremos en el movimiento; el profesor propone consignas para que profundicen la exploración, como variar los puntos de inicios (desde la “tapa de la cabeza”, desde el coxis, desde la “tapa de la cabeza” y coxis simultáneamente, desde otra parte de la columna y cómo esta repercute en los extremos); son solo movimientos en el plano sagital y así pasan por todos los planos hasta integrarlos, con cambios de niveles y velocidades. El compañero que toca acompaña la exploración manteniendo el contacto de los extremos, puede cambiar y tocar solo un extremo o los dos simultáneamente; es un toque suave que permite sensibilizar y atender a esas zonas. Después de un tiempo de exploración, saca las manos y deja que el compañero continúe su exploración mientras lo observa. El joven que está explorando observa a su vez las demás columnas en movimiento y puede probar sensaciones que le parezcan atractivas de vivenciar. Después cambian de roles.

Siguen en dúos. Un compañero explora los movimientos de su columna y la relación de su columna con sus extremos (integración) en diferentes planos y niveles; además, explora la relación con los brazos y las piernas, cómo se percibe iniciar el movimiento desde la columna y que se expanda hacia las extremidades (brazos y/o piernas) o iniciar el movimiento desde las extremidades (brazos y/o piernas) y que llegue a la columna; pueden intentar danzar “sin columna” y con columna y percibir las diferencias. El otro integrante explora el movimiento de su columna “contagiado” por la exploración del compañero; es un contagio autónomo que le permite observar e interpretar esas sensaciones y, a su vez, tener la libertad de quedarse más tiempo en lo que le parezca atractivo experimentar. Luego cambian. Al terminar la exploración, el profesor les da cinco minutos para que cada estudiante escriba lo que percibió (sensaciones, imaginarios, formas, dimensiones) y luego lo comparten en los dúos.

El curso se divide en dos. Un grupo observa, escribe y/o dibuja lo que siente, imagina o ve; el otro improvisa desde la columna como un activador del movimiento, pueden explorar en sus movi­lidades y desde el “contagio” de los otros compañeros, integrando variaciones energéticas, temporales y espaciales. Luego hacen cambio de grupo.

Cuando terminan, comparten las apreciaciones, escritos y dibujos de lo observado y experimentado durante la práctica.

En las instancias de improvisación, el profesor observa que los estudiantes utilicen diversas habilidades motrices y perceptivas, combinándolas e integrando continuidad del movimiento al mezclarlas. Les pide que den énfasis al explorar y aplicar movimientos desde la columna y que integren diversos puntos de inicio y sus relaciones, cambios de dirección, planos y niveles; asimismo, que improvisen desde la relación con sus propias sensaciones, los otros cuerpos y el espacio. También les recuerda que cuiden su propio cuerpo y el de los demás.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión, claridad (puntos de inicio y movilidad articular) y variación de las posibilidades de movimiento de la columna vertebral, con cambios de niveles, planos y diferentes puntos de inicio. Deben combinar habilidades básicas con movimientos de la columna; por ejemplo: ¿Cómo ir al suelo y rodar, iniciando el movimiento desde la cabeza por un lado de su cuerpo?

Trasladan la experiencia del movimiento al dibujo y de este al movimiento para resignificar las sensaciones y posibilidades del movimiento desde diferentes expresiones.

En distintos momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con la temporalidad (velocidades y duración) y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para que experimenten claramente cada noción en relación con la columna; por ejemplo: si les cuesta iniciar el movimiento desde los extremos de la columna, pueden explorar sin cambio de nivel a una velocidad lenta.

Cada vez que observe que no cumplen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y las relaciones entre sus partes.
- Exploran movimientos desde las relaciones de sus partes, interactuando con variaciones temporales, espaciales y energéticas.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo pueden variar los movimientos de la columna? ¿Cómo pueden iniciar el movimiento desde la “tapa de la cabeza” en diferentes planos? ¿Qué sienten al mover la columna en el plano horizontal? ¿Qué relación tiene el movimiento de la columna con las extremidades? ¿Cómo pueden variar la velocidad de sus movimientos para desafiar sus habilidades? Durante sus actividades cotidianas, ¿qué movimientos de la columna realizan? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar más posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los demás, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos. Además, crea un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Se recomienda generar un ambiente de seguridad y respeto para ir desarrollando las exploraciones con la libertad que cada integrante requiere; asimismo, el profesor debe estar disponible para facilitar consignas, imaginarios o sensaciones que les permitan abordar la exploración.

Evalúe complementar la práctica con ambientes sonoros-musicales. Un buen momento puede ser la improvisación grupal, antes dar espacio para el silencio para así sentir con más claridad su propio movimiento.

Facilite la toma de conciencia de la columna vertebral desde diferentes formatos; por ejemplo: con imágenes, analogías con materialidades que pueden abordar su cualidad de movimiento (pueden ser telas como una analogía de la onda) y videos de bailarines moviendo la columna, entre otros.

Los momentos de observación y de apreciación son relevantes para otorgar valor a nuestras singularidades. El profesor debe resguardar esos momentos para no dar cabida a juicios que generen homogeneidad, sino más bien promover la confianza y la diversidad. En el momento de la apreciación, facilíteles diversos formatos de expresión, como hablar, escribir, dibujar, etc.

Se recomienda iniciar la clase con un video donde la columna sea el movilizador de la danza; así podrán relacionar lo que ven con sus movimientos en la vida cotidiana. Se sugiere “Steve Paxton: Material for the spine”.

Recursos y sitios web

- Steve Paxton: Material for the spine
- Bartenieff Fundamentals (BF) Part 1

Música sugerida

- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon
- Prietto - Baño de bosque

Actividad 2: Moverme desde el sonido y el olfato

PROPÓSITO

Se pretende generar un laboratorio de sentidos donde se propicie un ambiente de seguridad y respeto para que los estudiantes desarrollen las exploraciones y creaciones con la libertad y confianza que cada integrante requiere en espacios de colaboración; la idea es abrir diferentes posibilidades de exploración.

Objetivos de Aprendizaje

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.
- Tomar decisiones democráticas, respetando los derechos humanos, la diversidad y la multiculturalidad.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

El profesor les cuenta que participarán en un laboratorio de sentidos y les pregunta: ¿Qué relación tienen el olfato y el sonido con el movimiento? Luego les pide que organicen el movimiento en función de estímulos que desean conocer, alcanzar o rechazar, y que relacionen el movimiento con las características sonoras y los olores del ambiente; por ejemplo: que imaginen un árbol con manzanas y qué movimientos harían para oler una. Les da 10 minutos para que revisen su mochila y recorran la escuela en silencio, recolectando materialidades sonoras y olores que pueden ser atractivos y agradables (por ejemplo: hojas secas, piedras pequeñas, telas, tierra húmeda, frascos de vidrio).

Se organizan en tríos. Un integrante se sienta en el suelo en una posición cómoda con los ojos tapados (antifaz para dormir o venda que no presione el globo ocular). Uno de los compañeros le presenta diversos olores y sonidos: debe comenzar con el sentido del olfato y después alternar sonoridades; asimismo, prueba diferentes distancias, direcciones y alturas espaciales. Es importante dar tiempo para

relacionarse con ese olor o sonido, sentirlo y percibir qué sensaciones provoca, y poco a poco dejar que ese olor o sonido los movilice por el espacio. El tercer integrante es “testigo”: acompaña desde la observación, escribe y/o dibuja la interpretación de lo que observa cuando lo desee. Luego de un tiempo prolongado de exploración, comparten sus apreciaciones y cambian de rol. Cuando todos terminen, cada uno escribe tres palabras que sintetizen lo más significativo de la experiencia.

Luego pegan los dibujos y las anotaciones en la pared para poder observar las expresiones de todos y conversan sobre la experiencia. El profesor puede volver a la pregunta inicial: ¿Qué relación tienen el olfato y el sonido con el movimiento?

Cada alumno crea movimientos para las palabras con que sintetizó lo más significativo de la experiencia y explora en esas movi­lidades, componiendo una “historia” con tres momentos (las tres palabras). Luego, los tríos deciden una organización espacial para comenzar y terminar juntos, practican sus “historias” simultáneamente y van eligiendo momentos de encuentro desde la mirada o desde las cualidades, etc.

El curso se organiza para observar las composiciones de cada trío. Cuando terminan, comparten sus apreciaciones sobre lo observado y expresan imágenes, ideas, emociones al observar las creaciones de los demás; asimismo, comentan lo más significativo que experimentaron durante la clase.

En las instancias de improvisación, el profesor observa la capacidad de exploración del movimiento y la percepción de este, y cómo interactúan con los diferentes estímulos. Se espera que improvisen desde sus propias sensaciones, las otras materialidades y el espacio, creando movimientos en los que aplican diferentes cualidades (intensidades, velocidades, distancias, niveles y direcciones). Componen movimientos desde exploraciones relacionadas con el sentido del olfato y la audición. El docente les recuerda que cuiden su corporalidad y la de los demás. Asimismo, verifica que enuncien sus puntos de vista.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión del movimiento que generan al interactuar con sonidos y olores. Conviene plantear preguntas o variantes para adecuar la práctica a las diferencias de cada integrante; por ejemplo:

¿Cómo pueden crear movimientos desde las sensaciones provocadas por el sonido y el olfato simultáneamente?

Se sugiere crear sonidos con la voz, que se muevan por el espacio; asimismo, se recomienda grabar las sonoridades más significativas, componer un paisaje sonoro para que improvisen desde el movimiento.

Si surgen dificultades para variar los movimientos desde el sentido de la audición y/o el olfato, dé más tiempo a la práctica en tríos (antes de pasar al momento de la composición) o propiciar la experiencia desde el contacto.

Cuando observe que no cumplen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Proponga que expresen con palabras las relaciones entre expresión corporal y movimiento cuando exploran con otros sentidos; pueden compartirlo con el curso o registrarlo de manera personal.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas que permiten experimentar posibilidades de movimiento desde diferentes sensaciones y acciones.
- Exploran movimientos desde las relaciones de sus partes, interactuando con variaciones temporales, espaciales y energéticas.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Qué relación tienen el olfato y el sonido con el movimiento? ¿Cómo organizan su cuerpo cuando inician el movimiento desde el olfato? ¿Cómo organizan su cuerpo cuando inician el movimiento desde la audición? ¿En qué otros momentos del día se mueven desde la audición? ¿Cómo pueden variar el flujo de su “historia” para desafiar sus habilidades? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y de los compañeros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos; además, crea un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Se recomienda generar un ambiente de seguridad y respeto para que desarrollen las exploraciones y creaciones con la libertad y confianza que cada integrante requiere. El profesor debe estar disponible para colaborar con cada trío si lo necesitan y abrir posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

Las experimentaciones desde los sentidos demandan mucha atención; por lo mismo, hay que dar el tiempo necesario para que experimenten la propuesta, un espacio de silencio, confianza y aceptación de la diversidad.

Se debe adecuar las prácticas propuestas al contexto de los estudiantes y del espacio, y crear las variantes necesarias dependiendo de las particularidades; por ejemplo: si algún estudiante tiene hipoacusia, las referencias son táctiles o solo mediante el olor.

Facilite que, al finalizar la práctica, todos compartan apreciaciones por medio de la expresión oral.

Recursos y sitios:

- Sentidos & Percepción - Formación de Body-Mind Centering®, España

Música sugerida

- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon
- Marvin & Guy - Dance Ability (The Journey)
- Kokoroko Afrobeat Collective - Colonial Mentality | Sofar London

Actividad 3: Texturas e imaginarios

PROPÓSITO

Se pretende generar un espacio para explorar desde los sentidos; cómo se siente, cómo se escucha, qué olor/aroma tiene, entre otros, para destacar las cualidades más significativas vivenciadas por los estudiantes durante la exploración, que compartan sus apreciaciones y respondan cómo los movimientos forman parte de la identidad de una persona.

Objetivos de Aprendizaje

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Aprovechar las herramientas disponibles para aprender y resolver problemas
- Tomar decisiones democráticas, respetando los derechos humanos, la diversidad y la multiculturalidad.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Práctica con papel volantín. El profesor despliega papeles de volantín de diferentes colores (tamaño doble carta o papeles con diferentes texturas) por el suelo de la sala antes de que los jóvenes entren. Cuando llegan, se organizan alrededor de los papeles y los miran por un momento. El profesor les pregunta qué observan de los papeles y, después de un momento, comparten las respuestas.

En dúos, un integrante observa a su compañero que experimenta con el material. Elige el papel de volantín que más le guste, se da un momento para explorarlo desde los sentidos (cómo se siente, cómo se escucha, qué olor tiene) para luego lanzarlo al espacio y observar cómo cae. Repite esta acción de 4 a 8 veces hasta descubrir sus cualidades y luego explorar la cualidad de caída con sus movimientos; puede explorar el vuelo, la suspensión, el tiempo y la energía de la caída o la adaptación al entrar en contacto con el suelo. Luego prueba deslizarlo por el cuerpo de diferentes

Conexión Interdisciplinaria
Artes Visuales
OA1.
3° y 4° medio

maneras sin usar las manos, tratando de que no caiga al suelo y si cae, prueba recogerlo sin las manos; busca maneras de desafiarse en la exploración, deslizarlo solo por la espalda y desplazarse durante los deslizamientos. Luego, libremente, explora mover el papel y moverse con el papel. Después de un tiempo, el profesor pregunta: ¿Tú mueves el papel volantín o el papel volatín te mueve a ti? y observa cómo lo interpreta cada estudiante. Luego les da 5 minutos para que ambos integrantes del dúo escriban; el que observó escribe lo que vio, imaginó, sintió y pensó durante la exploración del compañero y el que experimentó escribe su experiencia, sensaciones, ideas, imágenes, descubrimientos. Luego comparten los registros y cambian de roles.

