

ISCF
"Manuel Piti Fajardo"



PROPUESTA DE UNA BATERÍA DE EJERCICIOS DE DANZA PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN NIÑOS DE PRIMER GRADO.

Autora: Yarileysi Junco Díaz.
Tutora: Lic. Marilys Mesa Fonseca

Cienfuegos, 2007
"Año 49 de la Revolución"

Cienfuegos. Año 2007



Hago contar que el presente trabajo fue realizado en la Facultad de Cultura Física como parte de la combinación de los trabajos en la especialidad Cultura Física; autorizado a que el mismo sea utilizado por la institución para los fines que estime conveniente, tanto de forma parcial total y que no podrá ser presentado en evento, ni publicado sin aprobación de la facultad.

Firma del autor

Los de abajo firmantes certificamos que el trabajo ha sido realizado según acuerdo de la dirección de nuestra Facultad y el mismo cumple los requisitos que debe tener un trabajo de esta envergadura, referido a la temática señalada.

Información Científico-técnico

Nombre y Apellidos. Firma

Sistema de Doc. de Proyecto

Nombre y Apellidos. Firma

Computación

Nombre y Apellidos

Firma del Tutor(a)

**EL EJERCICIO METÓDICO EDUCA,
DISCIPLINA, DESARROLLA
VOLUNTAD Y PREPARA
AL SER HUMANO PARA
LA PRODUCCIÓN
Y LA VIDA**

FIDEL

AGRADECIMIENTO

A todos los profesores de la Facultad de Cultura Física, gracias por ayudarme en este largo y difícil camino, agradezco profundamente su cooperación, el tiempo dedicado, sus acertadas orientaciones y sus experiencias profesionales aportadas, los recordaré siempre con mucho cariño de manera exclusiva y personal.

A mi tutora de espíritu y corazón grande, preocupada e implicada, que me ofreció su tiempo y experiencia profesional, manifestando siempre un apoyo personal precioso, durante el desarrollo y culminación de este trabajo.

Finalmente a mi familia por todo el amor, comprensión, apoyo incondicional y por estar siempre cuando los necesito.

Agradecer no es suficiente si pasado este momento, olvidara la ayuda que todos me han brindado, la mejor recompensa será, llevarlos para siempre con gratitud y amor en mi corazón.

GRACIAS

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Introducción.....	1
1.2 . Problema Científico.....	4
1.3. Fundamentación del Problema Científico.....	4
1.3.1. La Expresión Corporal-Danza. Función Educativa.....	6
1.4. Objeto de Estudio.....	10
1.5. Campo de Acción.....	10
1.6. Objetivos.....	10

2. DESARROLLO

2.1 Fundamentación Teórica.....	11
2.1.1 Aproximaciones al macro teórico conceptual.....	11
2.1.2. Corriente pedagógica de la Expresión Corporal.....	19
2.1.3 Los contenidos de la expresión y comunicación corporal en el ámbito educativo.....	23
2.1.4 Contenidos Específicos.....	29
2.2 Metodología.....	33
2.2.1 Selección de Sujeto	33
2.2.2 Métodos y Procedimientos.....	34
2.3 Procedimiento para el análisis de los Resultados.....	36
2.4 Análisis e Interpretación de los Resultados.....	36
2.4.1 Resultado de la entrevista.....	37
2.4.2 Resultado de la revisión documental.....	37
2.4.3 Descripción y valoración general del programa de Educación Física de 1er grado.....	37
2.4.4 Descripción y valoración general del programa de Educación Musical del sexto año de vida (preescolar)	40
2.4.5. Descripción y valoración general del programa de Educación Musical para 1er grado.....	41
2.4.6.Criterio de experto su procesamiento estadístico.....	42
2.5. Batería de ejercicios.....	44
3. Conclusiones.....	49
3.1. Recomendaciones.....	50
4. Bibliografía.....	

5. Anexos.....

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Introducción

La Educación Física ha experimentado diversos cambios desde su surgimiento. Cada vez aumentan más las formas positivas en las que el hombre realiza a plenitud la actividad física. Dentro de toda esta tendencia de desarrollo está comprendida la Expresión Corporal. Está considerada como una disciplina que juega un papel importante dentro del sistema de educación ya que establece pautas en el progreso motor del niño facilitando su maduración.

La Expresión Corporal potencia la interacción del cuerpo con el medio que le rodea, a través del estudio y utilización intencionada de los gestos, miradas, y posturas corporales. El cuerpo, sus posibilidades expresivas, el espacio y el tiempo en los que actúa constituyen los canales básicos para conferir significado a las acciones humanas. En consecuencia, esta añade a la comprensión de las bases físicas y expresivas del cuerpo, la indagación e instrumentalización de las diferentes combinaciones de los parámetros del espacio y del tiempo para expresar y/o comunicar las vivencias y percepciones, los sentimientos y las ideas.

La Expresión Corporal asume desde su didáctica diferentes tipos de contenidos es la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresivo-comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y los sentimientos son los instrumentos básicos, esta disciplina asume tres tipos de contenidos , en primer lugar los contenidos expresivos comunicativos básicos, en segundo lugar aborda los contenidos expresivos resultantes y en tercer lugar los contenidos específicos referidos a la Danza y a la Dramatización

A lo largo de la historia, y como una necesidad expresiva vinculada a la comunicación, el hombre ha utilizado su cuerpo para manifestarse, a través de gestos, acciones y movimientos. Se puede decir que es en este contexto, donde la Expresión Corporal-Danza hace su aparición como un fenómeno expresivo natural, cognitivo, social y cultural. Se ve entonces que esta

disciplina artística, es un lenguaje que utiliza al cuerpo como medio, como instrumento de representación, expresión, comunicación y creación

La Expresión Corporal Danza es parte del vivir del ser humano, constituye una forma más del lenguaje, una manera más que posee el hombre para comunicarse a través del cuerpo. Desarrolla en el niño el modo de comportarse, se comunica y aprende nuevos movimientos que pueden representar sus vivencias y sentimientos.

La Danza es un elemento educativo que muchas veces se ve desaprovechado por desconocimiento de su inmenso valor. Es considerado un agente educativo que puede ser utilizado en la Educación Física debido a valores que aporta como lo son el desarrollo de la educación del movimiento, el desarrollo de la educación musical y el desarrollo de la estética. A través de la danza podemos intentar abordar el dominio del cuerpo y que al mismo tiempo el niño adquiera habilidades y gustos artísticos aunque esto no debe ser precisamente lo más importante, solo debe existir preocupación porque el niño se desarrolle en su propio medio integralmente y que sus aptitudes y actitudes estimulen el conocimiento del cuerpo y sus movimientos manifestándolos en la vida diaria.

