

VIII. Expresión
dinámica.

PERCEPCION ESPACIO-TEMPORAL

- Caminar libremente por el espacio al ritmo del pandero. Sin hablar. Sin tocarse. Representando el espacio.
- Igual que el anterior pero caminando de espaldas.
- Andamos alternativamente adelante y atrás, cambiamos a una señal del pandero. En este ejercicio se acelera el movimiento.
- Gigantes y enanos, cambios alternativos.
- Marchar sobre talones y puntas alternativamente.
- Marchamos con la punta de un pie y el talón del otro. (el payaso)
- Caminamos con la parte externa del pie a una señal cambio y andamos con la parte interna.
- Caminamos con los pies hacia afuera a una señal; cambio, y caminamos con los pies hacia dentro.
- Marchar sin pisar por encima de las juntas de los ladrillos, sin hablar, sin tocarse.
- Marchar primero despacio y se va acelerando poco a poco hasta que se va muy deprisa. No se puede correr. Rollentare poco a poco.

CARRERA Y SALTOS

Día 4 de Julio de 1985

2.-

- Alternar la carrera con la marcha.
- Corriendo dispersos por la sala. A una señal:
 - . Cambio de dirección.
 - . sentados en el suelo.
 - . tumbados en el suelo.
 - . pararse sobre un pie.
- Corriendo, fijar de antemano 3 puntos:
 - A un golpe: -determinar un lugar y quedarse en estatua.
 - A dos golpes: determinar un lugar y gritar
 - A tres golpes: -Determinar un lugar, dar saltos y reír.
- Corriendo elevando las rodillas.

-Marcha carrera sin desplazamiento en el sitio.

Descanso :

Andando circunducciones de brazos. Acompasamos la respiración.

-Marcha lateral no cruzada.

-Marcha lateral cruzada.

-Carrera con detenciones bruscas: "estatua".

SALTOS

Día 4 de Julio de 1985

3.-

-Saltos con pies juntos:

De arriba a abajo.

De adelante-atrás.

Laterales.

-Saltando en el sitio, al 4º golpe elevar las rodillas.

-Saltando en el sitio, al 4º golpe agacharse.

RITMO

-Caminar suavemente o produciendo ruido según el pandero lo haya o no.

- Caminando, 3 pasos con duración de una negra y el 4º con duración de una blanca.

-3 pasos lentos y largos y 3 pasos cortos y rápidos haciendo ruido con los pies.

-3 pasos normales, al 4º salto con los pies juntos.

-3 pasos largos y lentos, 3 pasos cortos y rápidos, un salto con pies juntos.

-Interpretación libre de ritmos marcados con el pandero. Se persigue que después de haber sido unos cuantos ritmos se unifique el movimiento de manera que predomine aquel que se adapte mejor al ritmo interpretado.

-3 pasos lentos silenciosos (negra), 3 cortos, rápidos (corchea) y haciendo ruidos y palmada (blanca).

RELACION CON EL GRUPODESARROLLO DE LA CONCIENCIA GRUPAL

-Andando al ritmo del pandero, no se habla, no nos tocamos ni rozamos. Siento mi cuerpo al andar.

-Sin dejar de andar vamos reduciendo más y más el espacio disponible, estamos muy justos de espacio pero no nos tocamos y seguimos andando.

Nuestro espacio se hace pequeño y después grande...pequeño...grande.

-Dispersos a una señal formar un círculo sin hablar, sin tocarse, sin chocarse, ni perder el ritmo.

-Dispersos formar una fila sin hablar, sin tocarse, sin chocarse.

-Dispersos formar varias filas sin hablar, sin tocarse, sin chocarse, .

ESTATUAS

-La 1ª de la fila es la locomotora de un tren. Los demás son vagones. Cada uno de ellos apoya la cabeza en el hombro del anterior. Se persigue que igualen el ritmo.

Los trenes pueden chocar y producir una catástrofe; se caen al suelo, se quedan allí rotos, deshechos. Después vendrán los chatarreros y se los llevarán.

-Lo mismo pero por parejas.

-En parejas cogidas de la mano el de delante lleva los ojos cerrados. El de atrás lo guía.

-El de detrás cierra los ojos, el de delante lo guía.

-Por parejas mano con mano danzan las manos. Adecuarse a un ritmo, a la música.

EXPRESION DINAMICA

Día 4 de Julio de 1985

Nieves Sevilla

PERCEPCION ESPACIO-TEMPORAL

- Caminar libremente por el espacio al ritmo del pandero. Sin hablar. Sin tocarse. Representando el espacio.
- Igual que el anterior pero caminando de espaldas.
- Andamos alternativamente adelante y atrás, cambiamos a una señal del pandero. En este ejercicio se acelera el movimiento.
- Gigantes y enanos, cambios alternativos.
- Marchar sobre talones y puntas alternativamente.
- Marchamos con la punta de un pie y el talón del otro. {el payaso}
- Caminamos con la parte externa del pie a una señal cambio y andamos con la parte interna.
- Caminamos con los pies hacia afuera a una señal; cambio, y caminamos con los pies hacia dentro.
- Marchar sin pisar por encima de las juntas de los ladrillos, sin hablar, sin tocarse.
- Marchar primero despacio y se va acelerando poco a poco hasta que se va muy deprisa. No se puede correr. Rollentare poco a poco.