El primer integrante que exploró entra al espacio a investigar, pero ahora sin el material. Indaga las cualidades más significativas vivenciadas durante la exploración; por ejemplo: la sensación de caída con liviandad o el arrugar el papel con el cuello o soplarlo; es fiel a las cualidades que descubrió. Puede volver a experimentar con el papel si requiere recordar sus cualidades, pero luego sigue desde las sensaciones vividas. El profesor, después de un tiempo, les pide que elijan los cuatro momentos que más les gustaron de su “historia” (exploración realizada) para armar una nueva historia con esos momentos, identificar cualidades, sensaciones y relaciones singulares en cada momento. Les da tiempo para practicar y para volver al papel las veces que sea necesario. Luego todas las historias se comparten simultáneamente, se repiten como un *loop* y, a medida que se repiten, van abriendo la mirada a las otras danzas manteniendo la propia, para observarlas y relacionarse con ellas. Luego cambian de rol.

En dúos comparten las apreciaciones y se preguntan: ¿Con cuáles movimientos y cualidades me identifico más? Comparten sus respuestas y cómo cada uno percibe al otro desde las características de sus movimientos; desde estas reflexiones, contestan la pregunta esencial: ¿De qué manera los movimientos forman parte de la identidad de una persona?

En las instancias de improvisación, el docente observa que exploren los movimientos y cómo los perciben al interactuar con la materialidad (papel de volantín). La idea es que generen movimientos en los que apliquen diferentes cualidades (intensidades, velocidades, distancias, niveles y direcciones). También deben componer movimientos desde experiencias exploratorias relacionadas con la interacción materialidad-movimiento (texturas, sonidos, cualidades de movimiento).

Durante toda la clase, el profesor vela por que cuiden su propio cuerpo y el de los demás, y que enuncien sus puntos de vista por medio de la expresión oral, luego de analizar la relación entre las maneras de moverse y la identidad personal.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al agregar más momentos a cada “historia” en la composición final; también al transformar la muestra final en una improvisación *in situ* donde integren momentos de sus compañeros a su “historia” mientras danzan. También se hace más compleja cuando extreman las cualidades de movimiento que proponen para su historia; por ejemplo: caer lo más lento posible, conservando la cualidad del papel.

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con la materialidad, la temporalidad (velocidades y duración) y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar con claridad cada noción; por ejemplo: si les cuesta

crear movimientos desde la exploración con el material, les propone observar cómo cae el papel para crear un movimiento de caída o/y percibir cómo se escucha el papel para que traduzcan el sonido a movimiento.

Cuando vea que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y las relaciones entre sus partes.
- Exploran movimientos desde las relaciones de sus partes, interactuando con variaciones temporales, espaciales y energéticas.
- Componen colaborativamente improvisaciones, aplicando diversas cualidades de movimiento.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Desde qué sentidos pueden explorar la materialidad? ¿Qué diferencias y similitudes hay entre la materialidad y ustedes? ¿Cómo se sienten interpretando la cualidad de la materia? ¿Qué les permite convertirse en materialidad? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los otros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada alumno.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y creen con la libertad y confianza que necesiten y estar disponible para colaborar con cada uno si se requiere, abriendo posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

Hay que programar el tiempo de la clase para que todos los dúos, al finalizar la experiencia práctica, puedan compartir sus apreciaciones y las respuestas a la pregunta esencial: ¿De qué manera los movimientos forman parte de la identidad de una persona?

Recursos y sitios web

- Danse : Odile Duboc / Brigitte Asselineau (Le Mans)
- L'eau dans tous ses états
- Ideas para contar con el cuerpo | Edgardo Mercado | TEDxRiodelaPlata

Música sugerida

- Kinetica Disco III Full Album
- Tommy Guerrero – Road to Knowhere (Álbum completo)
- Björk: Homogenic (full album) arr. Wooden Elephant

Actividad 4: El agua y su expresividad

PROPÓSITO

Se pretende fomentar en los estudiantes el pensamiento crítico en relación con los estereotipos corporales y expresivos heterogéneos que promueve la cultura visual. También se busca aumentar la complejidad al insistir en la precisión y variación de las cualidades del movimiento desde la aplicación de contrastes y extremos cualitativos como la temporalidad.

Objetivos de Aprendizaje

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

OA 3

Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento.

ACTITUDES

- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.
- Tomar decisiones democráticas, respetando los derechos humanos, la diversidad y la multiculturalidad.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

En parejas, efectúan una práctica con una botella de agua. Un integrante observa mientras el otro explora con el material. El que indaga tiene una botella de plástico pequeña llena de agua hasta la mitad. Comienzan desplazándose con movimientos cotidianos (caminar, sentarse, pararse, detenerse) en diferentes direcciones de la sala, trasladando la botella sobre una mano y observando cómo los movimientos de su cuerpo repercuten o no en el agua. Después intentan desplazarse con cambios de niveles y direcciones sin modificar el contenido de la botella y luego exploran el extremo opuesto: desplazarse alterando intensamente el contenido de la botella; investigan las variantes de esos contrastes.

Conexión Interdisciplinaria

Artes Visuales

OA2.

3° y 4° medio

También exploran con el peso de la botella por medio de lanzamientos, suspensiones y caídas, y observan cómo estas acciones repercuten o no en el contenido y cómo sus propios movimientos varían para recibir o propulsar ese peso; van creando diferentes desplazamientos, trayectorias, cambios de niveles, variaciones de velocidad y energía.

Después, el profesor pregunta: ¿Tú mueves el agua de la botella o el agua te mueve a ti? Observa cómo lo interpreta cada alumno. Luego les da 5 minutos para que ambos integrantes del dúo escriban; el que observó escribe lo que vio, imaginó, sintió y pensó durante el ejercicio y el que experimentó, escribe su experiencia, sensaciones, ideas, imágenes, descubrimientos, recuerdos. Luego comparten los registros y cambian de roles.

En los mismos dúos, un integrante entra al espacio para explorar y el otro observa. Experimenta desde las premisas antes vivenciadas y agrega las apreciaciones del compañero; es libre de dejar la botella cuando desee para explorar con todo su cuerpo las sensaciones que desea investigar. Puede imaginar que su contorno corporal es la “botella” y que desea movilizar todo su interior, que sería el “agua”: ¿Cómo es esa agua: calma o turbulenta? ¿Qué flujos e intensidades tiene? Después de un tiempo, tienen 5 minutos para escribir y compartir sus apreciaciones, y luego cambian de rol.

Cada integrante del dúo elige los cinco momentos más significativos de las exploraciones y compone un relato pasando por cada momento y las sensaciones que le generó. Después comparten su composición y sus apreciaciones con el compañero.

El curso se divide en dos grupos: uno observa y en el otro forman parejas para improvisar. Crean un diálogo desde sus composiciones⁸, pueden moverse uno después del otro o simultáneamente, y variar sus composiciones en los ámbitos espacial, temporal e intencional, dependiendo del diálogo. Es importante que hagan pausas para observarse y atender a las imágenes que van generando. Luego le toca al otro grupo.

Cuando terminan, el curso comparte lo que percibieron al componer *in situ* con el compañero mediante el diálogo y las nuevas posibilidades de movimiento otorgadas por la “expresividad del agua”. El profesor finaliza con la pregunta esencial: ¿Por qué los procesos creativos en colaboración promueven la empatía y la diversidad? y abre el espacio para las reflexiones.

En las instancias de improvisación, el docente observa que exploren el movimiento y cómo lo perciben al interactuar con la materialidad. La idea es que generen movimientos con diferentes cualidades (intensidades, velocidades, distancias, niveles y direcciones), y que compongan movimientos según lo que exploraron con el compañero: “diálogos” y materialidad-movimiento (texturas, sonidos, cualidades de movimiento).

Durante toda la clase, deben cuidar su propio cuerpo y el de los demás, y respetar las diferentes propuestas. En la apreciación, enuncian sus puntos de vista por medio de la expresión oral.

Para aumentar la complejidad del ejercicio, cabe insistir en la precisión y variación de las cualidades del movimiento mediante contrastes y extremos cualitativos; por ejemplo, desde la noción de

⁸ Actividad propuesta para realizar evaluación sumativa; específicamente, heteroevaluación.

temporalidad, se les puede plantear: ¿Pueden generar movimientos que mantengan un flujo lo más lento posible? ¿Pueden hacer movimientos que mezclen movimientos muy suaves y muy rápidos? Deben adecuar la práctica a las diferencias de cada integrante.

En diferentes momentos de la exploración, el docente plantea preguntas relacionadas con la materialidad, la temporalidad (velocidades y duración) y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar con claridad cada noción; por ejemplo: si les cuesta aplicar cualidades explosivas (rápidas y fuertes), les da más tiempo para observar el agua en esa activación y traducir esa intensidad al movimiento o solo a una parte del cuerpo o explorar la rapidez y la intensidad por separado.

Cuando vea que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y las relaciones entre sus partes.
- Exploran movimientos desde las relaciones de sus partes, interactuando con variaciones temporales, espaciales y energéticas.
- Componen colaborativamente improvisaciones, aplicando diversas cualidades de movimiento.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Desde qué sentidos pueden explorar la materialidad? ¿Qué diferencias y similitudes existen entre la materialidad y ustedes? ¿Cómo se sienten interpretando la cualidad de la materia? ¿Cómo la experiencia de crear con la materialidad les permite aumentar la complejidad de interacción con su compañero? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los otros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada alumno.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y creen con la libertad y confianza que necesiten y estar disponible para colaborar con cada uno si se requiere, abriendo posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

El docente debe programar el tiempo de la clase para que todos los dúos puedan compartir sus apreciaciones al finalizar la práctica y respondan la pregunta esencial: ¿Por qué los procesos creativos en colaboración promueven la empatía y la diversidad?

Recursos y sitios web como Youtube, Vimeo, entre otros:

- Trasunto # 2 / El gran océano plástico - Jèssica Pujol / LSE
- Danza Sur Documental

Música sugerida

- Kokoroko - Abusey Junction // We Out Here
- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon
- Marvin & Guy - Dance Ability (The Journey)

Actividad de evaluación

PROPÓSITO

Se pretende evaluar el pensamiento crítico de los estudiantes respecto de los estereotipos corporales y expresivos y la improvisación en pareja a partir de sus propias composiciones, con instrumentos de heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación. Se pone énfasis en la exploración mediante el movimiento, la interacción y el trabajo crítico reflexivo.

| Objetivos de Aprendizaje | Indicadores de Evaluación |
|--|--|
| <p>OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Generan movimientos de manera consciente, variando el tono muscular y las relaciones entre sus partes. • Exploran movimientos desde las relaciones de sus partes, interactuando con variaciones temporales, espaciales y energéticas. |
| <p>OA 3 Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad diferentes posibilidades de movimiento</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Componen colaborativamente improvisaciones, aplicando diversas cualidades de movimiento. • Reflexionan críticamente sobre el trabajo realizado y analizan los movimientos estereotipados que se imponen en el trabajo. |

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Por medio de la siguiente escala de apreciación, el docente puede evaluar la unidad, considerando un instrumento de heteroevaluación y autoevaluación. La heteroevaluación se realiza en el momento de la clase en que improvisan en parejas desde sus propias composiciones y cuando efectúan la reflexión final.

Tipo de Evaluación: Heteroevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------|
| 1 | Explora por medio del movimiento, interactuando con las diferentes texturas, sonoridades, sensaciones espaciales y del propio movimiento. | | | | |
| 2 | Crea diferentes estrategias para variar las posibilidades de movimiento desde la exploración e interacción con el material "papel". | | | | |
| 3 | Crea movimientos, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 4 | Compone un estudio de movimiento, aplicando cualidades de movimiento "expresividad del agua". | | | | |
| 5 | Improvisa con un compañero desde su estudio de movimiento, interactuando por medio de un diálogo (pregunta - respuesta). | | | | |
| 6 | Demuestra capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal. | | | | |
| 7 | Respeto el trabajo de otros y con otros, Y genera un ambiente de seguridad. | | | | |
| TOTAL | | | | | |

Autoevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|--|-------------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Demuestro capacidad de explorar el movimiento, interactuando con texturas, sonoridades, sensaciones espacio y del propio movimiento. | | | | |
| 2 | Creo diferentes estrategias para variar las posibilidades de movimiento desde la exploración e interacción con la materia "papel". | | | | |
| 3 | Creo movimientos, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 4 | Compongo un estudio de movimiento, aplicando cualidades de movimiento "expresividad del agua". | | | | |
| 5 | Improviso con un compañero desde mi estudio de movimiento, interactuando por medio de un diálogo (pregunta - respuesta). | | | | |
| 6 | Demuestro capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal. | | | | |
| 7 | Genero un ambiente de seguridad y respeto al trabajo de otros y con otros. | | | | |
| TOTAL | | | | | |

Unidad 4

Unidad 4: Expresión y creación en danza

PROPÓSITO FORMATIVO

Se espera que los estudiantes creen en colaboración, valorando las propias manifestaciones corporales expresivas y la de los demás por medio de la danza; ello favorece los procesos de desarrollo personal e interpersonal. Puede guiarse por las siguientes preguntas: ¿Cómo generan sentidos comunes los procesos colaborativos por medio de la danza? ¿Por qué las experiencias artísticas desarrollan nuestra empatía? ¿Cómo un proceso de creación integra los intereses socioculturales de los participantes? ¿Cómo la experiencia artística resignifica la corporalidad como fuente de expresión y comunicación?