A través de la danza podemos abordar el dominio del cuerpo mediante una comprensión tanto de sus posibilidades como de sus limitaciones los contenidos trabajados dentro del área de la Educación Física permiten al profesor observar de cerca a los niños y mantener con ellos una relación mucho más personal y de este modo comprender mejor su comportamiento (forma en que los niños se organizan y trabajan juntos). El profesor debe demostrar los movimientos y elegir correctamente la música en caso que sea necesario.

Uno de los contenidos más perseguidos por la enseñanza de la danza en las escuelas es ofrecer posibilidad de que el niño se recree y sobre todo ofrecer posibilidades para que exista una atmósfera recreativa no competitiva, en la

que cada niño alcanza su propio triunfo. El profesor debe intentar no crear barrera para los niños.

A lo largo de la historia y como necesidad expresiva vinculada a la comunicación, el hombre ha utilizado su cuerpo para manifestarse a través de gestos acciones y movimientos. Se puede decir que es en este contexto donde la Expresión Corporal Danza hace su aparición como fenómeno expresivo natural, cognitivo, social y cultural.

La danza como medio para la Educación Física, enfatiza determinados aspectos formativos que son de gran importancia, considerando que su enseñanza debe adecuarse a las características y necesidades que el educando presenta, de acuerdo a su proceso de maduración.

Por ello, resulta importante estructurar ejercicios de danza para el primer grado de la Educación Física, basado en la educación rítmico-corporal, comenzando por una etapa de iniciación a la danza.

La Expresión Corporal desarrolla en el niño la espontaneidad, el conocimiento del cuerpo y su relación con el medio, desarrolla también la libertad de movimientos. La Expresión Corporal debe trabajarse desde edades tempranas para desarrollar en el niño cualidades para un mejor desarrollo.

Los ejercicios trabajados deben ser preferiblemente en forma de juego para obtener un mejor resultado. Los mismos deben responder a las características y necesidades de los niños.

Es importante subrayar que la danza, como medio para la Educación Física, enfoca su atención al desarrollo orgánico funcional del educando; tiende hacia la eficiencia del movimiento y al desarrollo de habilidades motrices; de ahí que sería totalmente erróneo esperar formar grandes bailarines o magníficas exhibiciones que halagaran la vanidad de profesores y educandos; insistimos, la iniciación a la danza nos dará, como consecuencia lógica, el que el

educando adquiera habilidades y gusto artísticos, pudiendo, eso sí, optar vocacionalmente por continuar en el desarrollo curricular y profesional de esta actividad.

Sin embargo, siendo importante lo anterior, no debe ser el objetivo primordial, se debe procurar el desarrollo global del niño, incrementando sus aptitudes y actitudes, estimulando el conocimiento de su cuerpo y sus posibilidades de movimiento, que perciba el tiempo y espacio, lo estructure y lo aplique a su vida diaria.

Por ello se propone diseñar una batería de ejercicios de danza en la Educación Física para el primer grado, estos ejercicios deberán estar basados en la investigación formal de la danza; teniendo el cuidado de que esta adecuación sea en lo metodológico y respetando los contenidos originales y sin desviarse de la intención primera: que la danza constituya, efectivamente, un recurso de apoyo para una educación integral del niño.

1.2. PROBLEMA CIENTÍFICO.

Las motivaciones e inquietudes se concretaron en buscar una respuesta adecuada a la interrogante principal que se plantea y que sería el eje articulador del trabajo: ¿cómo orientar ejercicios de Danza para mejorar la Expresión Corporal del niño en el primer grado de la Educación Física en la enseñanza primaria?

1.3. FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA CIENTÍFICO.

Los antecedentes del problema están en el análisis del currículo de Educación Física para el primer grado de la enseñanza primaria, al valorar el programa de Educación Física del primer grado hemos detectado que los contenidos de la Expresión Corporal son insuficientes, solo se trabaja juegos e imitaciones, la dramatización y la danza no están incorporados a los mismos, tomando como punto de partida la tesis doctoral “La Expresión Corporal en el currículo: una propuesta integradora desde la formación del profesorado hasta el primer ciclo

de la enseñanza primaria “. Dr. Pérez Pérez, Deisy. 2005, donde se analiza y se justifica ampliamente el déficit del contenido de la Expresión Corporal, a partir de un análisis de los programas del primer ciclo de la unidad de actividades rítmicas donde se abordan algunos contenidos de Expresión Corporal.

En la actualidad, se observa que las danzas están cobrando gran protagonismo dentro de la actividad social y educativa. Se puede considerar la validez de las danzas como actividad lúdica, sana, expresiva comunicativa. Y sobre todo. Comunicativa y expresiva, puesto que requiere entre otras habilidades. De la utilización del lenguaje corporal que adquiere supremacía inequívoca sobre el lenguaje oral.

La esencial finalidad de la educación rítmico-corporal consiste en favorecer el desarrollo e incremento de la habilidad motriz, ejercitar el movimiento coordinado, estructurado y estético a partir de la educación auditiva y de las relaciones espacio-temporales.

Mediante el conocimiento y aplicación de estas habilidades, el educando estará en aptitud de realizar una organización rítmica en la que, combinando todos los elementos, pueda traducirlos espontáneamente en movimiento corporal que le permita expresar y proyectar sus sentimientos

En sentido general tiene un reconocimiento en los diferentes diseños curriculares de Educación Física, en varios países, incluyendo América Latina. También se trabaja en otras esferas de la cultura física y la medicina con un enfoque terapéutico, en el arte, a través de la danza, etc. Si nos centramos en el contexto educativo cubano, podemos afirmar que los diseños curriculares vigentes para la Educación Física escolar, no reflejan esta disciplina con una estructura didáctica propia de sus contenidos y metodología. Lo cual coincide con el problema científico identificado en este estudio

Esta investigación ofrece la información necesaria para materializar una propuesta de ejercicios en este campo de acción; coherente con las

tendencias actuales de la Educación Física. Como es lógico el trabajo se nutre de diversas teorías y aborda las diferentes etapas por el que ha transitado el desarrollo de esta área del movimiento, para además de ofrecer un resultado muy concreto, quedar como herramienta de trabajo que posibilite modificar e enriquecer el currículum de base en la Educación Física.

1.3.1. LA EXPRESIÓN CORPORAL _ DANZA; FUNCIÓN EDUCATIVA.

Es generalmente considerado como educación todo lo relacionado a la formación y el desarrollo del ser humano. La danza ha aportado numerosas contribuciones de todos los tipos sobre este aspecto.

Es por el baile (danza) que los hombres primitivos estuvieron relacionados con la historia, con la religión, y las costumbres de sus tribus, que el joven griego recibió su formación militar, que completaba su formación humana, que en los siglos XVI y XVII el joven cortesano europeo aprendió las reglas de etiqueta y buenos modales.

La danza es susceptible de dar al niño una contribución única y original, la de armonizar su personalidad para la integración de su pensamiento, de su afectividad y de sus movimientos corporales en su expresión creativa. De esta forma la danza contribuye un medio de privilegio positiva de sí mismo, de estimulación, de potencial creativo, de desarrollo, del desarrollo de una buena condición física, de profundización de conceptos generales fundamentales, es fin de comprensión de su cultura y de la de otras naciones.

