



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

# “ORIENTACIONES DIDACTICAS SOBRE LA EXPRESIÓN CORPORAL”

AUTORIA <b>LOURDES M<sup>a</sup> SÁNCHEZ TORRES</b>
TEMÁTICA <b>LA EXPRESIÓN CORPORAL</b>
ETAPA <b>GRADO ELEMENTAL Y MEDIO DE DANZA</b>

## Resumen

Es interesante entender que una de las ventajas de las capacidades expresivas, radica en que se pueden practicar a cualquier edad, a diferencia de algunas capacidades condicionales, pero la práctica de actividades de expresión corporal en esencia educativa mantiene una alta motivación y autoestima. Por ello creo de gran importancia abordar este tema, puesto que cualquier manifestación expresiva supone un intento de proyección de uno mismo hacia los otros, resultando en un proceso socializador.

## Palabras clave

Expresión corporal, proceso, motivación, autoestima, manifestación expresiva, danza, ideas, factor temporal, factor espacial, movimiento, sentimientos, emociones, comunicación, profesor, control postural, muscular, gestual, socializadora, creativa, enseñanza, método, composición.

## 1. ANÁLISIS DEL PROCESO

Ya hemos hecho referencia en el resumen, que las actividades de expresión corporal en esencia educativa, mantienen una alta motivación y autoestima, esto es cierto pero implica fundamentalmente a su vez para llevarlo a cabo que exista una motivación y unas ganas de vivenciar lo que se propone. La expresión corporal, toma como instrumento al propio cuerpo, a partir de él establece una importante vía de canalización de aptitudes, de liberación y de conciencia de posibilidades personales, favoreciendo al desarrollo armónico del alumno-alumna en su totalidad psicofísica.

Según su proceso, producto, intencionalidad, alcances y marco teórico, se pueden advertir distintas orientaciones:

- Terapéutica: Orientaciones psicoterapéuticas (Psicodrama) y fisioterapéuticas (Eutonía).
- Metafísica: como medio del desarrollo espiritual. Basada en las técnicas y filosofías orientales.
- Artística: Del espectáculo escénico: teatro, la música, la danza, el mimo, la acrobacia.
- Educativa: desarrollada en el mundo escolar: la concienciación y disponibilidad corporal, el desarrollo psicomotriz, el desarrollo de la creatividad y la expresión.



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 5 – ABRIL DE 2008**

La comunicación corporal es una experiencia que ofrece medios para un mejor crecimiento, desarrollo y maduración del ser humano. Como vías expresivas se pueden indicar: La imitación, los estados, las técnicas expresivas, los sentimientos y las sensaciones. La expresión suele implicar siempre comunicación y además traducida la expresión al lenguaje oral o gestual, crea innumerables interrelaciones entre sujetos, potenciando el enriquecimiento, equilibrio de la dinámica social y personal de los alumnos-alumnas.

La expresión corporal fue definiéndose como: conducta espontánea en el área del cuerpo; actividad artística educativa a través del cuerpo; técnica pedagógica de liberación y creación; lenguaje artístico y del cuerpo; etc. Algunas tendencias la han utilizado como "técnica al servicio del proceso de enseñanza- aprendizaje, basada en los contenidos de las distintas áreas de enseñanza.

Una realidad es que el sujeto, a través del conocimiento de su esquema corporal, crea y emite una imagen corporal para conseguir una identidad que se manifiesta en un contexto sociocultural ("kinésica o lenguaje corporal"). En los currículos escolares, la expresión y la comunicación, son tratadas desde distintas áreas y códigos que permiten exteriorizar y/o interiorizar sensaciones, ideas o sentimientos, estableciendo interrelaciones a través de diferentes: materiales, instrumentos, el lenguaje verbal o el movimiento; por lo tanto, de acuerdo con lo anteriormente expuesto, se entiende que su inserción en el proceso educativo ha de ser global e interdisciplinar, siendo tarea del área de E. Física el proporcionar las técnicas adecuadas incidiendo, no solo en cuestiones conceptuales y taxonómicas, sino también en los objetivos, contenidos y actividades para desarrollar el placer por la expresión la comunicación y la estética.