Objetivos de Aprendizaje

OA 1 Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

Actividad 1: Cadáver exquisito

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes creen, en parejas, una secuencia de movimiento que integre la sonoridad la palabra y el movimiento. Es importante que lo hagan con conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de sus compañeros. Eso establece confianza para que sigan explorando nuevas posibilidades.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

ACTITUDES

- Participar asumiendo posturas razonadas en distintos ámbitos: cultural, social, político, medioambiental, entre otros.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

El profesor plantea preguntas para activar conocimientos previos sobre el concepto “cadáver exquisito”, comparte referentes y sus principios: azar y colectividad.

En dúos, un integrante observa y escribe lo que ve, siente, imagina y piensa de la exploración que realiza su compañero. Éste indagará mediante movimientos las diferentes texturas, sonoridad y posibilidades que otorga el papel kraft (o papel de diario)⁹. El profesor plantea preguntas como: ¿Qué posibilidades de movimiento proporciona el papel? ¿Cómo puedes desplazarte con él? ¿Cuáles son sus sonoridades? ¿Cómo te sientes al envolverte? ¿Cómo te mueve el papel? Además, le entrega consignas como “si

⁹ Se recomienda comenzar la clase preguntando a los alumnos si han visto alguna danza contemporánea donde los bailarines en escena generan movimientos desde la interacción con los materiales. Pueden ver un extracto de obra donde eso suceda, como *Rien ne laisse présager de l'état de l'eau* (Odile Duboc)- extrait

encuentras un movimiento, sonoridad o textura que te interese, explórala y desarrolla movimientos desde esas sensaciones e imaginarios”. Luego, en dúos, comparten oralmente las apreciaciones de ambos y después cambian de roles.

Después, cada integrante del dúo compone una secuencia de movimiento con los cuatro momentos que más le interesaron de su exploración, ya sin material (papel), pero conservando su cualidad, y los organizan secuencialmente, integrando variaciones de tiempo, energía y espacio; practican hasta memorizar la propuesta. Cada uno le muestra su composición al otro y el compañero escribe lo que observa, siente, imagina y piensa; luego lo comparten y el integrante que practicó vuelve a mostrar, incorporando las apreciaciones que le interesaron del relato del compañero. Después cambian de roles.

Se juntan tres dúos. Cada alumno recorta dos palabras que más les interesan de los escritos y organizan un cuento o un relato con todas las palabras del grupo.

Se reúnen en grupos, eligen una ubicación de inicio y de término y todos interpretan su respectiva secuencia de movimiento simultáneamente, integrando decisiones espaciales y temporales en relación con los demás compañeros. Mientras un grupo muestra, otro lee simultáneamente su cuento o relación a modo de paisaje sonoro, integrando variantes temporales e intensidades en la oralidad. Así, todos los grupos muestran sus composiciones sonorizadas por los cuentos/relatos de los compañeros.

Cuando terminan, todo el curso comparte apreciaciones sobre la experiencia de componer, mostrar y crear un cuento/relato “cadáver exquisito” desde las palabras que cada uno aportó. El profesor finaliza con la pregunta esencial: ¿De qué manera generan sentidos comunes los procesos colaborativos mediante la danza? y se abre el espacio para la reflexión.

Durante la exploración con el material, el docente observa que apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas, investigando diversas cualidades (velocidades, duraciones, distancias, direcciones, intensidades) y posibilidades, y variando sus modos habituales de abordar el movimiento. Tienen que poner atención a su propio cuerpo y a las sensaciones que se producen al moverse desde el sonido, las imágenes y las posibilidades particulares que proporciona el material, interactuando con este. Sobre esa base, componen su secuencia de movimiento, la presentan y crean *in situ* un paisaje sonoro desde el “cadáver exquisito”. En la reflexión final, comparten sus puntos de vista.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al agregar más momentos a la secuencia de movimiento, en la composición final y al precisar contraste en los ámbitos temporal, espacial y energético.

Luego crean en parejas: uno compone una secuencia de movimiento y el otro crea un “cadáver exquisito” y lo sonoriza. Luego crean una secuencia de movimiento que integre la sonoridad del “cadáver exquisito”; es decir, componen con la palabra y el movimiento.

Si les cuesta explorar con la materialidad, se les puede plantear preguntas como: ¿Pueden explorar el papel sin las manos? ¿Pueden probar los movimientos y las cualidades del papel solo con la columna? Al no apropiarse de la cualidad del papel, seguir con él durante la creación de la secuencia.

Cuando vea que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Adjuntan espontáneamente sus movimientos e interpretaciones a estructuras sencillas de espacio y tiempo.
- Componen en colaboración variadas posibilidades de relacionarse, expresar y crear imaginarios desde el movimiento.
- Generan procesos creativos en colaboración, desde la interacción con sus pares y el uso de materialidad.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Desde qué sentidos pueden explorar la materialidad? ¿Qué diferencias y similitudes hay entre la materialidad y ustedes? ¿Cómo se sienten interpretando la cualidad de la materia? ¿Cómo les ayudan los movimientos de sus compañeros a encontrar otras posibilidades de expresión? ¿Qué diferencias perciben al crear con sonidos y al crear con movimientos? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo se siente mostrar una secuencia de movimientos a los compañeros mientras ellos componen la sonoridad?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los otros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada alumno.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y creen con la libertad y confianza que necesiten y estar disponible para colaborar con cada uno si se requiere, abriendo posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

Hay que programar el tiempo de la clase para que, cuando los grupos terminen la práctica, puedan compartir sus apreciaciones y respuestas a la pregunta esencial: ¿De qué manera generan sentidos comunes los procesos colaborativos por medio de la danza?

Recursos y sitios web

- <https://www.curriculumnacional.cl/link/https://www.museoreinasofia.es/coleccion/obra/cadavre-exquis-cadaver-exquisito>
- Rien ne laisse présager de l'état de l'eau (Odile Duboc)- extrait

Actividad 2: Relatos cotidianos

PROPÓSITO

Se pretende que resuelvan procesos de creación en colaboración a partir de una noticia de interés del grupo. Deben traducir al lenguaje corporal qué les provoca la información en sus emociones y en los diferentes movimientos, relaciones espaciales, desplazamientos y variaciones temporales y energéticas.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

ACTITUDES

- Pensar con apertura hacia otros para valorar la comunicación como una forma de relacionarse con diversas personas y culturas, compartiendo ideas que favorezcan el desarrollo de la vida en sociedad.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Se arman grupos de cinco/seis integrantes. El profesor comparte un diario por grupo. Cada grupo elige una noticia de interés y dibuja en una cartulina trazos y formas de diferentes colores inspirados por esa noticia; la consigna es traducir al dibujo lo que siente, piensa, imagina de la noticia. Hacen el dibujo entre todos, sin hablar. Cada estudiante del grupo aporta con una sugerencia (trazos, intensidad, formas) y el compañero que sigue se relaciona con esa sugerencia y propone la suya; siguen así hasta que cada uno participe dos o tres veces.

Conexión Interdisciplinaria
Lengua y Literatura
OA6.
3° medio

Luego se regalan los dibujos entre los grupos. Cada grupo se inspira en el dibujo recibido para crear diferentes movimientos, relaciones espaciales, desplazamientos y variaciones temporales y

energéticas; además, integran las emociones que les generó la noticia. Después de un tiempo, cada grupo organiza una composición grupal por medio del movimiento, con lo que más le interesó de su exploración; deciden en conjunto cómo armarla.

Cada grupo muestra su composición grupal dos veces seguidas. La segunda vez, el grupo que creó el dibujo lee en voz alta *in situ* la noticia a modo de paisaje sonoro, pero imaginando que es un noticiario. Los que están bailando escuchan mientras bailan y se dejan influenciar por lo que escuchan, sin cambiar la forma de su composición, pero sí las cualidades del movimiento si lo desean.

Después, el curso comparte apreciaciones sobre la experiencia de crear un dibujo colectivamente, de componer por medio del movimiento y mostrar, y de modificar sus decisiones *in situ* por la escucha de otro relato. El profesor finaliza con la pregunta esencial: ¿Por qué las experiencias artísticas desarrollan nuestra empatía? Abre el espacio para la reflexión.

Durante la improvisación, observa que apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas para explorar diversas cualidades (velocidades, duraciones, distancias, direcciones, intensidades) y posibilidades de movimientos, variando sus modos habituales de abordarlo. Además, procura que presten atención a su propio cuerpo y a las sensaciones que se producen al moverse desde las imágenes o desde una emoción motivada por la lectura de la noticia. Cuando componen colaborativamente, deben estar atentos a la propia corporalidad y la de los demás. Durante la apreciación, enuncian oralmente sus puntos de vista.

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión y variación de las posibilidades de movimiento, para así adecuar la práctica a las diferencias de cada integrante. Por ejemplo: al improvisar desde el “regalo” (dibujo creado por otro grupo), tienen que incluir variaciones espaciales y temporales, además de cambios de intensidad, conservando un flujo de movimiento continuo. Luego van aumentando las combinaciones o los contrastes.

En la composición final, deben incluir el uso de la palabra inspirados por la noticia leída.

Durante la improvisación, el docente plantea preguntas relacionadas con la temporalidad (velocidades y duración), la intensidad, y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar con claridad cada noción; por ejemplo: si les cuesta incluir la noción de espacialidad, se les puede sugerir que exploren el nivel bajo.

Cuando vea que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Adjuntan espontáneamente sus movimientos e interpretaciones a estructuras sencillas de espacio y tiempo.
- Componen en colaboración variadas posibilidades de relacionarse, expresar y crear imaginarios desde el movimiento.
- Generan procesos creativos en colaboración, desde la interacción con sus pares y el uso de materialidad.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Qué diferencia tiene moverse desde las imágenes y desde las emociones generadas por la noticia leída? ¿Cómo se siente componer *in situ* escuchando un paisaje sonoro “noticia” relatada por los compañeros? ¿Cómo logran integrar las propuestas de los otros grupos en las composiciones grupales? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Cómo se relacionan la empatía y la creación grupal?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los otros, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento mediante análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada alumno.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y creen con la libertad y confianza que necesiten y estar disponible para colaborar con cada alumno y grupo si se requiere, abriendo posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

Debe revisar cuidadosamente el material que les entrega (noticias del diario) para prever posibles ámbitos reflexivos.

Asimismo, tiene que programar el tiempo de la clase para que todos los grupos, al finalizar la experiencia, puedan compartir sus apreciaciones y respuestas a la pregunta esencial: ¿Por qué las experiencias artísticas desarrollan nuestra empatía?

Recursos y sitios web

- Marvin & Guy - Dance Ability (The Journey)
- Aikyo. Cajita de música. Granada. Hang, Bells, Flauta & Chelo
- Kinetica Disco III Full Album
- Alva Noto & Ryuichi Sakamoto Vrioon

Actividad 3: Collage en movimiento

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes experimenten y compongan colectivamente mediante el movimiento, y que valoren las propias manifestaciones corporales expresivas y las de los demás en el movimiento y la danza.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

ACTITUDES

- Participar asumiendo posturas razonadas en distintos ámbitos: cultural, social, político, medioambiental, entre otros.
- Responsabilidad por las propias acciones y decisiones con conciencia de las implicancias que estas tienen sobre uno mismo y los otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

En tríos o cuartetos, salen a recorrer la escuela para fotografiar dos lugares que llamen su atención por poco habituales; es importante que miren los lugares seleccionados desde diferentes puntos de vista¹⁰ para que elijan la imagen que más les interese. Pueden sacar las fotos con un celular o hacer un encuadre de papel; lo importante es que todo el grupo tenga claras las dos imágenes.

Al volver a la sala, los grupos exploran movimientos, sensaciones, relaciones corporales de distancia, niveles y desplazamiento, como si estuvieran recorriendo y habitando el espacio fotografiado. Deben recordar la temperatura, la luz, la textura, las formas. Observan cada foto durante 15 minutos y crean

¹⁰ Cabe reforzar que, al cambiar el punto de vista, la imagen se transforma. Se recomienda darles un ejemplo de cambio de punto de vista y que describan lo que ven, antes de salir a recorrer la escuela; por ejemplo: todo el curso se para frente a un paisaje y lo describe en voz alta, luego buscan otra posición desde donde mirar sin cambiar de lugar (acostados en el suelo) y describen lo que ven.

una composición con los momentos más significativos de la exploración. Se les puede proponer la idea de un “collage”¹¹, de modo que creen una gran imagen en movimiento entre todos, comenzando por una de las imágenes y terminando en la otra. Deciden consignas generales para las variaciones temporales, espaciales, energéticas y el tiempo de cada imagen, y componen *in situ* al mostrarlo a los compañeros y al profesor.

Oscurecen la sala (con diario o bolsas de basura) y vuelven a mostrar la composición grupal, pero ahora quienes observan van creando *in situ*, con la luz de sus celulares o linternas, diferentes posibilidades de observar la composición y de componer con la luz: ¿Qué deseo ver? ¿Qué deseo hacer aparecer? Tienen que prestar atención a las imágenes que se van creando.

Al terminar, el curso comparte apreciaciones sobre la experiencia de componer colectivamente por medio del movimiento y mostrar, de recorrer la escuela buscando espacios de menor uso y habitándolos desde la imaginación y el movimiento, y de la experiencia de componer con iluminación. El profesor finaliza con la pregunta esencial: ¿Cómo un proceso de creación integra los intereses socioculturales de los participantes? y abre el espacio para la reflexión.

Durante la exploración, observa que apliquen las habilidades motrices y senso-perceptivas al explorar diversas cualidades (velocidades, duraciones, distancias, direcciones, intensidades) y variando sus modos habituales de abordar el movimiento gracias al paisaje que proponen las imágenes. Se espera que diversifiquen los puntos de vistas, tanto al sacar la imagen “foto” como al improvisar con la luz.

