Andalucía en movimiento

SEVILLANAS · EL PRIMER LATIDO · Guía visual para acompañar la misión.



Un compás que vuelve a reunirnos.

Escucha · Practica · Comparte

Las sevillanas forman parte del recuerdo que recuperamos en Andalucía. Estas páginas te ayudarán a ensayar el ritmo y los pasos trabajados con el profesor.

Antes del primer paso

Guía visual de iniciación · Apoyo a la demostración y a la ficha de misión.

Primero escucha. Después añade movimiento.

El compás tiene tres tiempos: el primero se acentúa y los otros dos se marcan más suaves. Escucha una sevillana elegida con el profesor antes de intentar encajar los pasos.

1	2	3
ACENTO	SUAVE	SUAVE

1 - 2 - 3 / 1 - 2 - 3 / 1 - 2 - 3

ENSAYO DE ESCUCHA

Marca el pulso con la voz o con toques suaves. Destaca el primer tiempo sin acelerar los otros dos. Después acompáñalo con pequeños cambios de peso.

PREPARA EL ESPACIO

Busca suelo estable, calzado cómodo y espacio para desplazarte sin chocar. No necesitas traje, tacones ni un escenario. Empieza con los brazos relajados.

CUANDO AÑADAS LOS BRAZOS

Incorpora poco a poco el recorrido que haya mostrado el profesor. Mantén hombros cómodos y manos sin tensión; si pierdes el paso, vuelve a trabajar solo los pies.

Referencia del compás: Instituto Andaluz del Flamenco, «Unidad de trabajo 1: Las Sevillanas».

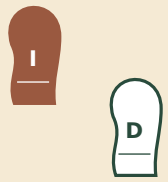
El paseíllo, por posiciones

Vista desde arriba · I = izquierdo · D = derecho · Relleno = pie que actúa.

Empieza con el derecho algo adelantado y el izquierdo detrás. Revisa esta referencia con el modelo trabajado en clase.

Las viñetas muestran posiciones: no son compases ni significan un tiempo musical cada una.

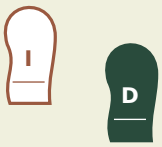
01



Izquierdo delante

Adelanta y apoya el pie izquierdo.

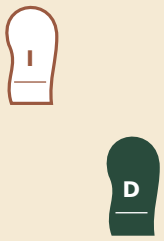
02



Marca con el derecho

Toca con la punta derecha detrás del izquierdo.

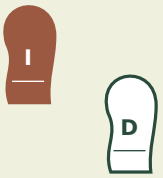
03



Derecho atrás

Lleva el derecho atrás y apóyalo.

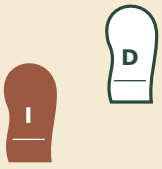
04



Marca con el izquierdo

Toca con la punta izquierda por delante del derecho.

05



Izquierdo atrás

Retira el izquierdo hacia atrás y prepara la continuación.

QUÉ OBSERVAR

Pasos cortos.

Peso bien apoyado.

Punta y apoyo no son lo mismo.

Practica lento y pide una corrección concreta.

PARA ENLAZAR

Retoma el paseíllo o enlaza con la pasada según la demostración. No añadas todavía velocidad ni giros por tu cuenta.

La primera, de un vistazo

Mapa para recordar la secuencia después de verla y practicarla con el profesor.

A — PRIMERA PARTE

5	1
Paseíllos	Pasada

B — SEGUNDA PARTE

1	4	1
Paseíllo	Quiebros	Pasada

C — TERCERA PARTE

1	4	FIN
Paseíllo	Pasadas	Vuelta final

DOS MOVIMIENTOS QUE NECESITAN DEMOSTRACIÓN

Pasada: cambia de lugar con tu pareja siguiendo el recorrido y el giro demostrados, dejando espacio entre ambos.

Quiebro: enlaza la apertura lateral, el cruce y el gesto corporal con control; aprende primero el recorrido de los pies.

En la primera completa las partes se enlazan. Durante el aprendizaje puedes detenerte y repetir un fragmento. La vuelta final se incorpora cuando el profesor haya explicado su ejecución.

De la práctica al encuentro

Usa esta guía dentro de las ocasiones de práctica previstas en la ficha de Andalucía.

01 Recuerda el ritmo

Escucha el fragmento musical y localiza el acento. Repite el paseíllo despacio, primero sin brazos.

02 Enlaza un fragmento

Ensaya la parte trabajada en clase. Si participáis en pareja, acordad el espacio y el momento de la pasada. Cualquier pareja puede asumir los mismos movimientos.

03 Añade expresión

Cuando los pies estén claros, incorpora los brazos. Puedes practicar individualmente, con otra persona o con una adaptación acordada.

04 Comparte lo aprendido

En la siguiente práctica, retoma una dificultad concreta. En el encuentro previsto comparte la secuencia o la versión acordada, sin exigir una ejecución profesional.

SI NECESITAS REPASAR LA DEMOSTRACIÓN

Primera sevillana paso a paso

Recurso externo de Mucho Más Que Baile, con explicación y vídeo. Escanea el QR o pulsa el enlace del PDF. El profesor seleccionará el fragmento adecuado y la música para la práctica.

NO AÑADE UNA ENTREGA

La validación sigue la ficha de misión: participación, aprendizaje y reflexión por la vía acordada. No necesitas enviar un vídeo por utilizar esta guía.

Fuentes: Instituto Andaluz del Flamenco, unidad 1 (compás). Mucho Más Que Baile, «Primera Sevillana paso a paso» (paseíllo y estructura). Esquemas y progresión didáctica propios.