Los contenidos para el desarrollo de la Expresión Corporal desde la Educación Física en la actualidad, abrazan tres dimensiones:

- Sensoperceptiva del cuerpo: como cimiento del movimiento expresivo.
- Expresivo-Creativa y
- Comunicativa del cuerpo: el lenguaje del cuerpo y del movimiento.

Pedagógicamente con sus niveles de enseñanza, aprendizaje y conocimiento.

Como docente en el cuerpo de enseñanzas artísticas, reflexionaré el tema en cuestión pero en relación a la danza como manifestación expresiva que es, ello no quita que se pueda tomar como Orientación Didáctica a la hora de ser introducida la expresión corporal, en las aulas de las enseñanzas obligatorias.

La expresión corporal es una actividad muy presente no solo en las enseñanza de la danza sino en su pura y natural manifestación, la posibilidad de que gracias a la combinación personal y grupal de gestos y de técnicas de danza podamos elaborar producciones coreográficas, nos da a entender que es necesario invertir un tiempo en la composición de ideas.

Pero la danza es una manifestación expresiva del cuerpo, es un lenguaje del gesto corporal y tales gestos empleados a través de la danza crea una continuidad en el movimiento que hace preparar al



**ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 5 – ABRIL DE 2008**

gesto siguiente, por ejemplo: tras un giro, una postura final o bien producir sorpresa, por ejemplo: tras un giro, podemos caer a propósito con todo el cuerpo al suelo.

Todo ello con la implicación directa o indirecta de conjugar los conceptos de estilos y de forma en relación al:

- lenguaje técnico y expresivo danzado
- factor temporal (música y ritmo)
- factor espacial (escenográfica, objetos y materiales)

Los gestos en la danza pueden ser bailados, recurriendo a la gama tan amplia de posibilidades expresivas que tiene y acercándonos a las formas reales de las cosas o de las personas (gestos figurativos), como también contar con la descarga de muchas y diferentes ideas todas ellas significativas para cada espectador (gestos abstractos).

Teniendo en cuenta todos estos aspectos podemos trabajar realizar composiciones coreográficas y de improvisación cargadas no solo de mensajes estéticos, sino mensajes llenos de ideas y creatividad.

Las posibilidades de expresión y comunicación tienen distintas manifestaciones:

- El conocimiento del cuerpo y su toma de conciencia: Percepciones, intenciones, sensaciones, kinestesia, miradas, concentración.
- El cuerpo en el espacio: Propio, escénico, imaginario, forma, masa, materia, ambiente.
- El cuerpo y el movimiento en relación al tiempo: Pulsación, acento, patrones rítmicos periódicos, tempos, ritmos colectivos, medidas, y hay una medida relativa: movimientos rápidos y lentos, movimientos acelerados y desacelerados, ritmo personal, patrones rítmicos aperiódicos y silencios.
- El cuerpo en relación a la energía:  
Factor peso: Movimientos fuertes y ligeros  
Principios del movimiento; Equilibrios, contrapesos, rechazos  
Factor tiempo; Movimientos espontáneos, y movimientos mantenidos.  
Factor desencadenante de energía: Movimientos libres, controlados, balanceos vibratorios.
- Factor espacio
- Cualidad del movimiento doble: contacto de las manos, espalda, mirada, etc.

Estas posibilidades abren un camino de espontaneidad y creatividad, factores de gran importancia para el alumno-alumna.

Teniendo como referencia estos elementos del lenguaje de la danza como diferentes manifestaciones expresivas, analicemos de qué maneras pueden ser utilizados:

- De que formas puede ser utilizado el cuerpo: con la parte superior o inferior del cuerpo, con la parte derecha o izquierda del cuerpo, con movimientos simétricos o asimétricos, movimientos simultáneos o sucesivos, apoyándolo en el suelo o en suspensión.