Cuando componen colaborativamente una “gran imagen en movimiento”, deben estar atentos a la propia corporalidad y la de los demás. Y durante la apreciación, enuncian oralmente sus puntos de vista.

Conexión Interdisciplinaria
Lengua y Literatura
OA6.
3° medio

La práctica propuesta aumenta su complejidad al insistir en la precisión y variación de las posibilidades de movimiento (contrastes cualitativos), para así adecuarla a las diferencias de cada integrante. Por ejemplo: se propone que, dentro de la “gran imagen en movimiento”, generen dos momentos con cambios cualitativos.

Componen la “gran imagen en movimiento” incluyendo las linternas.

Durante la improvisación, el docente plantea preguntas relacionadas con la temporalidad (velocidades y duración), la intensidad, y la espacialidad (niveles, direcciones y trayectorias) y les da tiempo para experimentar claramente cada noción; por ejemplo: si les cuesta incluir la noción de espacialidad, puede hacer referencias a la mirada, hacia dónde está el foco y dar tiempo para que experimenten un foco interno (hacia el propio cuerpo) y un foco externo hacia los compañeros y/o el espacio, que luego pueden complementar con la linterna.

Cuando vea que no siguen las consignas o que requieren más tiempo y atención, detenga la práctica e invítelos a generar movimientos, tomando conciencia de las diferentes acciones corporales propias y de los demás. Eso les dará confianza para seguir explorando nuevas posibilidades.

¹¹ Se sugiere mostrarles obras creadas desde el collage; por ejemplo: la obra de Hannah Höch.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo en relación con el espacio y el tiempo.
- Generan procesos creativos en colaboración, desde la interacción con sus pares y el uso de materialidad.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

El profesor hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo se siente observar desde diferentes puntos de vista? ¿Cómo se modifica el cuerpo al observar desde otro punto de vista y cómo repercute eso en el movimiento? ¿Cómo aparecen los gestos cotidianos al explorar las imágenes seleccionadas? ¿Cambia la percepción de lo observado al mirar a través de una luz que tú manejas? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron?

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los demás, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de conciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

Se recomienda crear un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y creen con la libertad y confianza que necesiten y estar disponible para colaborar con cada alumno y grupo si se requiere, abriendo posibilidades de exploración con preguntas y ejemplos.

Pueden trabajar más tiempo con las luces del celular o linterna si es necesario, ya que ello refuerza la idea de que el “punto de vista” modifica la experiencia y, además, fortalece la noción de apreciador activo.

Recursos y sitios web

Ejemplo de artista que crea por medio del collage:

- <https://www.curriculumnacional.cl/link/https://historia-arte.com/artistas/hannah-hoech>

Obra de Paulina Mellado, coreógrafa chilena, integra diseño lumínico en la interpretación:

- Teaser “Diana”

Actividad 4: Nuestras palabras

PROPÓSITO

Se pretende que los estudiantes investiguen, por medio de movimientos, los diferentes olores/aromas, texturas y sonoridad para que creen en colaboración y reflexionen cómo la experiencia artística resignifica la corporalidad como fuente de expresión y comunicación.

Objetivos de Aprendizaje

OA 1

Manifestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.

OA 2

Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

ACTITUDES

- Pensar con apertura hacia otros para valorar la comunicación como una forma de relacionarse con diversas personas y culturas, compartiendo ideas que favorezcan el desarrollo de la vida en sociedad.
- Participar asumiendo posturas razonadas en distintos ámbitos: cultural, social, político, medioambiental, entre otros.

DURACIÓN

12 horas

DESARROLLO

Cada estudiante explora con movimientos las diferentes texturas, sonoridades y posibilidades que otorga una bolsa de basura grande o un plástico grande (con posibilidad de envolverse). El profesor les pregunta: ¿Qué posibilidades de movimiento me proporciona el plástico? ¿Cómo puedo desplazarme con él? ¿Cuáles son sus sonoridades? ¿Qué partes del cuerpo y del espacio puedo cubrir y descubrir? Asimismo, les da consignas como: “Si encuentras un movimiento, sonoridad o textura que te interesen, explóralas y desarrolla movimientos desde esas sensaciones e imaginarios”. Al finalizar, cada uno escribe seis palabras que emergen de la exploración, cada palabra en un papel blanco.

Se juntan en parejas. Uno de ellos le muestra al otro las palabras, una por una, y el otro, inspirado por ellas, crea *in situ* un relato por medio del movimiento/acciones, variando las cualidades de la narración. Las palabras pueden ir pasado rápido una tras otra o variando la velocidad. Luego cambian de roles.

Después de esa experiencia, todos vuelven a explorar con los plásticos, dejando que la experiencia de improvisar desde las palabras también incida.

El curso se divide en dos grupos. Uno improvisa y crea una composición *in situ*¹² desde los momentos más significativos de la exploración con el plástico, pero ahora sin el plástico; deben conservar la cualidad y las sensaciones que provocaba. Quienes observan leen sus palabras aleatoriamente, con diferentes ritmos e intensidades, creando el paisaje sonoro a la composición; los que están improvisando escuchan mientras bailan y se dejan influenciar por lo que escuchan si lo desean. Luego, cambian de roles.

Al terminar, comparten sus apreciaciones sobre la experiencia de componer colectivamente *in situ* por medio del movimiento y de la palabra. También conversan sobre el uso del plástico en la actualidad y la contaminación que provoca. El profesor finaliza con la pregunta esencial: ¿De qué manera la experiencia artística resignifica la corporalidad como fuente de expresión y comunicación? y abre un espacio a la reflexión.

Tiene que fijarse en que los jóvenes exploren desde la relación con sus propias sensaciones, las materialidades (plástico-palabra) y el espacio, creando movimientos con diferentes cualidades (intensidades, velocidades, distancias, niveles y direcciones). Deben improvisar movimientos desde la interacción con los materiales, resignificar sensaciones por medio de la palabra y las palabras mediante movimientos. Tienen que interpretar la experiencia con el plástico sin este, y componer colectivamente *in situ*, atendiendo al grupo en general y considerando las propuestas de los compañeros. Luego expresan oralmente sus puntos de vista.

La práctica aumenta su complejidad al insistir en la precisión y variación de las posibilidades de movimiento durante la improvisación *in situ*, pues deben ir decidiendo con diversas propuestas corporales en relación con la propuesta de los compañeros. También tienen que integrar el uso de la palabra o sonoridades durante la improvisación para componer con la palabra y el movimiento simultáneamente.

Si les cuesta variar los movimientos desde la interacción con el material (plástico), el profesor les da relacionadas con los sentidos (cómo se escucha, cómo se siente su textura) y posibilidades de relación (mover el plástico, observarlo, dejar que te mueva). Si les resulta difícil traducir la experiencia a palabras, les propone consignas que destaquen una cualidad de la interacción; por ejemplo, sonido fuerte: ¿Qué sientes con los sonidos fuertes y qué imaginas? Si la dificultad está en componer *in situ*, que detengan la composición cada cierto tiempo para observar en qué está el propio cuerpo y el de los compañeros y después sigan; esto permite una retroalimentación que abre posibilidades para seguir.

¹² Actividad propuesta para realizar evaluación sumativa; específicamente, heteroevaluación.

Observaciones al docente

Se puede usar los siguientes indicadores, entre otros, para evaluar formativamente:

- Componen en colaboración variadas posibilidades de relacionarse, expresar y crear imaginarios desde el movimiento.
- Generan procesos creativos en colaboración, desde la interacción con sus pares y el uso de materialidad.
- Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación.

Para propiciar la expresión corporal y el cuidado del propio cuerpo y el de los demás, el docente refuerza actitudes que demuestren empatía y toma de consciencia del propio cuerpo en movimiento por medio de análisis reflexivos, en un ambiente que promueva la participación y el respeto por las singularidades motrices, expresivas y creativas de cada estudiante.

El docente hace diferentes preguntas durante los ejercicios para aumentar la complejidad de las habilidades motrices y senso-perceptivas, a fin de que cada estudiante pueda manifestar su expresión corporal e interactúen entre ellos; por ejemplo:

¿Cómo pueden traducir el movimiento a la palabra? ¿Cómo se siente moverse desde el sentido de la audición o del tacto mediante las texturas? ¿Qué partes puedes cubrir del cuerpo y cómo te sientes con partes del cuerpo “desaparecidas”? ¿En qué momento del día usas plásticos? ¿Cómo afecta la palabra al movimiento? ¿A qué tienes que atender para componer en grupo? ¿Qué fue más difícil? ¿Cómo lo resolvieron?

Se recomienda propiciar un ambiente de seguridad y respeto para que exploren y cree con la libertad y confianza que cada integrante requiere, y estar disponible para colaborar con cada estudiante y grupo si lo necesitan. Puede abrirles posibilidades de exploración con preguntas o ejemplos.

Hay que programar el tiempo de la clase para que todos los grupos puedan compartir sus apreciaciones y las respuestas a la pregunta esencial, al finalizar la práctica: ¿De qué manera la experiencia artística resignifica la corporalidad como fuente de expresión y comunicación?

Actividad de evaluación

PROPÓSITO

Se pretende evaluar durante la práctica de clase y en grupo cómo la creación integra los intereses socioculturales de los participantes durante el proceso.

| Objetivos de Aprendizaje | Indicadores de Evaluación |
|---|--|
| <p>OA 1 Manifiestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizan habilidades motrices básicas y específicas para explorar las diferentes posibilidades de movimiento que les ofrece su cuerpo en relación con el espacio y el tiempo. |
| <p>OA 2 Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Componen en colaboración variadas posibilidades de relacionarse, expresar y crear imaginarios desde el movimiento. • Resignifican su corporalidad como fuente de expresión, comunicación y creación. • Reflexionan sobre las construcciones y creaciones corporales realizadas y analizan cómo integraron sus intereses personales en la demostración. |

DURACIÓN

12 horas

Por medio de la siguiente escala de apreciación, el docente puede evaluar el proceso de la unidad, considerando un instrumento de heteroevaluación y autoevaluación. La heteroevaluación se realiza cuando componen *in situ* en grupo, junto con la reflexión final.

Tipo de Evaluación: Heteroevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------|
| 1 | Explora por medio del movimiento, interactuando con las diferentes texturas, sonoridades, sensaciones espaciales y del propio movimiento. | | | | |
| 2 | Crea diferentes estrategias para variar las posibilidades de movimiento desde la exploración e interacción con el material "plástico". | | | | |
| 3 | Crea movimientos, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 4 | Compone <i>in situ</i> por medio del movimiento, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 5 | Demuestra capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal. | | | | |
| 6 | Respeto el trabajo de otros y con otros, y genera un ambiente de seguridad. | | | | |
| TOTAL | | | | | |

Autoevaluación

| N° | Indicadores | Nivel 4 Completamente logrado | Nivel 3 Mayoritariamente logrado | Nivel 2 Parcialmente logrado | Nivel 1 Por lograr |
|-------|--|-------------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Demuestro capacidad de explorar el movimiento, interactuando con texturas, sonoridades, sensaciones espacio y del propio movimiento. | | | | |
| 2 | Creo diferentes estrategias para variar las posibilidades de movimiento desde la exploración e interacción con el material "plástico". | | | | |
| 3 | Creo movimientos, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 4 | Compongo <i>in situ</i> por medio del movimiento, aplicando variantes de intensidades, espaciales y temporales. | | | | |
| 6 | Demuestro capacidad de observación, colaboración y reflexión durante la práctica corporal. | | | | |
| 7 | Genero un ambiente de seguridad y respeto al trabajo de otros y con otros. | | | | |
| TOTAL | | | | | |

Proyecto Interdisciplinario

Manual de Orientación

¿Qué es el Aprendizaje Basado en Proyectos?

El Aprendizaje Basado en Proyectos se define como una propuesta de enseñanza que se organiza en torno a un problema o necesidad que se puede resolver, aplicando diferentes perspectivas y áreas del conocimiento. Para encontrar la solución, los estudiantes movilizarán conocimientos, habilidades y actitudes durante todo el proceso hasta llegar a una solución que se expresa en un producto. Los proyectos surgen desde sus propias inquietudes e intereses, potenciando así su motivación por aprender y su compromiso frente al propio aprendizaje.

¿Por qué fomenta el trabajo interdisciplinario?

La complejidad de un problema real o necesidad es la razón que justifica la participación y conexión de distintos saberes y disciplinas. Por ejemplo, los proyectos STEM se desarrollan sobre problemas o necesidades que vinculan ciencia, tecnología, matemática e ingeniería para su solución.

¿Cómo se relaciona con las Habilidades para el siglo XXI?

La metodología de proyecto permite que los estudiantes potencien estas habilidades y actitudes, ya que, por ejemplo, su procedimiento los organiza para que busquen juntos una solución, los desafía para que flexiblemente encuentren una respuesta nueva al problema y para que reflexionen con otros desde diferentes perspectivas, generando así el trabajo colaborativo, la comunicación y el pensamiento crítico y creativo.

¿Cuáles son los elementos del Aprendizaje Basado en Proyectos?

Pregunta o problema central

Los problemas que se aborda en un proyecto se vinculan con situaciones reales y significativas para los estudiantes. Se relacionan con sus inquietudes e intereses y los motivan a explorar y participar activamente en la búsqueda responsable de una solución.

Indagación sostenida

Cuando se enfrentan a un problema desafiante, comienza el proceso de búsqueda para construir soluciones. Durante este proceso, los alumnos hacen nuevas preguntas, utilizan recursos y profundizan los conocimientos.

