Expresión corporal

La exhibición y el registro de lo que aportó cada uno

Sesión 6 de 6 · 4.º de ESO · Situación de aprendizaje «Figuras que se sostienen»

Situación de aprendizaje Figuras que se sostienen	**Etapa y curso** 4.º de ESO
Sesión 6 de 6 · 55 min	**Material** 16 colchonetas · 4 colchonetas quitamiedos · Altavoz · Ficha de montaje por grupo (dibujo de las figuras y tiempos) · Hoja de registro de aportaciones · Una tableta por grupo para la foto de cada figura (opcional)
Organización Cuatro grupos de 6	**Espacio** Gimnasio con cuatro zonas de colchonetas de 6 × 4 m

CALENTAMIENTO 8 min

1. Calentamiento dirigido por cada grupo 8 min

Cada grupo hace su propio calentamiento: muñecas, hombros, tronco y dos figuras de pareja. Lo dirige el miembro del grupo que aún no lo ha dirigido.

Variante más fácil: El calentamiento de las sesiones anteriores.

Variante más difícil: Incluye una figura de la composición a ritmo lento.

PARTE PRINCIPAL 40 min

1. La exhibición 30 min

Cada grupo presenta el título de su composición y la representa. Entre grupos, 3 minutos para colocar las colchonetas y el quitamiedos. Los demás grupos rellenan la hoja del espectador. Si alguien lo pide, se puede grabar para compartirla en el centro.

Variante más fácil: El grupo puede parar y repetir una figura.

Variante más difícil: Se representa ante otro grupo del centro.

2. Registro de aportaciones 10 min

Cada uno escribe qué figura propuso, qué papel hizo en cada figura y qué resolvió. El grupo revisa la hoja y la firma. Cada uno se pone una nota del 1 al 4 en 3.2 y la justifica en una línea.

Variante más fácil: Hoja con casillas para marcar.

Variante más difícil: Escribir un consejo de seguridad para el grupo del año siguiente.

VUELTA A LA CALMA 7 min

1. Estiramientos de espalda y muñecas 7 min

Gato y vaca a cuatro apoyos, 6 veces. Postura del niño 30 segundos. Muñecas en flexión y extensión, 20 segundos cada una. El grupo apunta en su ficha la figura que mejor ha salido.

Variante más fácil: Sin la postura del niño.

Variante más difícil: Los dirige un alumno distinto cada día.