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 5 – ABRIL DE 2008**

- De que formas puede ser utilizado el espacio: Con direcciones, desplazamientos, trayectorias, espacio propio o distante
- De que formas puede ser utilizado el tiempo: Gestos y pasos rápidos y lentos, acelerados y decelerados, repetición de un ritmo, tiempo de un ritmo.
- De que formas podemos utilizar la energía: Con distribuciones de acentos, movimientos fuertes y débiles, fraseos con movimientos libres, espontáneos, controlados.

La capacidad comunicativa y de relación evidencia que, como seres humanos, hemos establecido el lenguaje verbal como canal principal de comunicación en nuestro quehacer cotidiano.

En vista que nuestro lenguaje verbal no es suficientemente esclarecedor ni del todo transparente, los que trabajamos bajo una dimensión expresiva de la actividad motriz, constatamos que el lenguaje corporal ofrece una multiplicidad de matices y expresiones que lo colorean, al igual que la mayoría de los lenguajes de tipo no-verbal.

Así, bajo una endurecida piel quizás se esconda o descubramos otra piel sensibilizada al tacto o a determinados estímulos o emociones...

Aun cuando el lenguaje con el que escribimos y hablamos es nuestro principal vehículo de comunicación, no deja de maravillarnos la capacidad expresiva de la gestualidad de los movimientos de nuestro cuerpo y del los demás.

De hecho es a través del movimiento como empezamos a encontrar la manera de manifestar los sentimientos y emociones, ello favorece:

- La liberación de impulsos agresivos,
- Ayuda a superarse
- Colabora en el desarrollo afectivo, social, intelectual y motor;
- Alivia estados de ánimo adversos.

Además de estar muy presente y relacionados con el trabajo de la expresión corporal e improvisación los temas transversales tales como: La Educación por la Paz, La Educación Moral y Cívica, La Educación por la igualdad de oportunidades en ambos sexos.

- La Educación por la Paz: las actividades de expresión corporal e improvisación , en esencia educativas, mantienen una alta motivación y autoestima (potenciando el autoconcepto) puesto que, liberando impulsos agresivos, ayuda a superarse, colabora en el desarrollo afectivo, social, intelectual y motor; puede aliviar estados de ánimo adversos, clarifica los conceptos de cooperación y socialización y, al primar la realización sobre el resultado, es un buen destino para el ocio ya que proporciona disfrute y placer lúdico produciendo un efecto relajante tanto a nivel mental y corporal.
- La Educación Moral y Cívica: el respeto y tolerancia a las diferentes formas de expresión en un trabajo lleno de creatividad e imaginación en donde el alumno busca sus propias adaptaciones, cuyos objetivos pretenden la exteriorización de sentimientos, sensaciones e ideas, la comunicación de los mismos y dentro de una potenciación sentido estético del movimiento.
- La Educación por la igualdad de oportunidades en ambos sexos: Tanto si es hombre como si es mujer se trata de potenciar la capacidad personal de cada uno, de elaborar combinaciones



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

originales de la imaginación y la creatividad de las propias ideas en relación a los materiales externos, a los propios movimientos y a las técnicas corporales. Tanto los hombres como las mujeres, pueden aportar, manifestar, expresar, comunicar, transmitir ideas, sentimientos, vivencias, exteriorizar e interiorizar sensaciones, porque ambos tienen capacidad para poder desarrollar la expresión, la comunicación y la estética.