CARRERA Y SALTOS

Día 4 de Julio de 1985

2.-

- Alternar la carrera con la marcha.
- Corriendo dispersos por la sala. A una señal:
 - . cambio de dirección.
 - . sentados en el suelo.
 - . tumbados en el suelo.
 - . pararse sobre un pie.
- Corriendo, fijar de antemano 3 puntos:
 - A un golpe: -determinar un lugar y quedarse en estatua.
 - A dos golpes: determinar un lugar y gritar
 - A tres golpes: -Determinar un lugar, dar saltos y reír.
- Corriendo elevando las rodillas.

-Marcha carrera sin desplazamiento en el sitio.

Descanso :

Andando circunducciones de brazos. Acompasamos la respiración.

-Marcha lateral no cruzada.

-Marcha lateral cruzada.

-Carrera con detenciones bruscas: "estatua".

SALTOS

Día 4 de Julio de 1985

3.-

-Saltos con pies juntos:

De arriba a abajo.

De adelante-atrás.

Laterales.

-Saltando en el sitio, al 4º golpe elevar las rodillas.

-Saltando en el sitio, al 4º golpe agacharse.

RITMO

-Caminar suavemente o produciendo ruido según el pandero lo haya o no.

- Caminando, 3 pasos con duración de una negra y el 4º con duración de una ca.

-3 pasos lentos y largos y 3 pasos cortos y rápidos haciendo ruido con los pies.

-3 pasos normales, al 4º salto con los pies juntos.

-3 pasos largos y lentos, 3 pasos cortos y rápidos, un salto con pies juntos.

-Interpretación libre de ritmos marcados con el pandero. Se persigue que después de haber sido unos cuantos ritmos se unifique el movimiento de manera que predomine aquel que se adapte mejor al ritmo interpretado.

-3 pasos lentos silenciosas (negra), 3 cortos, rápidos (corchea) y haciendo ruidos y palmada (blanca).

RELACION CON EL GRUPODESARROLLO DE LA CONCIENCIA GRUPAL

-Andando al ritmo del pandero, no se habla, no nos tocamos ni rozamos. Siento mi cuerpo al andar.

-Sin dejar de andar vamos reduciendo más y más el espacio disponible, estamos muy justos de espacio pero no nos tocamos y seguimos andando.

Nuestro espacio se hace pequeño y después grande...pequeño...grande.

-Dispersos a una señal formar un círculo sin hablar, sin tocarse, sin chocarse, ni perder el ritmo.

-Dispersos formar una fila sin hablar, sin tocarse, sin chocarse.

-Dispersos formar varias filas sin hablar, sin tocarse, sin chocarse, .

ESTATUAS

-La 1ª de la fila es la locomotora de un tren. Los demás son vagones. Cada uno de ellos apoya la cabeza en el hombro del anterior. Se persigue que igualen el ritmo.

Los trenes pueden chocar y producir una catástrofe; se caen al suelo, se quedan allí rotos, deshechos. Después vendrán los chatarreros y se los llevarán.

-Lo mismo pero por parejas.

-En parejas cogidas de la mano el de delante lleva los ojos cerrados. El de atrás lo guía.

-El de detrás cierra los ojos, el de delante lo guía.

-Por parejas mano con mano danzan las manos. Adecuarse a un ritmo, a la música.

TALLER DE CIENCIA.

ENCUESTA-EVALUACION

Ya dijimos que pensamos que "la enseñanza es mutua". ¿Estás dispuesto a enseñarnos algo? ¿Sí?. Contesta estos pequeños interrogantes que nos servirán de evaluación. Prometemos tener en cuenta tus críticas.

1.- ¿Ha respondido este taller a tus expectativas? ¿Por qué?

2.- Califica como: Excelente (E), Buena (B), Aceptable (A), Mala (M), Pésima (P)

a) Los siguientes aspectos:

- Presentaciones.
- Entrega de fotocopias.
- Trabajo en equipo.
- Puestas en común.
- Realización de una misma experiencia por todos los grupos.
- Nuestro "ir y venir" a los diferentes grupos de trabajo.

b) Las distintas sesiones de trabajo:

- Clasificación de sustancias.
- Fantasías científicas.
- Juegos.
- Electricidad.
- Química.

c) Las siguientes actitudes por nuestra parte:

- Preparación del trabajo.
- Entusiasmo.
- Comunicación.
- Claridad en las exposiciones.
-

- Conocimientos.
- Coordinación entre nosotros.

d) Tu propia actitud:

- Puntualidad.
- Interés.
- Participación.
- Integración en el equipo de trabajo.

3.- ¿Qué sugerencias nos harías?

GRUPO ALKALI

X "EVEX". (CACERES)