Autenticidad

Los proyectos tienen un contexto auténtico. Por ejemplo: los estudiantes resuelven problemas que enfrentan las personas fuera de la escuela, pero también pueden centrarse en problemas auténticos dentro de ella. Los proyectos pueden tener un impacto real en los demás, como cuando los alumnos atienden una necesidad en su escuela o comunidad (por ejemplo: diseñar y construir un huerto escolar,

mejorar un parque comunitario, ayudar a los inmigrantes locales); también pueden crear algo que otras personas usarán o experimentarán. Un proyecto puede tener autenticidad personal si refleja las preocupaciones, los intereses, las culturas, las identidades y los problemas de los estudiantes en sus vidas.

Voz y elección del estudiante

Los alumnos deben sentir que pueden participar activamente, tomar decisiones, expresar sus puntos de vista, proponer soluciones durante el trabajo en equipo y expresarse por medio de los productos que crean. Participan activamente en un proyecto, desde el momento en que identifican el problema hasta que divulgan el producto; así fortalecen su compromiso y motivación con el propio aprendizaje.

Metacognición

A lo largo de un proyecto los estudiantes –junto con el docente– deben reflexionar sobre lo que están aprendiendo, cómo están aprendiendo y por qué están aprendiendo. La reflexión puede ocurrir de manera informal, como parte de la cultura y el diálogo en el aula, pero también debe ser una parte explícita de los diarios del proyecto, la evaluación formativa programada, las discusiones en los puntos de control del proyecto y las presentaciones públicas de su trabajo. La reflexión sobre el proyecto en sí, cómo se diseñó e implementó, los ayuda a decidir cómo podrían abordar su próximo proyecto y a mejorar la forma de aplicar esta metodología.

Crítica y revisión

Los estudiantes deben estar abiertos a dar y recibir comentarios constructivos acerca del trabajo propio y el de sus compañeros, lo que permite mejorar los procesos y productos del proyecto. Idealmente, tiene que hacerlo según protocolos formales y con el apoyo de rúbricas. Los invitados o expertos externos también pueden ayudar, brindando un punto de vista auténtico y real. La crítica y revisión del trabajo propio permite a los alumnos evaluar los resultados de su aprendizaje, fortaleciendo la evaluación formativa.

Producto público

A diferencia de otras metodologías, en el Aprendizaje Basado en Proyectos la respuesta o solución a la pregunta o problema se expresa en un "producto", que puede ser un artefacto tangible, multimedial o digital, una presentación sobre la solución a un problema, un desempeño o evento, entre otras opciones. Al finalizar el proyecto, los estudiantes tienen que poder presentarlo públicamente; eso aumenta su motivación, ya que no se reduce a un intercambio privado entre profesor y alumno. Esto tiene un impacto en el aula y en la cultura escolar, pues ayuda a crear una "comunidad de aprendizaje", en la cual los estudiantes y los maestros discuten lo que se está aprendiendo, cómo se aprende, cuáles son los estándares de desempeño aceptables y cómo se puede mejorar el desempeño de los alumnos. Finalmente, hacer que el trabajo de los alumnos sea público es una forma efectiva de comunicarse con los pares y los miembros de la comunidad.

¿Qué debo considerar antes de la ejecución de un proyecto?

- Incorporar en la planificación anual de la asignatura una o más experiencias de proyectos, tomando en cuenta el tiempo semanal de la misma.
- Si la asignatura es de 2 horas a la semana, se recomienda incorporar un proyecto acotado o abordar toda una unidad de aprendizaje mediante esta metodología.
- Si la asignatura es de 6 horas semanales, se recomienda destinar un tiempo fijo a la semana (por ejemplo, 2 horas) para el proyecto.
- La planificación anual también debe incorporar la exhibición pública de los proyectos. Se recomienda que sea una instancia en que se invite a los padres, familias, expertos y otros miembros de la comunidad (se sugiere solicitar a la dirección del establecimiento que reserve un día para llevar a cabo la actividad).
- Identificar en los Objetivos de Aprendizaje, tópicos, necesidades o problemas que se pueda abordar interdisciplinariamente con dos o más asignaturas.
- Si el proyecto involucra a dos o más asignaturas, los profesores deben planificarlo juntos y solicitar un tiempo adecuado para ello a su jefe técnico o al director.
- Una vez hecha esta planificación e iniciado el año escolar, se debe explicar a los estudiantes en qué consiste esta metodología, exponerles los tópicos que se identificó en las Bases Curriculares y pedirles que, a partir de ello, propongan problemas o preguntas que se puede resolver o responder mediante un proyecto.
- El Aprendizaje Basado en Proyectos requiere de un trabajo grupal y colaborativo. Cada integrante del grupo debe asumir un rol específico, el cual puede ir rotando durante la ejecución del proyecto.

¿Cómo se organiza y ejecuta el proyecto?

Para organizar el proyecto, se presenta una ficha con diferentes componentes que ayudarán a ejecutarlo. A continuación, se explica cada uno de esos componentes.

Resumen del proyecto

Síntesis del tema general, el propósito y el resultado esperado del proyecto.

Nombre del proyecto

Se recomienda incluir un subtítulo que evidencie el tema o el contenido que se trabaja en el proyecto.

Problema central

En esta sección, se expone un párrafo de la pregunta o problema que se quiere resolver por medio del proyecto. Se recomienda explicar cuál es el tema que se va a resolver y por qué el proyecto puede hacerlo o desarrollar reflexiones profundas en los alumnos.

Propósito

Se explica el objetivo general y específico del proyecto.

Objetivos de Aprendizaje de Habilidades y Conocimientos

En esta sección, se explica cuáles son los Objetivos de Aprendizaje de la asignatura que se desarrollará en el proyecto. Se espera que sean interdisciplinarios, por lo que se recomienda incorporar los OA de las otras asignaturas involucradas.

Tipo de Proyecto Interdisciplinario

Es importante aclarar qué aspectos de las distintas disciplinas se aplicará en el proyecto. Esta sección busca que el docente exponga y explique tales relaciones de manera que sea más fácil guiar el trabajo interdisciplinario. Para esto, conviene que se coordine con los profesores de las otras áreas disciplinares.

Producto

Todo proyecto debe tener como resultado un producto; es decir, algún objeto, aparato, informe, estudio, ensayo, disertación oral, escrita, visual, audiovisual o multivisual para que los estudiantes divulguen el trabajo realizado.

Habilidades y actitudes para el siglo XXI

Es importante que el docente resalte que esta metodología pretende que los alumnos desarrollen habilidades y actitudes del siglo XXI, que son transversales a todas las áreas del currículum. Esto permite que profesores y alumnos sean conscientes de que ellas van más allá de los conocimientos y habilidades disciplinares.

Recursos

Se tiene que describir los componentes, insumos de trabajo, bibliografía o elementos fundamentales para el proyecto.

Etapas

Hay que planificar el proyecto según fases de trabajo, considerando el tiempo destinado al mismo en la planificación anual.

Cronograma semanal

Es importante planificar el avance del proyecto clase a clase; en una sola se puede desarrollar más de una etapa, o una etapa puede durar más de una clase. Lo importante es que la planificación sea clara y ordenada para que profesor y alumnos trabajen de la manera más regular posible, considerando los avances u obstáculos que puedan encontrar en el desarrollo del proyecto.

Evaluación formativa y sumativa

En esta sección, el docente tiene que especificar con qué criterios se evaluará el proyecto y qué instrumentos se aplicará, tanto en la dimensión formativa como en la sumativa. Es importante recordar que la retroalimentación es un componente esencial del proyecto, por lo que profesor debe señalar cómo llevará a cabo dicho proceso.

Difusión final

Dependiendo del objetivo del proyecto, se sugiere que cuando lo terminen, los alumnos dediquen algún tiempo para difundirlo a la comunidad escolar.

Proyecto: Relatos cotidianos: los gestos hablan y las palabras nos mueven.

Resumen del Proyecto

El proyecto tiene como objetivo la producción creativa de textos abordados desde el lenguaje corporal, oral, visual y escrito. Para ello, deben explorar la mezcla entre lenguajes que compartirán en un encuentro artístico con la comunidad escolar.

Relatos cotidianos, los gestos hablan y las palabras nos mueven será el lema del encuentro, que propone destacar el valor de la diversidad cultural de los integrantes de la comunidad, con todas sus semejanzas y diferencias, enriquecida gracias a las vinculaciones propias del contexto escolar.

Los estudiantes podrán reflexionar sobre las diversas culturas que confluyen en un contexto escolar y cómo dicho contexto crea una cultura en particular, respetando las diferencias.

Nombre del Proyecto

RELATOS COTIDIANOS, LOS GESTOS HABLAN Y LAS PALABRAS NOS MUEVEN

Problema central

La comunidad escolar, en general, no se reúne para integrar las diferentes culturas que convergen en su establecimiento y reflexionar sobre el valor de la diversidad. Por el contrario, hay una tendencia a generar sesgos culturales, estereotipos y discriminaciones que restringen el desarrollo integral de los estudiantes.

¿Cómo podemos crear instancias para integrar las diferentes culturas y valorar la diversidad?

Propósito

Se espera que los estudiantes realicen una producción creativa de textos que integren el lenguaje corporal, visual, oral y escrito, para compartirla con la comunidad en un encuentro escolar artístico. Este encuentro será una instancia de respeto por la diversidad y los sesgos culturales que pueden estar presentes en dicha comunidad.

Objetivos de Aprendizaje

Expresión Corporal

- Manifestar la expresión de su corporalidad y la de otros desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.
- Descubrir un lenguaje corporal propio, a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.

Preguntas

- ¿Cómo podemos enriquecer la vida en nuestra comunidad educativa para integrar las diferentes culturas que la componen?
- ¿Cómo logra el arte integrar las expresiones orales, escritas, visuales y corporales?
- ¿Por qué la indiferencia cotidiana es una forma de discriminación cultural?

Lenguaje y Literatura

- Usar los recursos lingüísticos y no lingüísticos (visuales, sonoros y gestuales) al producir textos, considerando su incidencia en el posicionamiento frente al tema, en los roles y actitudes asumidos ante la audiencia, y la forma en que dichos recursos se combinan para construir el sentido del discurso.

¿De qué manera nuestras expresiones corporales impiden fomentar la integración cultural?

¿Por qué las expresiones artísticas nos permiten valorar e integrar la diversidad cultural?

¿De qué forma las expresiones artísticas constituyen una instancia de integración cultural?

Tipo de Proyecto Interdisciplinario

- Expresión Corporal
- Lenguaje y Literatura

Producto

Producción colaborativa de textos escritos, orales, visuales y/o corporales que representen la cultura propia de cada estudiante y permitan compartirlos y valorar la diversidad.

Habilidades y actitudes para el siglo XXI

- Pensamiento crítico
- Responsabilidad personal y social
- Comunicación
- Creatividad e innovación

Recursos

Dos espacios cercanos dentro del establecimiento escolar para generar un circuito entre las instalaciones, relatos escritos–visuales y un escenario para las presentaciones de relatos corporales–orales.

Para el escenario, micrófono y equipo de sonido.

Según los requerimientos de cada *relato*, elementos escénicos como vestuario, iluminación o de instalación como tela adhesiva, hilos, entre otros.

Etapas

- Fase 1: Identificar el problema:
 - Reflexionar a partir de las preguntas esenciales.
- Fase 2: Recolectar manifestaciones culturales propias:
 - Hacer entrevistas sobre gustos, costumbres familiares y sociales.
 - Registrar expresiones corporales, como gestos, movimientos y rutinas personales.
- Fase 3: Crear los relatos.
 - Elaborar relatos escritos, visuales, orales y/o corporales.

- Fase 4: Diseñar el encuentro artístico.
- Fase 5: Difusión
 - Realizar el encuentro artístico.

Cronograma semanal

- Semana 1: Análisis del problema (Fase 1)
- Semana 2: Recolección de manifestaciones culturales (Fase 2)
- Semana 3: Creación de relatos (Fase 3)
- Semana 4: Diseño, difusión y realización del encuentro artístico (Fases 4 y 5)

Evaluación Formativa

Los grupos reciben retroalimentación de parte del profesor en cada una de las etapas.

Evaluación Sumativa

Se evalúa la presentación final de los relatos escritos, orales o corporales.

Difusión Final

Encuentro artístico con participación de todos los integrantes de la comunidad educativa.

Bibliografía

La diversidad cultural. Unesco.

<https://www.curriculumnacional.cl/link/https://es.unesco.org/themes/educacion-desarrollo-sostenible/diversidad-cultural>

Modelos de gestión de la diversidad cultural para la escolarización de alumnado inmigrante en las escuelas chilenas: Desafíos para la interculturalidad actual.

https://www.curriculumnacional.cl/link/https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052014000300024

Glosario

Actividad física: Cualquier movimiento producido por la contracción muscular esquelética que resulta en un gasto energético extra respecto de las necesidades básicas diarias.

Actividades sedentarias: Actividades que no incrementan significativamente el gasto de energía con respecto a la condición de reposo, lo que implica un gasto energético menor a 1,5 MET.

Acción motriz: Aquella manifestación de comportamientos motores observables relacionados con un contexto objetivo, que se desarrollan sobre datos subjetivos: emoción, relación, anticipación y decisión. (Parlebas, 2008).

Alfabetización física: Es la base de la educación física; no es un programa, sino el resultado de cualquier prestación estructurada de la educación física, que se alcanza más fácilmente si los estudiantes encuentran una gama de oportunidades apropiadas en cada etapa y edad (Unesco).

Alimentación saludable: Aquella que aporta todos los nutrientes y energía que cada persona necesita. Los nutrientes esenciales son las proteínas, los hidratos de carbono, los lípidos, las vitaminas, los minerales y el agua.