Así, en relación a la expresión del cuerpo, constatamos que es precisamente la expresividad de nuestras posturas, gestos y actitudes corporales la que dota a nuestras palabras de vivacidad y de energía, pudiéndose exponer a modo de categorías en el ámbito psicomotor:

- Movimientos expresivos (los comunicativos cotidianos, expresiones, posturas, gestos...)
- Movimientos interpretativos (movimiento estético y creativo)

Dejar que haya pequeños momentos de improvisación reservados siempre a una nueva invención de movimientos en donde la expresión y la comunicación permita exteriorizar o interiorizar sensaciones, ideas, sentimientos, estableciendo interrelaciones a través de diferentes: materiales, instrumentos, el lenguaje del movimiento, con ello potenciamos la capacidad personal de elaborar combinaciones originales de la imaginación y la creatividad de las propias ideas en relación a los materiales externos, a los propios movimientos y a las técnicas corporales.

Al ser la danza una manifestación tan propia del ser humano desde los vestigios que de él se conocen, los movimientos están íntimamente relacionados con la faceta expresiva y estética del mismo, ya que se basan en la expresividad, comunicatividad sensitiva, de ideas y sentimientos de un mundo interior que se quiere transmitir y la estética corporal intencional. Esta se convierte explícitamente en actividad de expresión cuando esos procesos son buscados deliberadamente.

Teniendo presente que la danza es un fluir de ideas y sentimientos, recurrir a ella facilita el proceso de la enseñanza- aprendizaje de la expresión corporal

## 2. FUNCIÓN DEL PROFESOR

La idea central en torno a la cual he querido que girarse el presente texto está en evidenciar que la danza es un medio ideal para experimentar una plenitud personal o grupal a través del movimiento siempre y cuando se sepan combinar coherentemente dos grandes vertientes que competen a la función del profesor:

- No desatender nunca unos mínimos en el aprendizaje y la mejora progresiva de las posibilidades técnicas de control postural, muscular, y gestual del cuerpo de cada persona.
- Estimular al máximo la capacidad de impregnar el gesto corporal del potencial simbólico y del imaginario de cada uno o del colectivo implicado.

Teniendo en cuenta que para la introducción y práctica de la Expresión Corporal debemos conocer ciertos aspectos entre ellos el nivel de madurez de los alumnos con los que vayamos a trabajar. Los estudios de danza en los centros oficiales (Conservatorios de Danza) comienza a los 8 años, a partir de esta edad detallaremos el nivel de madurez de los alumnos/as como referencia para el desarrollo de la



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

Expresión Corporal, que a su vez intentaré relacionar con la etapa correspondiente de las enseñanzas obligatorias.

## 2.1 Nivel de madurez: físico-funcional, psíquico, expresivo

Edad: 8-9 años

Primer curso de Grado Elemental de Danza (Primaria Ciclo Segundo)

Físico-funcional:

- Respiración. -relajación.
- Dominio de habilidades.
- Coordinación óculo-manual.
- Relajación con objetos.

Psíquico:

- Afirmación en lo real.
- Emociones y sentimientos.

Expresivo:

- Caracterización.
- Desarrollo expresivo de sentidos y sensaciones.
- Monólogos y diálogos.
- Expresivo:
- Creatividad

Edad: 9-10 años

Segundo curso de Grado Elemental de Danza

Físico-funcional:

- Conciencia espacio-temporal.
- Desarrollo de esquemas rítmicos.
- Organización del espacio representativo: coordenadas, noción de superficies, perspectivas.
- Desarrollo de la función lúdica: Juegos de reglas que imponen cooperación y obligaciones.

Psíquico:

- Conciencia de la individualidad.
- Espontaneidad. Apertura a través de la intriga y peripecia.

Edad: 10-12 años

Tercer y cuarto curso de Grado Elemental (Primaria ciclo Tercero)

Físico-funcional:

- Consolidación de esquemas y coordinaciones complejas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 5 – ABRIL DE 2008

- Conciencia grupal.

Psíquico:

- Experiencias interiorizadas.
- Actitudes de relación y convivencia.

Expresivo:

- Coordinación gesto-palabra.
- Predominio de la experiencia convivencial. colectiva sobre la individual.