En la búsqueda de todos estos objetivos que la danza adquiere todos sus sentidos en la escuela. De acuerdo con la filosofía humanista, el objetivo máximo de educación esta actualmente identificado con el desarrollo total de la persona. Su capacidad de pensar, sentir y moverse. Todo esto constituye el corazón del proceso de educación activar y adaptar a cada niño.

La danza se nos presenta como un recurso ideal de trabajo dentro de la Educación Física. La danza constituye un medio por el cual se fomenta la

expresión artística de una manera creativa y apropiada para alumnos y alumnas. En la danza como actividad nos sumergimos en el Proceso de la acción, mientras que en otras actividades, ya sean en el ámbito del deporte o del trabajo, nuestra acción se centra principalmente en las consecuencias prácticas de la actividad. Cuando creamos y nos expresamos por medio de la danza, ejecutando e interpretando sus ritmos y formas, no nos preocupa únicamente el realizarlo de forma perfecta, sino el aprovechamiento y la riqueza en el momento de realizarlo.

Uno de los objetivos más importantes perseguidos por la enseñanza de la danza en la escuela, es ofrecer posibilidades de recreo a todo el mundo y, sobre todo, ofrecer dichas posibilidades en una atmósfera recreativa no competitiva, en la que cada individuo alcanza su propio triunfo. El profesor debe ser consciente de estas funciones de la danza e intentar no crear barreras para los niños y niñas menos capacitados y sobre todo los que tienen dificultades para expresarse verbalmente, pueden beneficiarse de las danzas en muchos sentidos. La observación del movimiento de los demás conduce con frecuencia a una mayor comprensión y aceptación de las limitaciones tanto de uno mismo como de otras personas.

La danza debería ser apreciada solo por sus valores educativos. Existen muy pocos campos de educación, que ofrezcan la misma posibilidad de expresarse sin sentirse examinado. Por ello, los niños y las niñas pueden alcanzar una gran confianza en si mismos sintiéndose cómodos. La habilidad para bailar conduce a una aceptación social que puede tener sus influencias en el desarrollo de la personalidad del niño.

La edad del niño y el grado de desarrollo resulta vital para determinar punto de partida. El profesor deberá evaluar las necesidades de sus alumnos para empezar a trabajar a partir de ellas, creando experiencias globalizadas dentro del proceso educativo del niño.

Según Castañer & Camerino (1992). las danzas aportan por tanto amplio espectro de actividades que generalmente han sido desatendidas o

contempladas como ocasionales en la Educación Física escolar, quizá por considerarlas más afines a otras áreas curriculares, sin atender al potencial educativo de orden corporal, y socio motor. Estos autores, determinan que las danzas tienen un gran potencial interdisciplinario y sociocultural con otras áreas curriculares como puede ser la educación artística. El potencial interdisciplinario al que se refieren, se debe a que la práctica de las danzas, dispone de una exhaustiva capacidad de aplicación a cualquier edad. Por tanto, ellos contemplan diversas razones que aconsejan la inclusión de las danzas, dentro del área de Educación Física escolar entre las que podemos mencionar:

1. Aportan un amplio engranaje de contenidos conceptuales. De procedimientos y de actitudes, valores y normas, para abastecer el bloque expresivo comunicativo del desarrollo motor, que suele ser de los menos contemplados dentro del área de Educación Física.
2. Conlleva diversidad de formas de organización del grupo clase, de modo que se asegura una participación equitativa, así como la aceptación de cada uno por los demás.
3. Da a conocer nuevas formas de actividad física que los alumnos pueden poner en práctica en sus horas de tiempo libre, ya que ofrecen un nivel óptimo de participación en grupo y de diversión.
4. La necesidad de materiales mínimos; se puede sugerir la creación de material específico y complementario (disfraces, maquillaje, cintas o adornos corporales, escenográficos diversos), de fabricación casera, algo que, a su vez, contribuye a estimular su propio bloque de comunicación y expresión corporal.
5. Es un tipo de actividad que potencia a un alto nivel la organización del medio sonoro, un hábito poco utilizado y explorado en la Educación Física, que suele centrar la atención solamente en la organización del medio físico y el material manipulable.

Por último, vamos a justificar la importancia que puede llegar a tener este medio en la etapa escolar.

Se destaca que a través de este tipo del lenguaje corporal, se desarrollan las capacidades creadoras de los alumnos y sus procesos de sociabilización; al

igual que otras áreas, promueve por tanto, el desarrollo de procesos autónomos, de expresión personal, de creación, de exploración activa, de búsqueda de estrategias propias de resolución de problemas, de sensibilidad estética y de relación con los demás, Para que esto sea posible, es necesario situar al niño en las tendencias artísticas que se van produciendo, ya que esto constituye parte del patrimonio cultural de una comunidad por eso que la educación ha de favorecer y hacer posible el acceso, el aprecio y la valoración de ese patrimonio cultural.

"A través de estos medios de expresión, se ofrece a los alumnos la posibilidad de desarrollar la escucha atenta, el sentido y la coordinación del ritmo. La educación del ritmo debe aprovechar las posibilidades que ofrece el rico y variado repertorio de danzas y canciones populares. Así mismo, debe basarse en las manifestaciones espontáneas de los niños.

Desde el punto de vista pedagógico se ha venido trabajando dentro de la Educación Musical en edades preescolares y escolares, sin embargo, ha tenido escaso reconocimiento por los profesionales de la Educación Física, no se declara en el currículum de Educación Física con un fin en sí misma, la Expresión Corporal solo aparece como una subunidad dentro de la unidad de Actividades Rítmicas donde se trabajan los juegos e imitaciones, como se observa no constituye una unidad de estudio dentro de los programas vigentes de Educación Física, perdiendo así a gran escala su valor motriz y cognitivo por una carencia de contenidos didácticos y técnicos para ser introducida en el proceso de enseñanza – aprendizaje y explotar las diversas posibilidades que ofrece a partir de las técnicas para usar el cuerpo en un tiempo y un espacio.

Considerada la Expresión Corporal, uno de los pilares del área de Educación Física, pues cada vez es más utilizado desde distintos ámbitos y recoge diferentes tendencias en el mundo desarrollado. Este término ha aparecido en numerosos discursos del dominio filosófico, psicológico, terapéutico, artístico y cómo no, pedagógico, en este último, recoge las aportaciones de las distintas tendencias con la intención de darle un sentido fundamentalmente educativo.

Por tanto, la danza es un elemento educativo que no es aprovechado totalmente a pesar de su inmenso valor. Esta puede ser utilizada ampliamente dentro de las clases de Educación Física debido a los valores que aporta como lo son el desarrollo de la educación del movimiento, el desarrollo de la Educación Musical y el desarrollo de la estética y la creatividad.