Condición física: Expresión de un conjunto de cualidades físicas que posee, adquiere o puede recuperar una persona y que están directamente relacionadas con su rendimiento físico y motriz.

Consumo máximo de oxígeno (VO_2 máx.): Es un indicador de potencia aeróbica, cuyo valor numérico se relaciona con un nivel físico de la eficiencia de utilización de la energía aeróbica.

Consumo de oxígeno absoluto: Es un indicador que depende de la capacidad física de cada individuo, un parámetro fisiológico que expresa la cantidad de oxígeno que consume o utiliza el organismo, expresado en litros/min.

Deportes: Toda clase de actividad física que contribuye a la buena forma física, al bienestar mental y a la interacción social. Incluyen el juego, el esparcimiento, el deporte organizado, improvisado o competitivo, y los deportes y juegos tradicionales.

Deporte de alto rendimiento (o deporte de élite): Es el deporte de competición estructurado que requiere formación y recursos específicos para alcanzar niveles internacionales de rendimiento.

Ejercicio físico: Actividad física planificada que posee una intensidad, una frecuencia y un tiempo determinados, cuyo objetivo consiste en mantener o mejorar la condición física.

Estilo de vida: Conjunto de conductas habituales que configuran el modo de vivir, el cual influye en la salud de las personas.

Estrategia: Plan para lograr el objetivo propuesto en el juego. Conlleva una planificación previa con una perspectiva global.

Expresión corporal: Manifestación inherente de la corporalidad por medio de expresiones, estados de ánimo, gestos, movimientos y danzas de forma espontánea o intencionada, en interacción con el medio y en constante transformación desde la toma consciencia del propio cuerpo y sus hábitos corporales. Desde el campo disciplinar de la Educación Física, la expresión corporal se vincula directamente con el área de la Danza, con ideas en torno a la danza libre, integral y para todos, basadas en principios de la danza moderna enunciados por Rudolf von Laban.

Entrenamiento de flexibilidad: Programa sistemático de ejercicios de estiramiento, diseñado para aumentar en forma progresiva la amplitud de movimiento de las articulaciones.

Entrenamiento funcional: Sistema que describe series de ejercicios para grupos musculares específicos mediante un método escalonado, con aumento del nivel de dificultad (fuerza) y de destrezas (equilibrio y coordinación) necesarias para cada ejercicio de la serie.

Fatiga física: Estado funcional de significación protectora, transitorio y reversible, expresión de una respuesta de índole homeostática por medio de la cual se impone de manera ineludible la necesidad de cesar o reducir la magnitud del esfuerzo.

Fatiga muscular local: Se manifiesta en un grupo concreto de músculos en ejercicios específicos y concretos. Este tipo de fatiga aparece tanto en movimientos con gran potencia de esfuerzo como en ejercicios repetitivos.

Fuerza máxima dinámica: Fuerza que se estima mediante la repetición máxima (RM), que es el máximo peso que se puede levantar en un intento.

Habilidades motrices especializadas: Clasificación según el modelo motriz de Gallahue, en el que se utiliza las habilidades motrices relacionadas con el aprendizaje de una actividad físico-deportiva determinada.

Hábitos de autocuidado: Conductas que se asume en situaciones concretas de la vida a favor del bienestar personal o del entorno, para regular los factores que afectan su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su calidad de vida, salud y bienestar. Se puede aprender estas conductas, que buscan mantener las necesidades en equilibrio y facilitar el desarrollo.

HIIT: Tipo de entrenamiento que consiste en fases de trabajo de alta intensidad y fases de reposo o de baja intensidad, que ha demostrado ser beneficioso para el perfil metabólico, la disminución del peso corporal y las variables asociadas a la salud en adultos con y sin patologías previas. Se caracteriza por inducir estas mejoras en un menor periodo de tiempo, comparado con ejercicios de ritmo estable, de larga duración e intensidad moderada.

IMCz-score: Puntaje Z del IMC ajustado según edad y sexo, de acuerdo con los estándares de crecimiento OMS 2007.

Intensidad moderada: Actividad física que genera aproximadamente un 60% de la frecuencia cardiaca máxima. En una escala de percepción de esfuerzo de Borg (de 0 a 10), la actividad física moderada suele corresponder a una puntuación de 5 o 6.

Intensidad vigorosa: Actividad física que genera más de un 70% de la frecuencia cardiaca máxima. Puede conllevar fatiga temprana y se percibe como de alto esfuerzo. En la escala de percepción de esfuerzo de Borg (de 0 a 10), la actividad física vigorosa suele corresponder a una puntuación de 7 u 8.

Juego: “El juego es una acción o actividad voluntaria, realizada dentro de unos límites fijos de espacio y tiempo, según una regla libremente consentida por absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí misma, acompañada de una sensación de tensión y de júbilo, y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida real”. (Huizinga, 1972).

Juego modificado: “Juego global que recoge la esencia de uno o de toda una forma de juegos deportivos estándar, la obstrucción simplificada de la naturaleza problemática y contextual de un juego deportivo que exagera los principios tácticos y reduce las exigencias o demandas técnicas de los grandes juegos deportivos”. (Devís y Peiró, 1992).

Juegos predeportivos: Navarro (1993) entiende los juegos predeportivos como aquellos que suponen adaptar otros juegos con mayor complejidad estructural y funcional, y también como aquellos que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva.

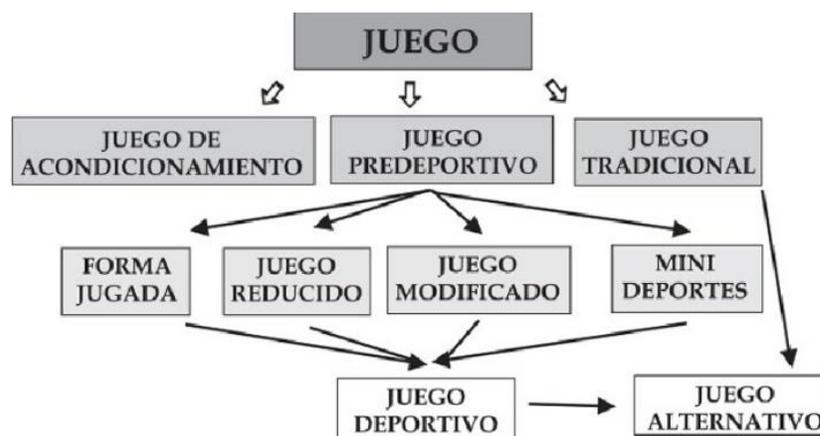


Fig. 5. Esquema de las acepciones del juego en el ámbito ficodeportivo.

Macro ciclo: Fase de un programa de entrenamiento de resistencia en periodos que suelen durar entre nueve y doce meses.

Mesociclo: Fase de un programa de entrenamiento de resistencia en periodos que, por lo general, duran entre tres y cuatro meses.

MET: Equivalente metabólico, corresponde a $3,5 \text{ mlO}_2 \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$, que es el consumo mínimo de oxígeno que el organismo necesita para vivir.

Método de Karvonen: Método de prescripción de la intensidad del ejercicio como porcentaje de la frecuencia cardiaca de reserva más la frecuencia cardiaca en reposo; método del porcentaje de la frecuencia cardiaca de reserva.

Microciclo: Fase de un programa de entrenamiento de resistencia en periodos que, por lo general, duran entre una y cuatro semanas.

Nivel de actividad física (NAF): Relación entre el consumo total de energía (CET) y la tasa metabólica basal (TMB).

Obesidad: Patología compleja debido a que su etiología es multifactorial; existe consenso en que se debe a una pérdida del balance entre la ingesta y el gasto energético, favoreciendo la ingesta.

Perímetro de cintura: Indicador de la obesidad abdominal o central, se relaciona positivamente con el aumento del tejido adiposo visceral, debido tanto a hipertrofia como a hiperplasia de las células adiposas.

Potencia aeróbica: Refleja la capacidad de los sistemas cardiovascular y respiratorio para aportar oxígeno a los músculos y posponer la aparición de la fatiga durante el trabajo físico. Esta variable se evalúa mediante el VO_2 máx. ($\text{mlO}_2 \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$) y se puede determinar directamente por medio de una ergoespirometría, o indirectamente con pruebas físicas máximas o submáximas, también denominadas de campo.

Repetición máxima (1 RM): Máximo peso que se puede levantar en una repetición completa de un movimiento.

Resistencia muscular: Capacidad del músculo para mantener niveles de fuerza submáximos durante un periodo prolongado.

Sustancias dopantes: Sustancias que pueden influir en el rendimiento deportivo. Se considera como tales las que se encuentran en la lista del Comité Olímpico Internacional o en la de cada deporte.

Táctica: Proceso en el que se conjugan todas las posibilidades físicas, técnicas, teóricas y psicológicas para dar una solución inmediata a situaciones imprevistas y cambiantes que se genera en condiciones de oposición durante el juego.

Tasa metabólica basal: Mínima cantidad de energía necesaria para mantener las funciones fisiológicas básicas y esenciales.

Transición epidemiológica: Proceso de cambio dinámico de largo plazo en la frecuencia, magnitud y distribución de la mortalidad y morbilidad de la población.

Umbral ventilatorio: Punto en el que se produce un aumento exponencial de la ventilación pulmonar en relación con la intensidad del ejercicio y el consumo de oxígeno.

Valores del deporte: Valores centrales del movimiento deportivo, ideas y principios que giran en torno al juego limpio, el respeto, la honradez, la amistad y la excelencia. Es responsabilidad de las organizaciones deportivas defender y proteger estos valores.

Ventilación pulmonar: Movimiento de aire hacia y desde el interior de los pulmones.

Vida activa: Estilo de vida asociado principalmente a incorporar la práctica regular de actividad física en la vida diaria para mantenerse saludable.

Vida saludable: Estilo de vida asociado a la actividad física, la higiene y alimentación, que permite un bienestar físico, mental y social.

VO₂ de reserva: Corresponde al VO₂ máx. menos el VO₂ en reposo.

VO₂ máx. relativo: Consumo de oxígeno expresado en relación con la masa corporal o la masa corporal magra, medido en $\text{ml} \cdot \text{kg}^{-1} \cdot \text{min}^{-1}$.

Volumen de entrenamiento: Magnitud total del entrenamiento, determinada por la cantidad de series y ejercicios para un grupo muscular, su intensidad y la frecuencia del entrenamiento.

20m shuttle run test (20mSRT): Prueba física que presenta los mayores índices de validez y confiabilidad para estimar el VO₂ máx, y cuenta con ecuaciones que consideran el género, el peso y la estatura de los individuos y el tiempo alcanzado en el test.

Bibliografía

- Bardet, M. (2008). *Pensar con mover, un encuentro entre danza y filosofía*. Buenos Aires: Cactus.
- Rodríguez R., Núñez, R. y Cifuentes, M. (2010). *Eukinética, profundizando las cualidades de movimiento*. Santiago: Consejo Nacional de la Cultura y las Artes.
- Learreta, B. (Coord). (2005). *Los contenidos de expresión corporal*. Zaragoza: Inde.
- Cámara, E. e Islas, H. (Eds). (2007). *La enseñanza de la danza contemporánea. Una experiencia de investigación colectiva*. D.F: Universidad Autónoma de la Ciudad de México.
- De Naverán, I. y Écija, A. (Eds). (2013). *Lecturas sobre danza y coreografía*. Madrid: Artea.
- Eisner, E. (2011). *El arte y la creación de la mente. El papel de las artes visuales en la transformación de la conciencia*. Barcelona: Paidós.
- García, M. (2009). *La danza en la escuela*. Zaragoza: Inde.
- Le Breton, D. (2010). *Cuerpo Sensible*. Santiago: Metales pesados.
- Pérez, C. (2008). *Proposiciones en torno a la historia de la danza*. Santiago: LOM.