Edad: 12-16 años

De primero a cuarto curso de las enseñanzas profesionales de danza. (Eso)

Físico-funcional:

- Definición personal en el espacio-tiempo:
- Situación
- Apertura en la experiencia.
- Posibilidades-límites.

Liderazgo a través de:

- Deportes. Atletismo
- Danza. Interpretación
- Conciencia espacio temporal con relación a otro y al grupo

Psíquico:

- Afirmación como libertad.
- Contraste entre lo real y lo ideal.
- Autonomía. Liderazgo. Diferenciación sexual.

Expresivo:

- Apertura al aprendizaje de técnicas de expresión corporal.

En un plano muy general podemos resumir diciendo que la secuenciación didáctica lógica , adaptándola a las diferentes edades, diversidad de grupos y entornos sería:

- Actividades de iniciación.- Juegos de desinhibición y dinámica de grupos, respiración y relajación...
- Actividades rítmicas.- Calentamiento con música, aeróbic, danzas populares y colectivas, bailes de salón...
- Actividades expresivas y/o comunicativas.- Lenguaje corporal (gestos y posturas), mimo y dramatización...

Para garantizar con éxito, situaciones creativas e interdiscipliniales a partir de la danza y la expresión corporal, describiré algunas actividades bajo mi experiencia docente, y habiéndolas puesto en práctica:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

#### Actividad 1

Dividimos la clase en tres o cuarto grupos y sobre músicas que susciten diferentes sensaciones, sentimientos, estados de ánimo, escucharán varias veces la música, dando paso después al trabajo en grupo de la composición de la historia con que quieran argumentar para ser interpretada a través de pasos, gestos, movimientos. Una vez trabajada la composición repetidas veces, cada grupo expondrá al resto de compañeros sus composiciones.

#### Actividad 2

Con un ritmo de música bastante marcado animamos a nuestros alumnos a que bailen de forma individual, el profesor o profesora seleccionará uno de los movimientos que haya realizado un alumno-alumna, y este tendrá que enseñárselo a sus compañeros, una vez aprendido continuamos con el baile volviendo a seleccionar otro movimiento de otro alumno/a repitiendo el proceso de enseñanza, dando lugar a unir ambos pasos, así podemos continuar hasta componer una variación, una frase musical, una coreografía.

#### Actividad 3

Sobre una coreografía ya montada o en proceso de montar, dejaremos pequeños espacios musicales o de silencios en donde los alumnos/as de forma individual improvisaran con movimientos espontáneos, libres, volviendo a enganchar la coreografía ya montada una vez terminado los compases marcados de libre interpretación.

#### Actividad 4

Muy parecida a la actividad tres, sobre una composición ya elaborada, seleccionamos varias frases musicales, en vez de ser improvisada y de manera individual, se montará coreográficamente en grupo, así que dividiremos la clase en cuatro agrupaciones, dejaremos un tiempo de elaboración entre las componentes de cada grupo, y luego serán expuestas al resto de la clase.

#### Actividad 5

Contar una historia, el profesor o profesora da el argumento, o pone en situación a los alumnos de que es lo que se busca, para transmitir, contar, comunicar con nuestro cuerpo el tema que queramos trabajar.

#### Actividad 6

El profesor o profesora indicará a los alumnos y alumnas que compondrán de manera grupal, por ejemplo; representar un árbol entre todos, una montaña, cualquier cosa que pueda realizarse entre todos, de forma que después sobre un montaje coreográfico, este árbol o montaña puede ser integrado en la parte que el profesor o profesora considere adecuado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

Estas actividades están relacionadas con la creación coreográfica práctica que ayuda al desarrollo de la imaginación, la creatividad y habilidades a través de nuevos movimientos. Acrecenta las oportunidades que poseen los niños para crear, observar, representar, criticar el movimiento danzado, además de favorecer el desarrollo de las habilidades para utilizar determinados elementos de expresión corporal y dancísticos y comprender como influyen positivamente en las capacidades expresivas.