1.4. OBJETO DE ESTUDIO.

Unidad de Actividades Rítmicas

1.5. CAMPO DE ACCIÓN.

Subunidad de Expresión Corporal

1.6. OBJETIVOS.

OBJETIVO GENERAL

Elaborar una batería de ejercicios de danza en la subunidad de Expresión Corporal, en el currículum del primer grado de Educación Física.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Analizar como se trabaja la Expresión Corporal en el programa de Educación Física para primer grado.
- Analizar los contenidos de los programas de preescolar y primer grado de Educación Musical.
- Relacionar los contenidos de ambos programas de tal forma que nos permitan trabajar a partir de conocimientos vencidos
- Determinar los fundamentos que reflejan la necesidad de incorporar ejercicios de danza en la Educación Física para primer grado.
- Determinar que contenidos deben tenerse en cuenta para la realización de la batería.
- Diseñar la batería de ejercicios de Danza para la Educación Física en el primer grado.
- Validar por criterio de experto la propuesta diseñada

IDEA A DEFENDER

La incorporación de contenidos de danza en la unidad de Actividades Rítmicas en el primer grado de la Educación Física ayudará a un mayor desarrollo de la Expresión Corporal de los niños.

2. DESARROLLO

2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1.1. Aproximaciones al Marco Teórico Conceptual.

La expresión y Comunicación corporal en el ámbito educativo Evolución, escuelas y corrientes

Los presupuestos teóricos de la Expresión Corporal son numerosos a pesar de ser una corriente relativamente joven y el término en sí, resulta ambiguo. No obstante está claro que su aplicación en el arte, en la danza, en la terapia y en la didáctica marcará las diferencias en su utilización como un medio o como un fin. Por tanto, nuestra intención en este estudio se orienta exclusivamente hacia la danza como contenido específico de la expresión corporal en la Educación Física escolar., aunque resultaría muy interesante valorar las raíces modernas en el proceso de evolución de esta desde primera mitad del siglo XX hasta su nacimiento como contenido curricular de la Educación Física, a finales de la década del 60. Con la intención de organizar los hechos abordaremos primero las raíces históricas, los paradigmas del cuerpo y las primeras expresiones surgidas.

Comencemos por los primeros períodos: Prehistoria y Antiguas Culturas, encontramos algunos datos muy concretos, a causa de la escasa información registrada y por lo distante en el tiempo, por tanto, se plantea que cualquier evidencia encontrada debe ser analizada y constatada con mucha prudencia, en fin, que todo lo recopilado se resume a continuación.

Según Ortiz Camacho (2002:40-41), en estas etapas aparecen danzas de carácter étnico, a través de las cuales el hombre invoca a las fuerzas de la naturaleza, sacrifica animales y a sus semejantes para satisfacer a los dioses, alrededor de los ancianos para transmitir sabiduría, otras para alejar a los espíritus, los males y de imitación, simulando apareamiento entre animales para multiplicar las especies, también representaban la posesión de la hembra por el macho, de la tierra por el hombre y los combates y victorias de las luchas, etc.

En la edad media las actividades centradas en lo físico y placentero pasarían a estar mal vistas puesto que el cuerpo de la mujer significaba maldad, pecado considerándose todo esto como un elemento de perdición. Por todo lo antes expuesto sucedieron hechos contra los “movimientos indecentes”. Aparece la “momería”, nuevo género y antesala del ballet teatral, donde los participantes iban disfrazados con máscaras para ser exhibidas en las cortes principescas. En este siglo XV se aportan elementos al “Ballet de Cour” (danzarines, cantantes, músicos etc.), que se desarrolló en el siguiente siglo (XVI), donde faltó la acción dramática y la diversidad de danzas, según Bourcier (1981:55-59).

Los bailarines utilizaban rondas y la danza Morisca, típica de la Edad Media, basada en la lucha entre Moros y cristianos (Estaban 1993:10-11). Esta danza Morisca ha librado su batalla con el tiempo llegando a la modernidad como una tradición cultural que es retomada cada año con procesiones y fiestas populares.

En el renacimiento se debilita el poder de la iglesia y comienzan a ignorarse las prohibiciones de esta respecto a las actividades de Expresión Corporal y aparece el movimiento cultural conocido como Humanismo donde se valora la belleza, la alegría y las actividades dirigidas al placer. Se beneficia el progreso hacia todas las artes, retomándose la Antigüedad Clásica griega y romana y aparece una sociedad amante de las fiestas, integrada por artesanos y comerciantes, apareciendo así, una nueva clase social, “la burguesía”.

Según Esteban (1993:17-28), entre los espectáculos típicos de ésta época renacentista estaban: Las Mascaradas, los intermedios, las fiestas y la interacción artística.

“A partir del siglo XVIII se produce un gran debate sobre el exceso de tecnificación o codificación de las actividades de Expresión Corporal y la consiguiente pérdida de los aspectos que la originaron”. Ortiz (2002:44).

Un personaje clave de la época es Jean Georges Noverre (1727-1810), quien influyó en la reforma de la danza y alcanza su celebridad en la historia del arte coreográfico, no por sus coreografías; sino por un magnífico compendio de opinión y análisis escritas, e incluso además introduce una nueva concepción de la danza teatral (Colomé 1989:93-94).

Según Langlade y Rey (1970:38-40)¹, se destaca como figura inspiradora de este siglo XVIII, a Noverre, no por sus específicas contribuciones gimnásticas a la actual “Gimnasia Moderna”, sino por sus cuantiosos aportes en el campo de la danza, el teatro y la coreografía dirigidos al análisis y a la crítica, donde se pueden destacar los principios de su doctrina revolucionaria. Siguiendo a Bourcier (1981) citamos:

En relación a las ideas expuestas por Noverre en la Carta II y en otras, y que más tarde serían inquietudes manifestadas en el campo de la Gimnástica, Ortiz Camacho (2002:47) citando a Noverre dice:

”Describe lo que considera mecanismos de la danza: pasos, encadenamientos, elementos cualitativos utilizados, coordinación y precisión y piensa que todo ello debe estar relacionado con el espíritu, el genio, el sentimiento y la expresión. Si no es así el espectáculo ni agita ni entenece. Creo que la danza constituye un hermoso idioma del que no solo hay que conocer el alfabeto”.

¹ Langlade, A. y Rey, N. De Langlade (1970) *Teoría general de la gimnasia*. Editorial Stadium: Buenos Aires.

Hasta aquí, hemos abordado solamente una parte de la historia y para continuar este recorrido por el siglo XIX, donde surgen grandes movimientos con repercusión universal, provocando cambios sustanciales a favor de la Expresión Corporal, hago una pausa para hacer esta interrogante: ¿Qué relación tiene la Expresión Corporal con los tres grandes bloques gimnásticos identificados como las escuelas: Alemana, Sueca y Francesa, el foco Deportivo Inglés y el Movimiento expresionista de Munich?

