** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

**Rancagua**

***OA \_EDUCACION FISICA Y SALUD CURSO: 8° BÁSICO SEMANA7 (DESDE EL 11 AL 15 DE MAYO).***

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Curso: Fecha : |
| **INSTRUCCIÓN:**  **Sr. Apoderado junto saludarle** y esperando que este bien junto a su familia.  **Queridas Estudiantes** ¡¡cómo están hoy para su nueva clase!!….. ☺ **Vamos que podemos…**…ya que el éxito se da en la disciplina y perseverancia del aprendizaje beneficiando tu desarrollo. ☺  Por lo tanto vamos a **Recordar** que:   * Debemos reforzar nuestros valores institucionales que es la responsabilidad-respeto-empatía-disciplina-honestidad-y solidaridad. * Debes Designar 30 minutos para trabajar guías y actividades propuestas por la asignatura. * En relación a las tareas, en el caso de no poder contar con una impresora puede copiar en tu cuaderno de Educación Física y salud para su posterior revisión. * **REFORZAR** la modalidad de escritura con lápiz o bolígrafo se habla de la coordinación óculo-manual esta actividad beneficia: Estimular el cerebro - exige la coordinación de procesos cognitivos, motrices y neuromusculares además, mejorar la comprensión lectora, fijando ideas y conceptos e impulsando una mayor capacidad de síntesis y análisis, fundamental a la hora de estudiar y generar esquemas, resúmenes y mapas conceptuales   **Vamos por un nuevo desafío: unidad coordinación para un deporte y la danza**  **OA 11:** Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte. Una danza (folclórica, moderna, entre otras).  ¡¡ **Así que vamos a estudiarlos**!!.    Puedes realizar las consultas a tu profesora de asignatura a través del correo.  Srta. Miriam Pizarro: [miriam.pizarro@colegio-republicaargentina.cl](mailto:miriam.pizarro@colegio-republicaargentina.cl)  Sra. Jovanka Matas : [jovanka.matas@colegio-republicaargentina.cl](mailto:jovanka.matas@colegio-republicaargentina.cl)  Antes de comenzar te invito a ver los siguientes videos:  <https://www.youtube.com/watch?v=lwO3W2jI-d8> Curso de cueca Paso a paso de manera entretenida instructores Rodrigo ft Carmen |

|  |
| --- |
| **UNIDAD:** **Unidad coordinación para un deporte y la danza**  **OA 11:** Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte. Una danza (folclórica, moderna, entre otras).  **OAA**  [EF08 OAA D](https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/w3-propertyvalue-49453.html#recuadros_articulo_3176_1) Apreciar la práctica regular de actividades físicas y deportivas como fuente de bienestar, recreación y crecimiento en lo personal y social. |

|  |
| --- |
| **Contenido**: Folklore zona central  Diferentes tipos de cueca  Dibujo coreográfico para todas las cuecas |

** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

**Rancagua**

|  |
| --- |
| **INSTRUCCIÓN**  **LEE ATENTAMENTE EL SIGUIENTE TEXTO PARA SU MEJOR COMPRENSIÓN Y DESARROLLAR DE MEJOR MANERA LA SIGUIENTE GUÍA.** |
| **En la clase anterior** ya desarrollamos los temas de definiciones de movimiento, expresión corporal e historia de la cueca zona central.  Lo que debes saber ahora LA CUECA es el baile nacional de Chile. **Su coreografía** representa el asedio amoroso a la mujer por parte de un galán que, al final, consigue conquistarla.  **Dibujo coreográfico de la cueca:**  Valentina Durán M. on Twitter: "“@wokitoki: Ya no hay excusas ...  **Existen diferentes tipos de cuecas; las más conocidas** son: Cueca Nortina, Cueca Criolla, Cueca Larga, Cueca Cómica, Cueca Chilota, **y así se divide en Las dos grandes vertientes son:**   * **cueca rural (campesina, huasa)** * **cueca urbana (chilenera, brava)**   **Pero se puede ser mucho más específico en la clasificación, distinguiéndose los siguientes tipos de cuecas chilenas:**  **1.- CUECA NORTINA:** Es una cueca rápida y muy rítmica por parte de los varones, balseada y no zapateada ni saltada. Generalmente se baila en un pie y luego un trote o cachimbo.  **2.- CUECA CRIOLLA O HUASA:** Es la cueca rápida y muy rítmica de las provincias de la zona central de nuestro país. Se bailan tres pies y tienen gran picardía**.**  **3.- CUECA CAMPESINA:** Se acompaña con guitarra afinada. Es una cueca lenta y menos picaresca, la mujer casi no mira al hombre hasta el final del baile. Se bailan tres pies y, a veces, se termina con un vals**.**  **4.- CUECA VALSEADA:** Es una cueca que carece de canto y que en algunos casos se baila tomados, lo que en algunos campesinos lo denominan “CUECA AGARRA”.  **5.- CUECA DE VELORIOS:** Es la que se baila y canta en los velorios. Su principal características está en que se baila sin pañuelo**.**  **6.-CUECA LARGA DEL 21:** Es una cueca de 21 vueltas.  **7.- CUECA LARGA:** Tiene 19 vueltas y baila una sola pareja.  **8.- CUECA DEL BALANCE:** Es aquella que se baila rotando a las personas que la ejecutan según criterio de la persona que canta.  **9.-CUECA LARGA DEL CAPOTE:** Es una larga en la cual rotan o los varones o las damas, cansando así a un bailarín determinado**.**  **10.- CUECA DE DESTREZA**: Es aquella en que los bailarines demuestran sus cualidades de destreza. Ej. Equilibrar una botella o un jarro de vino en la cabeza**.** |

**PASOS BASICOS DE LA CUECA Y SU COREOGRAFIA**

**INVITACION:**"El varón se dirige a la dama y la invita a bailar un pie decueca".  
**PASEO:**"Al ritmo de la música, la pareja da un breve paseo por la pista de baile"  
**INICIO DE FRENTE:**"Una vez terminado el paseo, la pareja se coloca frente a frente y comienza el baile sólo cuando empieza el canto"

**VUELTA INICIAL (REDONDA)**: "El comienzo es una gran vuelta completa, regresando al punto de partida"

**DESLIZADO**: "Movimiento en medialuna. El varón sigue a la dama de acuerdo al costado que ella escoge para iniciar. El paso (escobillado) es suave. Ambos bailarines arrastran levemente los pies en punta y cruzando las piernas".

**PRIMERA VUELTA**: "Cuando en el canto se grita "vuelta", ambos se separan levemente e inician una vuelta en "S" para terminar en el lugar que ocupaba el otro".

**ESCOBILLADO**:"Nuevamente el movimiento es en medialuna. El ritmo es un poco más intenso que en el Deslizado**,**Ambos bailarines arrastran levemente los pies en punta y cruzando las piernas".

**SEGUNDA VUELTA**: "Al nuevo grito de "vuelta" ambos bailarines vuelven a ocupar su sitio original. El ritmo alcanza su máxima intensidad. Entonces comienza el zapateo".

**ZAPATEO**: "En medialuna el hombre golpea fuertemente el piso con el taco mientras, en la dama, el zapateo es más suave".

**VUELTA FINAL:**"Al grito de "vuelta" o "última", la pareja deja de zapatear y realizan un movimiento circular hacia el centro de la pista, hasta quedar juntos este paso debe coincidir con el fin de la música".