Debemos de tener en cuenta para la composición de coreografías que antes contamos con unos periodos previos al montaje. Estos son: la exploración, la composición, y la apreciación crítica.

-En el periodo de la exploración, se le da la posibilidad a los alumnos y alumnas que exploren, investiguen, prueben nuevas formas de movimientos que vayan más allá de lo cotidiano. El punto de partida para la exploración puede ser una idea, una música que tenga significado para los alumnos. Todos los temas deben estar en coherencia con las experiencias de los alumnos, las capacidades cognitivas, afectivas y motoras.

-En el periodo de composición organizaremos todos los movimientos experimentados, combinándolos, realizando frases de movimiento, variaciones que dan a la acción motriz significado.

-En el periodo de apreciación crítica, los alumnos después del periodo de exploración y composición deben de compartir a los compañeros sus composiciones, de manera que a través de la visualización de las composiciones, enriquece su vocabulario, incrementan la comprensión sobre ellos mismos, aprenden a entender, apreciar y disfrutar de las composiciones y danzas de los demás.

Cuando hablamos de danza creativa es más importante el periodo de exploración que el producto final.

### 3. METODOLOGÍA

Las técnicas de la danza y de la expresión corporal no son simples, ya que se basan en un engranaje en el que participan múltiples capacidades cenestésicas, habilidades motrices, cada vez más complejas e inalienables de unos condicionantes de espacio y de tiempo.

Si ello se experimenta a través de situaciones motivantes entiéndase creativas, lúdicas y expresiva y de amplia diversidad esto concierne a la metodología, con ella conseguiremos el noble interés que radica en la necesidad de participación individual y colectiva en la expresión danzada que nos permite bailar con regocijo y confianza.

Como metodología aplicable a este tema nos proponemos trabajar en base a los siguientes principios metodológicos:

- Contribuiremos a favorecer la actividad de construcción del conocimiento de nuevos contenidos en el ámbito del movimiento. Este principio metodológico implica mantener la idea de que el alumno/a es el/la protagonista de sus aprendizajes (los docentes podemos favorecerlos).
- Potenciaremos los aprendizajes significativos, en base al diseño de situaciones relacionadas con la improvisación, la faceta expresiva (acción externa, actividad manifiesta, movimiento, gesto y la faceta cognitiva (acción interna, actividad oculta, pensamiento, sentimiento) siempre teniendo en cuenta los conocimientos previos del alumnado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

- Estableceremos las condiciones apropiadas para trabajar de forma individual y en grupo, para que los trabajos particulares como comunes se realicen bajo los principios de la práctica, la operatividad y la participación.
- Crearemos las condiciones necesarias para que el alumno tenga la oportunidad de valorar la técnica como parte fundamental de su desarrollo artístico.
- Generaremos situaciones de aprendizaje adecuadas que permitan la visualización, percepción, composición, y expresión de obras coreográficas por parte de los alumnos/as y que además garanticen sus necesidades comunicativas.
- Potenciaremos el aspecto lúdico de la danza y expresión corporal en particular, para que permita descubrir las posibilidades que tiene, como fuente de placer, fantasía, información, y de expresión creativa.

Por codificar a efectos de programación, la metodología aplicada, deberá ser:

- Activa - Los sujetos del aprendizaje son los protagonistas del mismo.
- Creativa- Desarrollando la imaginación y la espontaneidad.
- Socializadora- Por la participación y consideración de todos, favoreciendo la integración.
- Individualizadora- Se trata la diversidad valorando los progresos y el ritmo de aprendizaje.
- Globalizadora- Relación de contenidos con otras áreas.
- Interdisciplinar- Se puede trabajar los contenidos desde otras áreas.
- Significativa- Relaciona los contenidos y experiencias previas con las nuevas.
- Motivadora y flexible.