Anexos

Rúbrica Para el Trabajo Colaborativo

El proyecto tiene uno o más de los siguientes problemas en cada área

El proyecto incluye algunas características del proyecto efectivo, pero presenta algunas debilidades

El proyecto tiene las siguientes fortalezas

| Desempeño individual | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|---|---|---|---|
| <p>1</p> <p>Se hace responsable de sí mismo</p> | <ul style="list-style-type: none"> No demuestra preparación, información y disposición para trabajar en equipo. No usa las herramientas tecnológicas acordadas con el equipo para comunicar y gestionar las tareas de proyecto. No hace la mayoría de las tareas del proyecto o no las completa a tiempo. | <ul style="list-style-type: none"> En general demuestra preparación, información y disposición para trabajar con el equipo. Usa las herramientas tecnológicas acordadas con el equipo para comunicar y gestionar las tareas del proyecto, pero de manera consistente. Realiza algunas tareas pero necesita que se le recuerde al respecto. Completa la mayoría de las tareas a tiempo. A veces usa retroalimentación de los otros para mejorar su trabajo. | <ul style="list-style-type: none"> Demuestra preparación, información y disposición para trabajar; estando bien informado acerca del tema del proyecto y cita y usa la evidencia para investigar y reflexionar acerca de ideas con el equipo. Usa sistemáticamente las herramientas tecnológicas acordadas con el equipo para comunicar y gestionar las tareas del proyecto. Realiza las tareas sin que se le tenga que recordar al respecto. Completa la totalidad de las tareas a tiempo. Usa la retroalimentación de los otros para mejorar su trabajo. |
| <p>2</p> <p>Ayuda al equipo</p> | <ul style="list-style-type: none"> No ayuda al equipo a resolver problemas; puede generar problemas. No hace preguntas de sondeo ni expresa ideas o elabora en respuesta a preguntas y discusiones. No da retroalimentación útil a los otros. No ofrece ayudar a los otros si estos lo necesitan. | <ul style="list-style-type: none"> Coopera con el equipo, pero puede no ser activo en la ayuda para solucionar problemas. A veces expresa sus ideas claramente, hace preguntas de sondeo y elabora en respuesta a preguntas y discusiones. Da retroalimentación a otros, pero esto no es siempre útil. A veces ofrece ayudar a los otros si estos lo necesitan. | <ul style="list-style-type: none"> Ayuda al equipo a resolver problemas y manejar los conflictos. Ayuda a la generación de discusiones efectivas al expresar sus ideas claramente, hacer preguntas de sondeo, asegurarse que todos sean escuchados y al responder de manera reflexiva ante nueva información y perspectivas. Da retroalimentación efectiva (específica, factible y apoyadora) a los otros para que puedan mejorar su trabajo. Ofrece ayuda a los otros si es que los necesitan. |
| <p>3</p> <p>Respeto a otros</p> | <ul style="list-style-type: none"> Es irrespetuoso o poco amable con sus compañeros de equipo (puede interrumpir, ignorar las ideas de los otros o herir sentimientos) No reconoce o respeta otras posturas. | <ul style="list-style-type: none"> En general, es educado y amable con sus compañeros de equipo. En general, reconoce y respeta las posturas de los otros y al estar en desacuerdo, lo expresa de forma diplomática. | <ul style="list-style-type: none"> Es educado y amable con sus compañeros de equipo. Reconoce y respeta las posturas de los otros y al estar en desacuerdo, lo expresa de forma diplomática. |

Rúbrica para el Pensamiento Crítico

El proyecto tiene uno o más de los siguientes problemas en cada área

El proyecto incluye algunas características del proyecto efectivo, pero presenta algunas debilidades

El proyecto tiene las siguientes fortalezas

| Oportunidad de pensamiento crítico en las fases del proyecto | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|---|---|---|--|
| <p>1</p> <p>Lanzamiento del proyecto.</p> <p>Analiza la pregunta clave e inicia la indagación.</p> | <ul style="list-style-type: none"> Solo ve los aspectos superficiales de la pregunta clave o solo un punto de vista de la misma. | <ul style="list-style-type: none"> Identifica algunos aspectos centrales de la pregunta clave, pero puede no ver sus complejidades ni considerar variados puntos de vista. Realiza preguntas complementarias acerca del tema o acerca de lo que la audiencia o usuarios del producto quieren o necesitan, pero no indaga lo suficiente en ello. | <ul style="list-style-type: none"> Demuestra comprensión acerca de los aspectos centrales de la pregunta clave, identificando en detalle lo que se necesita saber para responderla y considerando varios posibles puntos de vista para responderla. Realiza preguntas complementarias que permiten enfocar o ampliar la indagación, si es que se necesita. Hace preguntas complementarias para lograr la comprensión acerca de lo que la audiencia o usuarios del producto quieren o necesitan. |
| <p>2</p> <p>Construcción de conocimiento, comprensión y habilidades.</p> <p>Recopilar y evaluar información.</p> | <ul style="list-style-type: none"> Es incapaz de integrar la información para responder la pregunta clave; recopila muy poca o demasiada información y esta es irrelevante o viene de muy pocas fuentes. Acepta la información sin cuestionar su validez ni evaluar su calidad. | <ul style="list-style-type: none"> Intenta integrar la información para responder la pregunta clave; pero puede ser muy poca o demasiada información y/o viene de muy pocas fuentes o de algunas irrelevantes. Comprende que la calidad de la información debe ser considerada pero no aplica este criterio de manera rigurosa. | <ul style="list-style-type: none"> Integra suficiente información relevante para responder la pregunta clave. Esta información proviene de múltiples y variadas fuentes. Evalúa de manera rigurosa la calidad de la información (considera su utilidad, precisión y credibilidad; distingue los hechos de las opiniones; reconoce el sesgo). |

| Oportunidad de pensamiento crítico en las fases del proyecto | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|--|--|---|--|
| <p style="text-align: center;">3</p> <p>Desarrollo y revisión de ideas y productos.</p> <p>Uso de evidencia y sus normas de evaluación.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Acepta argumentos para la obtención de posibles respuestas a la pregunta clave sin cuestionar si su razonamiento es válido. • Usa la evidencia sin considerar cuán sólida esta es. • Confía en "su instinto" para evaluar y revisar las ideas, prototipos de productos o soluciones a los problemas (no usa las normas de evaluación). | <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la importancia y necesidad de un razonamiento válido y evidencia sólida, pero no los evalúa de forma cuidadosa al formular respuestas a la pregunta clave. • Evalúa y revisa ideas, prototipos de producto, soluciones a los problemas, basándose en normas incompletas o inválidas. | <ul style="list-style-type: none"> • Evalúa argumentos para la obtención de posibles respuestas a la pregunta clave considerando si es que el razonamiento es válido y la evidencia es relevante y suficiente. • Justifica la elección de los criterios usados para evaluar las ideas, prototipos de productos o soluciones a los problemas. • Revisa los borradores, diseños y soluciones inadecuadas y explica por qué no se ajustan a las normas. |
| <p style="text-align: center;">4</p> <p>Presentación de productos y la respuesta a la pregunta clave.</p> <p>Justifica sus elecciones, considera alternativas y sus implicancias.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Elige un medio para presentar sin considerar las ventajas y desventajas de usar otros medios para presentar un tema o idea en particular. • No es capaz de dar razones válidas o evidencia adecuada para defender elecciones con el fin de responder la pregunta central o crear productos. • No considera ni respuestas alternativas, ni distintos diseños del producto o diferentes puntos de vista para responder a la pregunta clave. • No es capaz de explicar el nuevo conocimiento ganado a través de la realización del proyecto. | <ul style="list-style-type: none"> • Considera las ventajas y desventajas de usar diferentes medios para presentar un tema o idea en particular, pero no de forma rigurosa. • Explica opciones tomadas al responder la Pregunta clave o la creación de productos, pero algunas razones no son válidas o carecen de evidencia que las apoye. • Entiende que puede haber alternativas de respuestas a la pregunta de manejo o diseños para productos, pero no los considera cuidadosamente. • Puede explicar algunas cosas aprendidas en el proyecto, pero no está del todo claro acerca de nuevos conceptos. | <ul style="list-style-type: none"> • Evalúa las ventajas y desventajas de usar otros medios para presentar un tema o idea. • Justifica sus elecciones al responder la pregunta central o al crear productos dando razones válidas con evidencia que las respalde. • Reconoce las limitaciones de una sola respuesta a la pregunta central o al diseño del producto (cómo puede no ser completa, certera o perfecta) y considera perspectivas alternativas. • Puede explicar claramente los nuevos aprendizajes adquiridos en el proyecto y cómo estos pueden ser transferidos a otras situaciones o contextos. |

Rúbrica de Pensamiento Creativo e Innovación

El proyecto tiene uno o más de los siguientes problemas en cada área

El proyecto incluye algunas características del proyecto efectivo, pero presenta algunas debilidades

El proyecto tiene las siguientes fortalezas

| Oportunidad de creatividad e innovación en distintas fases del proyecto | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|--|---|--|---|
| <p>1</p> <p>Lanzamiento del proyecto.</p> <p>Definición del desafío creativo</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Puede solo "seguir instrucciones" sin comprender el propósito de la innovación o considerar las necesidades e intereses del público objetivo. | <ul style="list-style-type: none"> • Comprende el propósito de la innovación, pero no considera a cabalidad las necesidades e intereses del público objetivo | <ul style="list-style-type: none"> • Comprende el propósito de la innovación (¿quién necesita esto? ¿por qué?) • Desarrolla perspicacia acerca de las necesidades e intereses del público objetivo. |
| <p>2</p> <p>Construcción de conocimiento, comprensión y habilidades.</p> <p>Identifica fuentes de información</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Usa solo fuentes de información usuales (página web, libro, artículo). • No ofrece nuevas ideas durante las discusiones. | <ul style="list-style-type: none"> • Encuentra una o dos fuentes de información que no son las usuales (página web, libro, artículo). • Ofrece nuevas ideas durante las discusiones, pero sus puntos de vista son poco variados. | <ul style="list-style-type: none"> • Encuentra maneras o lugares inusuales para obtener nueva información (adultos expertos, miembros de la comunidad, empresas, organizaciones, literatura), además de las fuentes usuales (página web, libro, artículo). • Promueve puntos de vista divergentes y creativos durante las discusiones. |
| <p>3</p> <p>Desarrollo y revisión de ideas y productos.</p> <p>Generación y selección de ideas.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Permanece dentro de los parámetros ya existentes; no usa técnicas para la generación de ideas para el desarrollo de nuevas ideas para la creación de productos. • Selecciona una idea sin evaluar su calidad. • No formula nuevas preguntas ni elabora la idea seleccionada. • No considera ni usa la retroalimentación y la crítica para revisar el producto. | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla algunas ideas originales para los productos, utilizando una o dos veces las técnicas de generación de ideas. • Evalúa las ideas antes de seleccionar una, pero no de manera rigurosa. • Formula una o dos preguntas nuevas, pero puede hacer solo pequeñas modificaciones a la idea seleccionada. • Demuestra algo de imaginación al dar forma a las ideas para la elaboración de un producto, pero permanece dentro de límites convencionales. • Considera y usa la retroalimentación y la crítica para revisar el producto, pero no busca esta retroalimentación. | <ul style="list-style-type: none"> • Usa técnicas para la generación de ideas para el desarrollo de nuevas ideas para la creación de productos. • Evalúa cuidadosamente la calidad de las ideas y selecciona la mejor para darle forma a un producto. • Formula preguntas nuevas y toma distintas perspectivas para elaborar y mejorar la idea seleccionada. • Usa el ingenio y la imaginación y se sale de los límites convencionales al dar forma a las ideas para la elaboración de un producto. • Busca y usa la retroalimentación y la crítica para revisar el producto y así cumplir de una mejor manera con las necesidades del público objetivo. |

| Oportunidad de creatividad e innovación en distintas fases del proyecto | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|---|---|---|---|
| <p>4</p> <p>Presentación de productos y respuestas a las preguntas centrales.</p> <p>Presentación del trabajo a los usuarios o público objetivo.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Presenta ideas y productos de forma convencional (presentaciones ppt, cargadas de texto, recitación de notas, falta de elementos de interacción con la audiencia) | <ul style="list-style-type: none"> • Añade algunos detalles que poseen atractivo visual a los medios utilizados en la presentación. • Intenta incluir elementos en la presentación que la harán más animada y atractiva. | <ul style="list-style-type: none"> • Crea medios para una presentación atractiva visualmente, evitando las formas convencionales (presentaciones ppt cargadas de texto, recitación de notas, falta de elementos de interacción con la audiencia). • Incluye elementos en la presentación que son especialmente vivaces, llamativos o poderosos y acordes al público objetivo. |
| <p>5</p> <p>Originalidad</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Usa modelos, ideas o direccionamientos existentes; no es original o único. • Sigue reglas y convenciones; usa materiales e ideas de maneras típicas. | <ul style="list-style-type: none"> • Tiene algunas ideas novedosas o considera mejoras, pero algunas de estas ideas son predecibles o convencionales. • Puede tentativamente tratar de desmarcarse de las reglas y convenciones, o encontrar nuevos usos para materiales e ideas comunes. | <ul style="list-style-type: none"> • Es novedoso, único y sorprendente; muestra un toque personal. • Puede romper las reglas y convenciones de manera exitosa o usar materiales e ideas comunes de formas nuevas, inteligentes y sorprendidas. |
| <p>6</p> <p>Valor</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No es útil o valioso para el público objetivo/usuario. • No funcionaría en el mundo real porque es poco práctico o inviable. | <ul style="list-style-type: none"> • Es útil y valioso en cierta medida; puede no resolver ciertos aspectos del problema o ajustarse exactamente a la necesidad previamente identificada. • No queda claro si es que el producto sería práctico o viable. | <ul style="list-style-type: none"> • El producto se percibe como útil y valioso, resuelve el problema ya definido o la necesidad previamente identificada. • Es práctico y viable. |
| <p>7</p> <p>Estilo</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Es seguro, común y corriente y, de hecho, es un estilo convencional. • Contiene tres o más elementos que nos son coherentes entre sí, dificultando su comprensión. | <ul style="list-style-type: none"> • Tiene algunos toques interesantes, pero carece de un estilo distintivo. • Tiene uno o dos elementos que pueden ser excesivos o no coherentes entre sí. | <ul style="list-style-type: none"> • Está bien diseñado, es llamativo, tiene un estilo distintivo pero adecuado al propósito. • Combina diferentes elementos logrando un todo coherente. |

Nota: El término "producto" se usa en esta rúbrica como un término que abarca el resultado del proceso de innovación durante un Proyecto. Un producto puede ser un objeto construido, una propuesta, presentación, solución a un problema, servicio, sistema, obra artística o literaria, un invento, un evento, una mejora a un producto existente, etc.

