

## Educación Física 2° medio / Unidad 3 / OA 1;2 / Actividad 13

### 13. Deportes de oposición/colaboración - Danzas

Los y las estudiantes llevan a la clase algunas canciones o músicas folclóricas latinoamericanas de su agrado, para explorar diferentes posibilidades de expresión con la música. Primero se ubican libremente en el espacio para expresar sentimientos, emociones y acciones sin dificultad frente a sus pares; para ello, la profesora o el profesor les pide sentir la música y desplazarse de cualquier forma y en cualquier dirección. Después va incorporando lentamente ejercicios de desplazamiento con movimientos más determinados, como giro en el suelo y en el aire, salto con uno o dos apoyos, desplazamientos a través del espacio, o específicamente en sentido diagonal con ejercicios que incluyan combinaciones de brazos, de cabeza, etc. También exploran movimientos, incorporando la idea de tensión, contracción y relajación, con y sin desplazamientos y utilizando los diferentes niveles que ofrece el espacio: piso, al centro y aire. Asimismo, elaboran algunas frases de movimiento con desplazamientos en diagonal.

® **Música de 2° medio**