#### 4. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE

El profesor dirigirá parte del aprendizaje de estas actividades expuestas con una adecuada combinación de estrategias expositivas, promoviendo el aprendizaje significativo y siempre acompañado de actividades y trabajos complementarios, con las estrategias que permitan interpretar y desarrollar la expresión del movimiento en el alumno/a

Se manifestaran situaciones de dificultad (tales como que los alumnos les cueste reaccionar ante los momentos de improvisación y de libre expresividad, ó que se les olvide la coreografía en algunos de los espacios musicales), en todas estas situaciones de trance debemos ayudar al alumno a adquirir los conocimientos que permitan la solución de problemas.

El profesor dirigirá el proceso de aprendizaje a captar las **ideas fundamentales**, destacando la **funcionalidad** y su repercusión de este tipo de contenidos en las composiciones coreograficas, bien sean frases, variaciones o danzas completas. También se **resaltar**á la importancia de ciertos contenidos cuando ello sea necesario para un adecuado proceso de enseñanza aprendizaje.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 5 – ABRIL DE 2008

Es importante tener en cuenta las **preconcepciones del alumno** (realizar sondeos previos) ya que hay que aprovechar los conocimientos anteriores y rentabilizarlos (exposición de las experiencias de un alumno compañero en manifestaciones espontáneas realizadas en reuniones, fiestas, celebraciones o en interpretaciones escénicas)

Potenciaremos la participación del alumno en **las tareas de clase**, a partir de una actividad que le permita interiorizar sus experiencias y vivencias de movimiento, plantearse interrogantes y buscar estrategias para resolverlos de forma creativa y sensible. Consideraremos su dimensión mental. La realización de actividades deberá permitir crear un ambiente saludable, evitando la motivación basada en la competitividad.

La **reflexión y análisis coreográfico**, es un recurso didáctico privilegiado para garantizar su aprendizaje; la propia interpretación del alumno/a ha de ser el punto de partida y la referencia constante para la tarea didáctica.

Las actividades fuera del aula, audiciones, asistencia a conciertos de danza, no solo son aconsejables por su valor motivacional intrínseco, sino porque proporcionan conjuntos estimulantes de mayor riqueza que los existentes dentro de un entorno limitado como es el aula.

## 5. ESTILOS DE ENSEÑANZAS

A la hora de planificar un experiencia para el aprendizaje de una danza es necesario tener claro que tipo de danza se quiere enseñar y en función de ello organizar la experiencia de aprendizaje, con el fin de conseguir una enseñanza idónea y eficiente. Para ello es necesario dominar los contenidos propios de la danza y tener un conocimiento amplio acerca de cómo los alumnos aprenden.

Igualmente cada sesión deberá estar planificada confiando en la fuerza creadora del alumno, así como en transmitir la importancia de la materia impartida y dejar un margen lo suficientemente amplio como para permitir al grupo que a lo largo de la misma descubra, a través de las experiencias compartidas, sensaciones y soluciones nuevas.

Dentro de los estilos de enseñanza de la danza hay dos aproximaciones complementarias: una donde lo predominante es tipo (enseñanza mediante la reproducción de modelos) y otra, donde lo predominante es la creatividad (enseñanza mediante la resolución de problemas) ambas dos son métodos de enseñanza a seguir.

### 4.1 La enseñanza mediante la reproducción de modelos

Los alumnos/as observan, imitan un modelo y realizan el movimiento de la manera más fehaciente y similar posible. No tomando ninguna de las decisiones de cómo se realizan los movimientos.

En la presentación de la tarea cada componente de la misma estará perfectamente definido, analizado, y escrito por el profesor de manera global y analítica.



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 5 – ABRIL DE 2008**

Cuando el docente pretende que el alumno reproduzca la tarea en cuestión de su totalidad empleara una estrategia global. Por el contrario cuando la tarea es compleja y es necesario enseñarla por partes el docente utilizara una estrategia analítica, teniendo siempre presente en la descomposición de los pasos de danza la estructura rítmica que subyace a los mismos.