Rúbrica de Diseño del Proyecto

El proyecto tiene uno o más de los siguientes problemas en cada área

El proyecto incluye algunas características del proyecto efectivo, pero presenta algunas debilidades

El proyecto tiene las siguientes fortalezas

| | No presenta las características del Proyecto efectivo | Necesita más desarrollo | Incluye características del proyecto efectivo |
|--|---|---|--|
| <p>1</p> <p>Metas de aprendizaje del estudiante: conocimiento esencial, comprensión y habilidades para alcanzar el éxito</p> | <ul style="list-style-type: none"> Las metas de aprendizaje del estudiante no son claras ni específicas: el proyecto no está enfocado en los estándares. El proyecto no abarca, evalúa o demuestra el desarrollo de habilidades para el éxito. | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto se enfoca en los estándares derivados del conocimiento y de la comprensión, pero puede referirse a muy pocas o demasiadas metas o metas sin mucha importancia. Las habilidades para el éxito están presentes, pero pueden ser demasiadas para ser enseñadas y evaluadas de manera adecuada. | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto se enfoca en la enseñanza de habilidades y conocimiento importante enfocado en los estudiantes. Estos conocimientos se ajustan a los estándares y representan conocimientos centrales de las asignaturas. Las habilidades para el éxito se abordan de manera explícita para ser enseñadas y evaluadas, como los son el pensamiento creativo, la colaboración, la creatividad y la gestión del proyecto. |
| <p>2</p> <p>Problema o pregunta desafiante</p> | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto no se enfoca en un problema o pregunta central (es más parecido a una unidad con varias tareas); o el problema o pregunta es muy fácil de resolver o de responder para que la existencia del proyecto se justifique. El problema o pregunta inicial no gira en torno a una pregunta que sea esencial para el proyecto o presenta graves fallas como, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> >Tiene una sola y/o simple respuesta. >No es motivante para los estudiantes (suena demasiado compleja o académica, como si viniera de un libro y, por ende, es atractiva solo para el profesor). | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto se enfoca en un problema o pregunta central, pero el nivel de desafío puede ser inapropiado para los estudiantes a quienes va dirigido. La pregunta inicial para el proyecto se relaciona con el mismo, pero no captura su problema o pregunta central (puede ser más como una temática más amplia). La pregunta inicial cumple con algunos de los criterios presentes en la columna de "incluye las características" pero carece de otros. | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto se enfoca en un problema o pregunta central con un desafío apropiado. El proyecto se enmarca en una pregunta inicial que es: <ul style="list-style-type: none"> >Abierta: hay más de una respuesta correcta. >Comprensible e inspiradora para los estudiantes. >Alineada con las metas de aprendizaje. Para responder esta pregunta los estudiantes deberán obtener las habilidades, conocimiento y comprensión adecuados. |
| <p>3</p> <p>Indagación constante</p> | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto es más bien una actividad de hacer o construir cosas que un proceso extendido de indagación. No existe un proceso para que los estudiantes generen preguntas que guíen la indagación. | <ul style="list-style-type: none"> La indagación es limitada (puede ser breve y ocurrir solo una o dos veces en el proyecto; la búsqueda de información es la tarea principal; no existen preguntas realmente profundas). Los estudiantes generan preguntas, pero mientras algunas pueden ser cubiertas, otras no son usadas para guiar la indagación y, por ende, no afectan el camino que toma el proyecto. | <ul style="list-style-type: none"> La indagación es sostenida a lo largo del tiempo y es rigurosa académicamente (los estudiantes hacen preguntas, buscan e interpretan datos, desarrollan y evalúan soluciones o construyen evidencia para obtener respuestas y generar nuevas preguntas). A lo largo del proyecto, la indagación está conducida por preguntas generadas por parte de los estudiantes que son fundamentales para el desarrollo del proyecto. |

| | No presenta las características del Proyecto efectivo | Necesita más desarrollo | Incluye características del proyecto efectivo |
|---|---|--|---|
| <p>4</p> <p>Autenticidad</p> | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto se asemeja a un trabajo en clases tradicional; carece de tareas, herramientas y contexto del mundo real. No genera un impacto real en el mundo ni habla de los intereses personales de los estudiantes. | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto presenta algunas características auténticas, pero estas pueden ser limitadas o ser lejanas a las necesidades del contexto. | <ul style="list-style-type: none"> El proyecto presenta un contexto auténtico y tareas y herramientas del mundo real; cumple estándares de calidad, genera un impacto en el mundo y habla sobre las preocupaciones, intereses o identidades personales de los estudiantes. |
| <p>5</p> <p>Voz y elección del estudiante</p> | <ul style="list-style-type: none"> No se les da oportunidad a los estudiantes para que expresen su voz y tomen decisiones que afecten el contenido o proceso del proyecto; el proyecto está dirigido por el docente. O bien, se espera que los estudiantes trabajen de manera demasiado independiente sin una guía adecuada por parte del docente y/o que trabajen de esta manera antes de que sean capaces de hacerlo. | <ul style="list-style-type: none"> Se les dan pocas oportunidades a los estudiantes para que expresen su voz y tomen decisiones de mediana importancia (decidir cómo dividir tareas dentro del grupo o qué sitio web usar para investigar). Los estudiantes trabajan, en cierta medida de manera independiente del docente, pero podrían hacer más por sí solos. | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes tienen oportunidades para expresar su voz y tomar decisiones acerca de los temas importantes (temas a investigar, preguntas, textos y recursos usados, gente con quien trabajar, productos a ser creados, uso del tiempo, organización de las tareas). Los estudiantes tienen oportunidades para tomar responsabilidades significativas y trabajar lo más independientemente del profesor como sea apropiado hacerlo, pero de manera guiada. |
| <p>6</p> <p>Reflexión</p> | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes y el docente no participan en conjunto de la reflexión acerca de qué y cómo los estudiantes aprenden acerca del diseño del proyecto y su gestión. | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes y el docente participan en conjunto de algún tipo de reflexión acerca del proyecto y luego de la culminación del mismo, pero no de forma regular o en profundidad. | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes y el docente participan en conjunto de una reflexión profunda y comprensiva tanto durante el proyecto como después de su culminación. Reflexionan también acerca de cómo aprenden los estudiantes, el diseño del proyecto y su gestión. |
| <p>7</p> <p>Crítica y revisión</p> | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes obtienen retroalimentación limitada o irregular acerca de sus productos y el trabajo en progreso y esta retroalimentación es solo por parte de él, no de los pares. No se requiere su utilización o los estudiantes no saben cómo utilizarla para revisar y mejorar su trabajo. | <ul style="list-style-type: none"> Se provee a los estudiantes de oportunidades para dar y recibir retroalimentación acerca de la calidad de los productos y del trabajo en progreso, pero este espacio para la retroalimentación puede carecer de estructura o solo existir una vez. Los estudiantes leen o reciben oralmente la retroalimentación acerca de su trabajo, pero no la usan para revisar y mejorar su trabajo. | <ul style="list-style-type: none"> Se provee regular y estructuradamente a los estudiantes de oportunidades para dar y recibir retroalimentación acerca de la calidad de los productos y del trabajo en progreso por parte de los pares, los docentes y de otros fuera de la clase, si la ocasión lo amerita. Los estudiantes usan la retroalimentación acerca de su trabajo para revisarlo y mejorarlo. |
| <p>8</p> <p>Producto</p> | <ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes no hacen de su producto algo público que se presente a una audiencia o que se ofrezca a la gente más allá de la clase. | <ul style="list-style-type: none"> El trabajo de los estudiantes se hace público solo para los compañeros y el docente. Los estudiantes presentan productos pero no se les pide que expliquen cómo trabajaron ni qué aprendieron. | <ul style="list-style-type: none"> El trabajo de los estudiantes se hace público al presentar, mostrar u ofrecerlo a la gente más allá de la clase. Se les pregunta a los estudiantes que expliquen las razones que justifican sus elecciones, su proceso de indagación, cómo trabajaron, qué aprendieron etc. |

Rúbrica de Presentación del Trabajo

El proyecto tiene uno o más de los siguientes problemas en cada área

El proyecto incluye algunas características del proyecto efectivo, pero presenta algunas debilidades

El proyecto tiene las siguientes fortalezas

| | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|--|--|---|---|
| <p>1</p> <p>Explicación de las ideas e información</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No presenta información, argumentos, ideas o hallazgos de forma concisa y lógica; el argumento no contiene evidencia que lo valide; la audiencia no puede seguir la línea de razonamiento. • La selección de información, desarrollo de ideas y el estilo son inapropiados para el propósito, tarea y audiencia (puede ser demasiada o muy poca información o un enfoque erróneo). • No se refiere a perspectivas o puntos de vista alternativos u opuestos. | <ul style="list-style-type: none"> • Presenta información, argumentos, hallazgos y evidencia de una manera que no siempre es clara, concisa y lógica; la línea de razonamiento es a veces difícil de seguir por parte de la audiencia. • Intenta seleccionar información, desarrollar ideas y usar un estilo apropiados para el propósito, tarea y audiencia, que no son por completo exitosos. • Intenta referirse a perspectivas alternativas u opuestas, pero no de forma completa o clara. | <ul style="list-style-type: none"> • Presenta información, argumentos, hallazgos y evidencia en forma clara, concisa y lógica; la línea de razonamiento se puede seguir fácilmente por parte de la audiencia. • Selecciona información, desarrolla ideas y usa un estilo apropiado al propósito, la tarea y la audiencia. • Abarca perspectivas alternativas u opuestas de manera clara y acabada. |
| <p>2</p> <p>Organización</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No cumple los requerimientos con respecto a lo que debe ser incluido en la presentación. • No incluye una introducción y/o conclusión. • Usa el tiempo de manera poco adecuada; la totalidad de la presentación o parte de ella es muy corta o muy larga. | <ul style="list-style-type: none"> • Cumple la mayoría de los requerimientos respecto de los requerimientos con respecto a lo que debe ser incluido en la presentación. • Una introducción y conclusión, pero no son claras ni interesantes. • Generalmente organiza bien el tiempo, pero puede usar demasiado o muy poco tiempo en un tema, material de apoyo o idea. | <ul style="list-style-type: none"> • Cumple todos los requerimientos con respecto a lo que debe ser incluido en la presentación. • Incluye una introducción y conclusión que son claras e interesantes. • Organiza bien el tiempo y no hay ninguna parte de la presentación que sea o muy larga o muy corta. |
| <p>3</p> <p>Mirada y lenguaje corporal</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No mira a la audiencia, lee las notas o láminas. • No usa gestos o movimientos. • Carece de pose y confianza (mueve los dedos, se agacha, se ve nervioso). • Usa ropa inapropiada para la ocasión. | <ul style="list-style-type: none"> • Mantiene contacto visual con poca frecuencia. Lee las notas o diapositivas la mayor parte del tiempo. • Utiliza algunos gestos o movimientos que no parecen naturales. • Presenta una actitud que demuestra confianza y adecuación a la situación. Solo se observa un poco de inquietud y movimiento nervioso. • Intenta usar una presentación personal adecuada para la ocasión. | <ul style="list-style-type: none"> • Mantiene contacto visual con la audiencia la mayor parte del tiempo; solo en algunas ocasiones mira las notas o diapositivas. • Utiliza gestos y movimientos naturales. • Presenta una actitud que demuestra confianza y adecuación a la situación. • Posee una presentación personal acorde a la ocasión. |

| | Bajo el estándar | Acercándose al estándar | Cumple el estándar |
|---|---|--|--|
| <p>4</p> <p>Voz</p> | <ul style="list-style-type: none"> No pronuncia bien o habla demasiado bajo que dificulta la comprensión; frecuentemente usa muletillas (uhh, mmm, entonces, y, como, etc.) no adapta el discurso al contexto y la tarea. | <ul style="list-style-type: none"> La mayor parte del tiempo habla de manera clara; utiliza una voz lo suficientemente fuerte para que la audiencia pueda escuchar la mayor parte del tiempo, pero puede hablar ocasionalmente de forma monótona. Usa muletillas. Intenta adaptar el discurso al contexto o tarea, pero no es consistente o no tiene éxito en su intento. | <ul style="list-style-type: none"> Habla de manera clara y a un ritmo adecuado; ni muy rápido ni muy lento. Habla lo suficientemente fuerte para que todos puedan escuchar; cambia el tono y el ritmo para mantener el interés. Rara vez usa muletillas Adapta el discurso al contexto y la tarea. Domina el registro formal cuando su uso es necesario. |
| <p>5</p> <p>Elementos de ayuda para la presentación</p> | <ul style="list-style-type: none"> No usa elementos de audio, visuales o de medios. Usa solo uno o pocos elementos visuales, de audio o de medios pero estos no añaden valor a la presentación y pueden incluso distraer. | <ul style="list-style-type: none"> Usa elementos de audio, visuales o de medios, pero estos pueden a veces distraer o no añadir valor a la presentación. | <ul style="list-style-type: none"> Usa elementos de audio, visuales o de medios bien elaborados para fortalecer la comprensión de los hallazgos, el razonamiento y la evidencia y añadir interés. Incorpora de forma adecuada y natural a la presentación los elementos visuales, de audio o de medios. |
| <p>6</p> <p>Respuesta a las preguntas de la audiencia</p> | <ul style="list-style-type: none"> No responde a las preguntas por parte de la audiencia (se sale del tema o no comprende las preguntas y no busca explicación o clarificación de las mismas) | <ul style="list-style-type: none"> Responde algunas preguntas de la audiencia, pero no siempre de forma clara o completa. | <ul style="list-style-type: none"> Responde las preguntas de la audiencia en forma clara y completa. Busca clarificaciones a las preguntas, admite cuando no sabe o explica cómo encontrar la respuesta cuando es incapaz de dar una respuesta. |
| <p>7</p> <p>Participante en presentaciones de equipo</p> | <ul style="list-style-type: none"> No todos los miembros del grupo participan; solo uno o dos de ellos hablan. | <ul style="list-style-type: none"> Todos los miembros del equipo participan, pero no en la misma proporción. | <ul style="list-style-type: none"> Todos los miembros del equipo participan por aproximadamente el mismo período de tiempo. Todos los miembros del equipo son capaces de responder las preguntas sobre el tema como un todo y no solo acerca de su parte de la presentación. |