La respuesta a esta interrogante la encontraremos en la relación de estos movimientos gimnásticos con la Expresión Corporal desde la Educación Física, puntualmente sellada a partir del el siglo XX, momento en que ocurre una diversificación y revolución de las diferentes tendencias. Con el objetivo de vincular los hechos más significativos a favor de la aparición de la corriente pedagógica de la expresión corporal, sintetizamos los acontecimientos abordando a continuación el desarrollo de estos grandes movimientos de repercusión universal.

Durante el siglo XIX, se produjo el nacimiento de las cuatro grandes Escuelas Gimnásticas Europeas (Alemana, Francesa, Inglesa y Sueca), además de la Escuela Americana. Pues bien, los orígenes de la Expresión Corporal, con alguna sistematización, se remontan a la Escuela Alemana o Movimiento del Centro, y dentro de ella, a su manifestación Artístico-Rítmico-Pedagógica, representada en primer lugar por la Eurytmia de Emile Jaques-Dalcroze (1865-1950), quien influenciado por las ideas filosóficas de su época, crea la Rítmica, mediante un sistema de educación general, al que llama "especie de solfeo corporal-musical", que servía de base para la educación de niños y para los estudios de Música²

Según Langlade y Rey (1970)³; las actividades física en estos movimientos no recibían el nombre de Expresión Corporal; pero fueron las realizaciones que

² Sánchez (1994) Las nuevas tecnologías aplicadas a la educación musical y la importancia del movimiento en el aprendizaje, en Montero, I. y Vez, J.M. (Eds.) *Las Didácticas específicas en la formación del profesorado*, T-I, Santiago de Compostela, Ed. Tórculo, PP. 501-506.

³ Langlade, A. y Rey, N. De Langlade (1970) *Teoría general de la gimnasia*. Editorial Stadium: Buenos Aires.

precedieron he hicieron posible la historia futura. Según la bibliografía consultada, la gimnasia y la danza eran consideradas la misma cosa. Así es que el desarrollo histórico, de la corriente danza, conocido también como Movimiento Expresionista de Munich, tuvo gran influencia sobre la Gimnasia del momento⁴

Por su relación con la Expresión Corporal, deseamos hacer un apartado y referirnos a lo acontecido en este período en el ámbito de la danza con obligada referencia a Isadora Duncan y cito:

“...Concebía la idea de bailar la música y no solamente bailar con música” (Arteaga 2003:41).

Este tipo de danza mostraba una gran expresividad corporal, en particular la danza moderna, la cual se interrelacionó primero con la gimnasia moderna y luego con la Expresión Corporal. Las aportaciones de este movimiento a partir de la Gimnasia Moderna a favor de la Expresión Corporal muestra sus propias características, las cuales explicitamos a continuación.

Lo más significativo y variado que aportó la Gimnasia Moderna a la Expresión Corporal, fue definir la integridad del ser humano, donde el cuerpo y el espíritu funcionan como unidad inseparable. Tanto en la gimnasia estética como la gimnasia dinámica se reflejaba una búsqueda hacia los movimientos naturales, expresivos y estéticos.

Resumiendo este aspecto, apuntamos que lo más significativo fue la llegada de la psicomotricidad al área de la Educación Física, donde se pueden citar como gestores a Picq y Vayer; seguidos por Le Boulch y en la misma línea de ideas, Lapiere y Aucouturier. Por otra parte, el paso de la Gimnasia Moderna a la Expresión Corporal da lugar a una actividad física mucho más creativa y humanista; mucho menos directiva y estereotipada y gracias a ello aparece la

⁴ El despertar de la danza lo inició Isidora Duncan, continuado por Laban, y ofreció nuevas formas de movimiento en las cuales el ritmo y la expresión plástica se enseñoreaban. (Arteaga 2003:39).

Expresión Corporal como una de las posibilidades más significativas; y es a inicios de la década del 70 cuando emerge con toda su fuerza y recibe un gran impulso (Vázquez, 1989). Puntualmente en España la introduce en el ámbito de la Educación Física González Sarmiento a inicios de la década del 70, por la vía psicomotriz; primero en la enseñanza infantil y primaria y luego se extendió a otros niveles de la enseñanza.

Por primera vez el movimiento corporal ocupa un rol predominante en relación con la música. Jaques-Dalcroze desarrolló actividades simples para sus estudiantes, como hacerlos caminar a diferentes velocidades de acuerdo al compás de la música para determinar si existía una relación significativa entre un estímulo rítmico-sonoro y una reacción kinestésica, su experimento fue un éxito, siendo su conclusión que la incorporación de experiencias corporales era vital en el aprendizaje y ejecución musical.

Dentro de la manifestación Artístico-Rítmico-Pedagógica de la Escuela Alemana y a través de la Gimnasia Moderna, la Expresión Corporal comienza a vislumbrarse cuya práctica se inicia en el siglo XVIII, de la mano del bailarín, Noverre y el coreógrafo Delsarte y también de sus alumnas americanas Genèvieve Stebbins y Hedwig Kallmeyer, que centran su atención en el descubrimiento de la expresión en el movimiento, buscando la espontaneidad y expresividad, esta última, se establecerá en Berlín en 1908, donde funda el Instituto de Cultura Expresiva y Corporal, y enseña como Educación Física para la mujer, el sistema Delsarte, que pretendía el desarrollo armónico del cuerpo femenino y la educación de la belleza del movimiento. Esta gimnasia, será desarrollada, posteriormente, por Rudolf Bode (1881-1971), quien es, a su vez, considerado el creador de la Gimnasia Expresiva, el cual, afirma que su finalidad no radica en acompañar los movimientos corporales con música, sino en desencadenar sentimientos internos, que por medio de la Expresión Corporal, consigan un carácter totalmente rítmico y estético.

Con la aparición del movimiento expresionista de Munich (tendencia en el terreno del arte que se propone objetivar los procesos anímicos, intentando provocar en el espectador un estado emocional igual al del artista en el

momento de crear su obra), las ideas iniciales de Noverre y Delsarte, fueron recogidas por Isadora Duncan, cuya aportación al mundo de la danza fue extraordinaria, exigiendo en primer lugar una buena formación física, metódicamente dirigida por el profesor de gimnasia, para dar paso a la danza con la que se debían expresar los sentimientos del alma.

Continuadores del movimiento expresionista de Munich, podemos considerar también a Rudolf von Laban, quien situado en la misma línea de Duncan, piensa que el gesto expresivo tiene que dar origen a una liberación total de alma y cuerpo. Y Mary Wigman, quien mediante la danza, predica la estética creadora en sus planteamientos, realizados la mayoría de las veces mediante temas nacionalistas.