A la hora de hacer una demostración es importante tener en cuenta la situación espacial del grupo y de la persona que realiza la demostración, que también puede ser realizada por un alumno.

La elección por la que puede decantarse el profesor es situarse de espaldas a los alumnos pero todos mirando frente al espejo, esta posición tiene la ventaja de que los alumnos pueden imitar el movimiento de idéntica manera al profesor. Además los espejos hacen de feedback a los alumnos.

Otra de las posiciones para realizar la demostración es situarse al lado de los alumnos, suele dar buenos resultados en la enseñanza individualizada de pasos de danza que resultan difíciles de aprender. Cuando lo que se pretende es dar una visión más generalizada, poco precisa, el profesor puede situarse en el centro y los alumnos en un círculo alrededor.

El feedback tiene como finalidad proporcionar información relativa a la realización o adquisición de una habilidad, jugando un papel importante en el avance progresivo de las tareas motrices. Por ello, se debe proporcionar, frecuentemente, a los alumnos información constructiva, específica, descriptiva y positiva.

Las correcciones se orientaran primeramente, hacia los aspectos más positivos, seguidamente se añadirán comentarios específicos con el fin de mejorar la realización de la tarea expuesta.

## **4.2 La enseñanza mediante la resolución de problemas**

Los alumnos tienen gran protagonismo. El movimiento cargado de significación personal, surge de la vivencia de la experiencia de aprendizaje que tiene su origen en la capacidad de los alumnos para configurar sentimientos e ideas y darle sentido a la realidad.

Este estilo de enseñanza es adecuado cuando se les presenta a los alumnos un problema con varias maneras diferentes de resolverlo. Los problemas de movimiento deben estar planteados de tal forma que motiven a los alumnos a encontrar nuevas formas de utilizar su gesto, el cual surge de una combinación compleja de imágenes que responden al tema planteado y a las connotaciones personales. Obviamente, este estilo es utilizado en danza creativa, donde los alumnos orientados por las consignas del profesor/a toman decisiones acerca de cómo moverse de acuerdo con sus posibilidades personales, en un espacio propio o general, utilizando una parte o todo el cuerpo, trabajando solo o con otros compañeros.

El profesor cuando utilice este estilo de enseñanza debe ser muy receptivo a posibles respuestas de los alumnos. Normalmente, las respuestas iniciales suelen estar muy relacionadas con las ideas que le resultan familiares a los alumnos, posteriormente, si el clima del aula es favorable, empezaran a encontrar nuevas alternativas de acción.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 5 – ABRIL DE 2008

Los diferentes estilos de enseñanza o métodos no son buenos o malos en términos absolutos, sino en función del tipo de ayuda que ofrecen al propio proceso de enseñanza-aprendizaje. De tal forma que estas dos aproximaciones son consideradas como complementarias y no como antagónicas.

La elección del mejor método de enseñanza a la hora de presentar una tarea a los alumnos, esta en función del objetivo que se pretenda alcanzar con la misma. Puede resultar necesario, a veces, emplear ambos estilos y sus variantes en una misma experiencia de aprendizaje.

## BIBLIOGRAFIA

- ✓ Castañer, M. (2000): Expresión corporal y Danza. Barcelona: INDE
- ✓ García Ruso, H. M<sup>a</sup> (1997): La danza en la escuela. Barcelona: INDE
- ✓ Motos, T. (1983): Iniciación a la expresión corporal. Madrid: Humanitas
- ✓ Motos, T. (1985): Juegos y experiencias de la expresión corporal. Madrid: Humanitas
- ✓ Sánchez, G: La metodología en las clases de expresión corporal. J. Calatayud

## Autoría

- 
- Lourdes M<sup>a</sup> Sánchez Torres
  - Conservatorio Profesional de Danza Reina Sofía de Granada
  - E-MAIL: lourdes\_sanchez\_torres@hotmail.com