## 1. EL CUERPO

*¿Con qué bailamos?*

El cuerpo es el instrumento principal que utilizamos para bailar. A través de él podemos expresar emociones, representar situaciones y comunicar mensajes sin necesidad de hablar.

Utilizamos diferentes partes del cuerpo, como la cabeza, los brazos, las manos, el tronco y las piernas, para realizar movimientos y crear diferentes figuras.

**Danzas peruanas donde lo observamos:**

### Alcatraz — COSTA · Lima e Ica



En esta danza afroperuana podemos observar cómo los bailarines utilizan diferentes partes del cuerpo, especialmente las caderas, el tronco, los brazos y las piernas para expresar alegría y ritmo mediante el baile.

### Huaylarsh — SIERRA · Junín



Los bailarines emplean brazos, piernas y tronco mediante saltos, zapateos y movimientos coordinados que representan la alegría.

### Danza de la Boa — SELVA · Ucayali



Los bailarines utilizan todo el cuerpo para imitar los movimientos ondulantes de la serpiente, especialmente con los brazos, el tronco y las piernas.

## 5. LA ENERGÍA

*¿Con qué intensidad nos movemos?*

La energía es la fuerza y la intensidad que utilizamos al bailar. Nos permite realizar movimientos suaves, fuertes, ligeros o enérgicos, según lo que queramos expresar.

**Danzas peruanas donde lo observamos:**

### Son de los Diablos — COSTA · Lima



Utiliza movimientos fuertes y enérgicos, con saltos y zapateos que transmiten alegría y vitalidad.

### Danza de las Tijeras — SIERRA · Ayacucho



Presenta movimientos vigorosos, saltos y acrobacias que demuestran fuerza, agilidad y resistencia.

### Danza de los Tulumayos — SELVA · Huánuco



Utiliza movimientos dinámicos y enérgicos que representan la fuerza y vitalidad de sus danzantes.

**Las tres regiones del Perú**

| Costa | Sierra | Selva |
|---|---|---|

**Versión web del tríptico**

Escanee el código con la cámara del celular.

sebastian.tupino.com

Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia

**Colegio Bilingüe Santa María de la Gracia**

# LOS ELEMENTOS DE LA DANZA



La danza es una forma de expresión artística y cultural que utiliza el cuerpo y sus movimientos para comunicar ideas, sentimientos, emociones y tradiciones. Para realizar una danza necesitamos cinco elementos fundamentales: cuerpo, acción, espacio, tiempo y energía.

| Cuerpo | Acción | Espacio | Tiempo | Energía |
|---|---|---|---|---|

**Alumno:** Sebastián Tupiño Cervantes
**Grado:** 3.° de primaria

## 2. LA ACCIÓN

***¿Qué movimientos hacemos?***

La acción se refiere a todos los movimientos que realizamos cuando bailamos. Estos pueden ser caminar, correr, saltar, girar, balancearse, agacharse y zapatear. Nos permiten darle vida y variedad a una coreografía.

**Danzas peruanas donde lo observamos:**

### Tondero COSTA · Piura



Los bailarines realizan movimientos de cortejo, giros, desplazamientos, zapateos y movimientos de faldeo.

### Carnaval de Tinta SIERRA · Cusco



Los bailarines realizan desplazamientos, zapateos, giros y movimientos en pareja que expresan alegría y celebración.

### Buri Buriti SELVA · Ucayali



Sus movimientos incluyen desplazamientos, saltos y movimientos coordinados que representan la fortaleza y destreza de los guerreros amazónicos.

## 3. EL ESPACIO

***¿Dónde y hacia dónde nos movemos?***

El espacio es el lugar donde se desarrolla la danza y donde los bailarines realizan sus movimientos. Nos permite desplazarnos en diferentes direcciones, como adelante, atrás y a los lados, formando círculos, filas y parejas. También podemos movernos en diferentes niveles: alto, medio y bajo.

**Danzas peruanas donde lo observamos:**

### Marinera norteña COSTA · La Libertad



La pareja se desplaza en diferentes direcciones, realiza giros y movimientos circulares, mientras baila al ritmo de la música.

### Diablada SIERRA · Puno



Los bailarines ocupan diferentes espacios mediante desplazamientos, filas y formaciones grupales, realizando movimientos coordinados durante la coreografía.

### Changanacuy SELVA · Amazonía peruana



Los bailarines realizan movimientos en pareja, cambiando de posición y ocupando diferentes espacios durante el baile.

## 4. EL TIEMPO

***¿A qué velocidad y ritmo bailamos?***

El tiempo está relacionado con la velocidad y el ritmo de los movimientos. Nos permite coordinar nuestros pasos con la música y bailar de manera rápida, lenta o moderada.

**Danzas peruanas donde lo observamos:**

### Festejo COSTA · Lima e Ica



Los bailarines siguen el ritmo del cajón y las palmas, realizando pasos alegres y rápidos.

### Huayno SIERRA · Andes peruanos



Sus bailarines realizan pasos rítmicos y coordinados siguiendo la melodía de la música andina.

### Pandilla Moyobambina SELVA · San Martín



Los bailarines siguen el compás de la música amazónica mediante pasos coordinados y desplazamientos rítmicos.