Los métodos rítmicos, al contemplar la educación sensorial y artística, son los más recomendados para la mujer a principios de este siglo, y en esta línea continúa Hinrich Medau (1890-1974), alumno de Rudolf Bode (1881-1971), quien incorpora a la Gimnasia Moderna el uso de aparatos portátiles o manuales, porque generan "movimientos orgánicos", ya que al centrar la atención en su uso, los movimientos son más sueltos, más naturales y más completos. Como consecuencia, introduce la improvisación de movimientos acompañando a la música, dando origen a la Gimnasia Orgánica. Si pensamos lo que se realiza actualmente en algunas clases de Expresión Corporal, y el material de apoyo que utilizamos: papel de todo tipo, cintas, telas, globos, cuerdas, etc., que vienen a ocupar el lugar de los aparatos portátiles de que hablaba Medau, podemos observar que con ellos seguimos improvisando movimientos para acompañar la música, por tanto ¿realmente se ha avanzado tanto, o solo se han modificado los recursos materiales?, y por supuesto las expectativas de los alumnos.

La manifestación técnico-pedagógica completa el Movimiento del Centro, siendo sus principales exponentes Karl Gaulhofer y Margarete Streicher, con su Gimnasia Escolar o Natural Austriaca, más que un planteamiento gimnástico, considerada una temática educacional, cuyo objetivo es el hombre, unidad psico-física indisoluble. Continuó su trabajo Gerald Schmid, quien

introdujo en España la Gimnasia Natural Austriaca, adaptándole características expresivas, recreativas y rítmicas que ofrecen la posibilidad de su utilización en las clases de Educación Física. actuales, con la aceptación de alumnos y profesores como un componente más de Expresión Corporal.

Por tanto y analizando los puntos en común que presentan ambas manifestaciones procedentes de la escuela Alemana, todo el componente expresivo, va encaminado a conseguir la educación integral del hombre. Pero además en la escuela alemana, la Expresión Corporal tiene antecedentes en la escuela sueca o movimiento del norte, a pesar de que ésta se caracteriza por su concepción anatómico-biológica-correctiva, es decir analítica (de ejercicios muy localizados). Pues bien, la escuela sueca que evoluciona a través de varias corrientes, va a renovarse a través de sus seguidores ortodoxos y heterodoxos, receptores de ese legado que modificaron hasta convertirlo en la Gimnasia Neo-Sueca, una de cuyas manifestaciones fue la Técnico-Pedagógica, representada por Elli Björkstén (1870-1947), iniciadora de la Gimnasia Femenina, a la que aporta, la importancia que da al ritmo y a la vivencia del movimiento, así como la participación psíquica o emocional en las ejecuciones y la búsqueda de la expresión estética; Elin Falk (1872-1942), iniciadora de la Gimnasia Infantil o escolar a la que da un aspecto lúdico y recreativo y; su alumna Maja Carlquist (1884-1968), cuyo método fue el de Ling, transformado según el "principio de la tensión mínima".

Dentro de la escuela sueca Thulin (1876-1965), representa el eclecticismo, aportando "ejercicios en forma de juego" y "cuentos ejercicios", contenidos básicos de la Educación Física Infantil y de la Expresión Corporal.

Hacia 1963 surge en Suecia de la mano de Mónica Beckman, una gimnasia basada en la música afro y el jazz, que se conocerá con el nombre de gimnasia-jazz. Esta modalidad, nace por el auge y la necesidad de utilización de la música como factor educativo (creatividad y motivación) en las clases de Educación Física. Con el transcurrir del tiempo, la música jazz original de esta gimnasia se irá modificando, introduciendo música pop y dando lugar a los diferentes tipos de gimnasia que actualmente se practican en los gimnasios

para deleite de aquellas personas que gustan de hacer ejercicio al compás de la música⁵.

Como consecuencia de esta evolución aparece el mal llamado Aeróbic, consistente en la realización de ejercicios analíticos con música moderna. Kenneth Cooper, en 1968, fue el primero que promocionó esta actividad de media o baja intensidad, cuyo objetivo fundamental es el desarrollo del sistema cardiovascular. Un año después, Jackie Sorensen comienza a trabajar en danza aeróbica. Y en 1980, el aeróbic llega a Europa y a España dos años más tarde. En ese momento la gimnasia jazz, gozaba de gran popularidad, por lo que podemos considerar que la introducción del aeróbic en Europa no supuso un método original, sino la adaptación de la gimnasia jazz.

La escuela inglesa. Thomas Arnold (1795–1842) que incluyó el deporte en la escuela, pretendía crear un estilo de vida en torno a la actividad físico-deportiva, cuyas características fuesen propiciar la autonomía en cuanto a la organización y participación en sus actividades, incrementar la motivación hacia la práctica y el cumplimiento y respeto a las normas que deberían regir en la participación deportiva, no teniendo en cuenta los aspectos expresivos del movimiento.

De la época contemporánea, enmarcada en un contexto filosófico positivista, se llega a la visión física lista del hombre considerado como un objeto que debe adecuarse a lo útil y práctico, sin capacidad y sentido racional.

Consideremos importante los procesos universales que se sucedieron desde la prehistoria hasta del siglo XXI, que surgen y se acontecen como un desafío a los viejos paradigmas del cuerpo. La Educación Física y por tanto, implícita también la educación, dejan atrás ideas platónicas para dar paso a nuevas concepciones de la contemporaneidad universal, logrando modificar en una gran travesía, los conceptos idealistas que coexistieron con y sobre el cuerpo;

⁵ Actualmente la música en los gimnasios se aplica hasta en las clases de rowing (trabajo cardiovascular con máquinas de remo), en grupos y con ejercicios completos y aptos para todas las personas.

gracias a ello, la Expresión Corporal floreció en el jardín de la Educación Física contemporánea.

2.1.2. La corriente pedagógica de la Expresión Corporal

Fundamentando lo anterior, podemos agregar que la corriente pedagógica quedó distinguida por Blouin Le Baron (1982), junta a otras tres modalidades de Expresión Corporal y cito:

“Corriente pedagógica, desarrollada en el mundo escolar, que hace referencia a las teorías psicopedagógicas predominantes y el marco institucional en que se desarrolle... Es una práctica más frecuente en educación infantil y educación primaria. Se desarrolla con el trabajo de la psicomotricidad relacional en el marco de la “expresión global” y desde los procesos de la Educación Corporal como eje dinamizador de las distintas formas de expresión”. (Blouin Le Baron (1982:8)

Explicitando las ideas aportadas sobre la Expresión Corporal dentro de este campo de estudio, es oportuno citar a Torres Guerrero (2000), quien considera que:

“El sentido pedagógico de la expresión es evidente. El niño que psicológicamente expresa un aspecto concreto de su personalidad olvidando otros, que se ve limitado o desbordado por sí mismo, por su integración social o por falta de dominio de las técnicas, requiere la atención del educador que le ayude personalmente a una expresión integral, en la que ninguna expresión de su personalidad quede sin enriquecerse y sin manifestarse”. Torres Guerrero (2000:32).

