

Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales  
Talleres Extracurriculares 2025-2

**A) Taller de Danza Árabe.**

**B) Modalidad:** 100% presencial

**C) Descripción del taller:**

En este taller, se practicará la técnica apropiada de la Danza Árabe. Se enfocará en la postura corporal y los movimientos básicos y distintivos de esta danza como: shimmies, movimientos de cadera, disociación, postura de cuerpo y brazos; para ello, se estudiarán tres ritmos básicos (Maksoum, Baladi, Saidi), que permitirán un mayor entendimiento de la música árabe. También habrá un acercamiento a la cultura árabe por medio de este arte.

**D) Objetivo:**

El objetivo de este taller es que las y los estudiantes aprendan la técnica apropiada de la Danza Árabe y que desarrollen su flexibilidad, la espacialidad y la coordinación corporal. Así como incentivar el acercamiento de los y las estudiantes a la cultura árabe mediante su música y sus danzas.

**E) Perfil del participante:**

Taller para mayores de edad, con o sin conocimiento previo de Danza árabe.

**F) Cupo máximo:**

25 personas

**G) Contenidos, ejes temáticos y actividades**

**Ritmos:** se estudiarán tres ritmos básicos de la música árabe: Maksoum, Baladi, Saidi.

**Técnica:** postura correcta del cuerpo y brazos, movimientos básicos de cadera, shimmies.

**Disociación:** se trabajará con la disociación corporal.

**Acondicionamiento físico:** se trabajará la flexibilidad y la fuerza del cuerpo.

**Historia de la danza árabe:** Abordaremos los orígenes de esta danza milenaria, así como su desarrollo a lo largo de la historia.

**Estilos musicales y de danzas:** Se conocerán los diferentes estilos musicales y dancísticos.

**H) Metodología:**

Calentamiento:	20 min	Para evitar lesiones. Desarrollar la fuerza y elasticidad.
Postura correcta y posiciones de danza	10 min	Explicación, demostración y práctica de la correcta postura del cuerpo y las posiciones de danza.
Shimmies	15 min	Técnica y práctica de shimmies
Golpes de caderas	30 min	Técnica de caderas (péndulos, egipcio básico, hip drop)
Ondulaciones	20 min	Técnica de ondulaciones de cadera y pecho (ochos, media luna, camello)
Combos	20 min	Se usarán los pasos aprendidos en clase para crear combos coreográficos.
Estiramiento	5 min	Estiramiento final.

**I) Cronograma de trabajo:**

**Primer mes:** Estará enfocado en el aprendizaje y la revisión de los pasos básicos de la danza árabe, así como del ritmo Maksoum.

**Segundo mes:** Se enfocará en el aprendizaje del ritmo Baladi.

**Tercer mes:** Se enfocará en el aprendizaje del ritmo Saidi y se empezará a montar coreografía.

**Cuarto mes:** Repaso de coreografía.

**J) Criterios de evaluación:**

Al finalizar el taller, se espera que las y los estudiantes identifiquen los tres ritmos vistos en clase, y que los reconozcan en las canciones. También se evaluará la ejecución apropiada de los movimientos básicos de esta danza.

**K) Bibliografía:**

Bounaventura, Wendy. *Serpent of the Nile, Women and dance in the arab world*, New York: Interlink Books, 2010.

Korek, Devorah. *Danza del Vientre, El arte de la danza oriental*, Barcelona: Editorial Océano, 2005.

Mohamed, Shokry. *La Danza Mágica del Vientre*. Madrid: Ediciones Mandala, 1995.

**L) Requerimientos del taller:**

Para este taller, las y los estudiantes necesitarán: ropa cómoda (leggings, mallones, top o playera), y una fajilla o caderín. Esta danza se practica con los pies descalzos, pero pueden usar zapatillas de ballet, o metatarseras.

**M) Propuesta de presentación:**

Para la presentación final, se sugiere presentar una coreografía con estilo de danza pop árabe.

Matra. Quiahuitl Sánchez Segura.

[quiasanchez@politicass.unam.mx](mailto:quiasanchez@politicass.unam.mx)

## Semblanza

La Maestra Quiahuitl Sánchez Segura con nombre artístico de: Kía Rania, estudió la licenciatura en Lengua y literaturas modernas (letras inglesas), en la Facultad de Filosofía y Letras, UNAM y la Maestría en English Literature en la Universidad de Leeds, Reino Unido. Actualmente trabaja en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales impartiendo la materia de inglés. También se ha dedicado a la docencia de la Danza Árabe por 4 años, en su propia academia Maktub.

Con una trayectoria dancística de 15 años, es bailarina profesional de Danza árabe. Ha complementado su educación como bailarina con clases de ballet que ha practicado por 5 años, jazz, pilates, yoga y actualmente también estudia Danzas Barrocas. Todas estas disciplinas han sido importantes para su desarrollo profesional como bailarina.

Ha tomado diversos talleres y certificaciones, que le han brindando un amplio conocimiento de la Danza árabe, tanto práctica como teórica. En 2012 participó en la “Exhibición de Baile ‘Danzas internacionales’” en la Secretaría de Relaciones Exteriores. De 2013-2014 perteneció a la compañía de Danza árabe Malaki Dahab, con la cual participó en diversos eventos como: La feria de las Culturas amigas en 2013; en dos ocasiones, junto con la compañía, bailó en la Embajada de Egipto, y ganó el primer lugar en el concurso “Asala Championship 2013”, en la categoría grupal.

En 2018 y 2019 perteneció a la Bellydance Society de la Universidad de Leeds y participó en el concurso de danza de dicha Universidad. En 2023, junto con otras colegas bailarinas, inauguraron la academia de Danza árabe Maktub. En 2024, junto con las maestras de Maktub, organizó la primer gala anual: *Noches árabes*.

Como profesora de danza, se preocupa por el bienestar físico y emocional de sus estudiantes, así como del aprendizaje integrativo de la danza, que no sólo incluye la técnica correcta, sino la apreciación histórica de esta danza dentro de la sociedad actual de los países árabes, y del resto del mundo.