A nuestro criterio la Expresión Corporal, acertadamente reconocida como un medio más de la Educación Física dentro del currículum escolar, además de utilizar el aprendizaje de sus técnicas y la formación corporal, en estos niveles de enseñanza, se pretende puntualmente aplicarla como un medio encaminado

a la iniciación de la creación desde una expresión integrada y global, con un enfoque inter-disciplinar.

Resulta interesante el análisis que realiza la profesora Ortiz Camacho (2002) sobre “el lenguaje del cuerpo y el poder que su imagen nos suscita”, que puntualiza una serie de cualidades innatas a nuestra corporalidad a través de los cuales, no solo absorbemos las exigencias, necesidades y mecanismos de cada situación a lo largo de nuestras vidas; sino también, huellas táctiles, visuales, auditivas, cinestésicas; todas propias del entorno objetual y sobre todo social.

Se trata entonces de conocer y ordenar un proceso que responda al desarrollo de un lenguaje gestual, que exprese y comunique y para ello se deben desarrollar un conjunto de capacidades basadas en el cuerpo y en el movimiento y como docentes, debemos valorar el desarrollo de actitudes que potencian estas actividades utilizando los contenidos propios de la Expresión Corporal vinculados a otros conocimientos que ya posee el niño, estableciendo así, una adecuada relación interdisciplinaria con otras disciplinas y con el entorno y sus vivencias sociales y familiares.

Por lo que basados en múltiples interpretaciones, que van de las más simples a las más complejas, nos gustaría citar además a los autores Henri Bossu y Chalaguier, quienes tienen la siguiente consideración: “La Expresión Corporal es el conjunto de técnicas que movilizan a la persona de una manera lúdica y permite su expresión, es decir, permite que se manifieste de una manera simbólica la capacidad de estar en el mundo y comunicarse con los otros”

La autora P. Stokoe (1987) plantea que la Expresión Corporal es una conducta que existe desde siempre en todo ser humano. Es un lenguaje paralingüístico por medio del cual el ser humano se expresa a través de sí mismo, reuniendo en su propio cuerpo el mensaje y el canal, el contenido y la forma. Esto le permite: sentirse, percibirse, conocerse y manifestarse.

Coincidimos con el criterio de que la Expresión Corporal proporciona al niño/a una forma diferente de ejercitar su cuerpo y le da la posibilidad de conocerse manifestarse y expresarse corporalmente, comunicando sus propias emociones de manera espontánea, desinhibida, apropiándose de una técnica gestual que lo ayudará en su desarrollo corporal y mental e integrarse con mayor seguridad en su entorno social.

Una vez definido el término “Expresión Corporal”, consideramos importante, tener en cuenta que dentro de la Expresión Corporal se utilizan diferentes términos que deben quedar bien definidos para que podamos interiorizar de una manera más fácil esta teoría. Diferenciamos cada uno ellos siguiendo a Pastor (1986):

Expresividad: “Características o capacidad potencial del ser humano cuyo efecto se refleja en la expresión”.

Expresión: “Acto de exprimir, apretar, sacar, exteriorizar algo oculto y contenido”.

Expresión Corporal: “Proceso de exteriorización de lo más profundo de nuestra personalidad a través del cuerpo”.

Expresión Corporal: “La Expresión Corporal se basa en el desarrollo de los sentidos, de la percepción, de la motricidad y de la integración de las áreas física, psíquica y social de cada persona”. Stokoe (1979)⁶.

Según Bernardo (1976), el término “Expresión Corporal” es ambivalente y polisémico por el interés que suscita en diferentes áreas sociales. En nuestro caso se limita al ámbito pedagógico, vista esta como un medio más de la Educación Física para desarrollar habilidades y capacidades.

De una manera un tanto diferente, se acerca más a lo cognitivo- afectivo y social, que al desarrollo óseo-muscular y cito:

⁶ Stokoe, P.(1987) Op. Cit.

“En el ámbito de la Educación Física la Expresión Corporal debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y desarrollo del lenguaje corporal a través de diferentes técnicas que favorezcan: Revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento (sensaciones, emociones, sentimientos, pensamiento,...) es decir, expresar. Reforzar la utilización del cuerpo y el movimientos como medios de comunicación (nos permite intercambiar mensajes), es decir, comunicar y analizar el valor estético y artístico del cuerpo”. (Ortiz 2000:25)

2.1.3. Los contenidos de Expresión y Comunicación Corporal en el ámbito educativo

Siguiendo a Torres Guerrero (2001), los contenidos de Expresión y Comunicación Corporal en el ámbito educativo los vamos a abordar en tres grandes espacios: en primer lugar trataremos los “contenidos expresivo-comunicativos básicos” entendiendo por éstos aquellos elementos indispensables para llevar a cabo la motricidad expresiva, relacionados muy directamente con la dimensión corporal (cuerpo, espacio, tiempo y energía), pero a su vez, estrechamente vinculados a la dimensión socio afectiva (comunicación, escucha, respeto, cooperación, autoafirmación, autoestima, etc) y cognitiva (concentración, creatividad, imaginación, atención, etc)”.

Posteriormente, nos centraremos en los “contenidos expresivo-comunicativos resultantes”, que surgen de la combinación de los citados anteriormente y son: la kinesfera, el ritmo, las calidades del movimiento y las acciones básicas del esfuerzo.

Por último, nos adentraremos en los contenidos específicos de dramatización y danza para culminar nuestro recorrido con el desarrollo de algunas técnicas expresivo-comunicativas.

Profundizando en cada una de los contenidos básicos que integran la expresividad corporal veamos la importancia de cada una de ellas:

1ª.- EL CUERPO

El cuerpo posee un lenguaje que manifiesta diariamente. El trabajo del cuerpo en Expresión Corporal, está cercano en edades tempranas a la psicomotricidad⁷: esquema corporal, percepción espacio-temporal y relajación. Todo ello a través de juegos, canciones, cuentos motores, etc. En edades superiores, a partir de los nueve años aproximadamente, se reafirmarán los contenidos anteriores pudiéndose realizar un trabajo más complejo, utilizando también el juego como medio, para conseguir los objetivos. Además es posible introducir elementos rítmicos que nos acerquen al campo de la danza. Ya en la enseñanza secundaria los contenidos pueden presentar mayores dificultades, acercándose al mundo del mimo y el teatro.

Veamos esta definición citada por Motos (1983:73), cuando explica la finalidad estética al expresarnos corporalmente, fundamentando que se debe considerar al cuerpo de manera global y particularmente cada uno de sus músculos al servicio de la voluntad. En esta línea de idea se define:

“Se trata de hacer más expresivo el cuerpo, de perfeccionar el instrumento y de que cada músculo o grupo de músculos puedan actuar con independencia de los otros”. Dota (1960).

Y respecto al contenido de esta cita, agrega Motos:

“La toma de conciencia del propio cuerpo, basado en las posibilidades de movimiento de cada haz muscular, segmento o zona muscular y la libertad de movimiento constituyen el dominio corporal”.

⁷ El término Psicomotricidad fue utilizado por primera vez en Educación Física por el Dr. Tissière, en 1910, pero no obtendrá su autonomía hasta 1960 con P. Picq y L. Vayer, abarcando el campo y la naturaleza de las prácticas correspondientes a las situaciones psicomotrices, que nosotros situamos fuera de la Expresión Corporal. A este concepto podríamos añadir la Psicocinética de J. Le Boulch, sistema de educación por el movimiento, definida por él como una teoría general del movimiento que se apoya sobre el enunciado de principios metodológicos, permitiendo su utilización como medio de formación. Mucho más cercana a la Expresión Corporal se situaría la Sociomotricidad, defendida por P. Parlebás, que reúne los componentes motriz, social y cultural de la educación.

Se trata en definitiva de reconocer internamente, de tomar conciencia de nuestros movimientos, del sentido para lo cual los realizamos, de cómo inciden nuestros músculos y articulaciones en ello, de cómo y cuántas posibilidades tenemos de movernos parcial (segmentos) o totalmente (globalmente). También es global porque es una masa que piensa, siente, crea, es decir se considera materialmente y espiritualmente un sistema que se comporta como un todo, por tanto para lograr educar el dominio corporal debemos tener en cuenta su parte cognitiva y afectiva que unida a la masa óseo- muscular, logra la motricidad deseada para expresar y comunicar en silencio.

2ª.- EL ESPACIO:

El espacio lo podemos definir como “el medio que permite y apoya la proyección del gesto y la postura” Shinca (1980). Por tanto, cualquier acción motriz tiene lugar en un espacio y en un tiempo. Ambos elementos, espacio y tiempo, coexisten siempre como factores inseparables del movimiento desde el más mecánico hasta el más simbólico o expresivo. Íntimamente ligado a cualquier evolución del cuerpo, es el medio en el que éste se manifiesta con su presencia o movimiento. Pero el espacio no es solo un elemento físico; es también un elemento afectivo o simbólico y es el medio de relación entre dos o más personas Schinca (1988:57). La ciencia que estudia como el ser humano estructura su espacio personal en la relación que establece con los demás se denomina “proxemia” y su precursor fue Hall (1973). Según el antropólogo Edward T. Hall, (1969)⁸ el espacio interpersonal o la “burbuja” es diferente para unos o para otros. Al norteamericano no le gusta compartir su burbuja, el español en muchos casos prefiere compartirla. Hall estudió las distintas distancias que mantienen las personas, aclarando que éstas variarán en función de la cultura (árabes, latinos, anglosajones, etc.), las características personales y el sexo.

Si nos centramos en los diferentes tipos de espacio distinguimos entre el espacio personal que hace referencia al área que rodea al cuerpo y que puede ser explorada sin mover la base de sustentación. Laban (1989)⁹ denomina a

⁸ Hall, Edward T. (1969) *The Hidden Dimension*. Nueva York: Doubleday.

⁹ Laban, R. (1989) *Danza educativa moderna*. Buenos Aires: Paidós.

este espacio con el nombre de “kinesfera”, que dicho de otra manera es la burbuja personal en la que se encuentra inmerso el sujeto, siendo su territorio más íntimo, por lo que intentará que nadie lo invada y el espacio total que supone salir de la kinesfera y relacionarnos con el mundo de los objetos-sujetos que nos rodean.

A nivel teatral, podemos distinguir otros dos tipos de espacio: el espacio escénico que es el espacio teatral, el escenario sobre el que evolucionan los personajes y en el que convencionalmente tiene lugar la representación. Es visible y se concreta en la puesta en escena mientras que en el espacio dramático es un espacio construido por el espectador para fijar el marco de la evolución de la acción y de los personajes; pertenecen al texto dramático. Es el espacio representado en el texto y que el espectador debe construir en su imaginación.

3ª.- EL TIEMPO: Aunque como se ha dicho al principio de este apartado, las cuatro coordenadas básicas del trabajo de expresión suelen ir interrelacionadas, sobre todo en la práctica, puesto que cuando el cuerpo se mueve con una energía en el espacio, y en un período de tiempo. Para la toma de conciencia del tiempo, hay que conocer los diferentes ritmos que lo componen: el ritmo fisiológico (propagación de la energía de un punto a otro del cuerpo); el ritmo cardíaco (movimientos de sístole y diástole); el ritmo interior anímico; el ritmo respiratorio, etc.

Sin embargo es dentro de la música donde el ritmo adquiere una sistematización, utilizamos ritmos binarios, ternarios y cuaternarios para ordenar el movimiento corporal en el espacio y en el tiempo. La música ocupa un papel destacado en esta coordenada y relaciona a las tres para trabajar un método de expresión corporal que desarrolla la sensibilidad, haciendo que los alumnos exterioricen movimientos que sin ella serían incapaces de realizarlo, se sienten felices y se recrea en sus sensaciones. La utilización de la música en las sesiones diarias, aunque no sean de Expresión Corporal, ayuda a mantener la atención de los alumnos, les incita al movimiento y hace las clases mucho más divertidas.

A partir de estas definiciones y criterios de diferentes autores, aceptemos pues que la educación psicomotriz está sustentada sobre cuatro ejes fundamentales: el cuerpo, el espacio el tiempo y la energía. Si mejora la motricidad del cuerpo, puede existir una mejor adaptación del hombre al medio; por tanto en estas primeras edades el niño necesita dominar su cuerpo para comunicarse y expresarse con un lenguaje no verbal o corporal. La ciencia que estudia el uso y estructuración del tiempo se denomina “cronémica”.

Siguiendo a Fraisse (1967)¹⁰, la percepción del tiempo se compone de dos aspectos:

- 1.- el orden: o distribución cronológica de los cambios o acontecimientos sucesivos y representa el aspecto cualitativo del tiempo.
- 2.- la duración: representa el aspecto cuantitativo del tiempo.

Con respecto a las nociones temporales distinguimos:

El tiempo con estructuración métrica, cuando se trabaja el tiempo basándonos fundamentalmente en la pulsación y los elementos que de ella se derivan como son la velocidad, el tempo o frecuencia, la frase, la serie musical, el acento, el compás, etc.

El tiempo con estructuración libre, cuando se trabaja el tiempo estrechamente ligado a la noción de velocidad pero trabajada en términos relativos (las pulsaciones no marcan la pauta) y no absolutos; las nociones temporales derivadas de este tipo de tiempo son:

- Parado/ en movimiento
- Rápido / lento
- Acelerado / desacelerado.

4ª.- LA ENERGÍA:

¹⁰ Fraisse, P. (1967) *Psychologie dutemps*. Paris: Presses Universitaires de France.

tiene que ver, en su aspecto cuantitativo, con el grado de tensión o relajación muscular (tono muscular); si nos referimos a la tensión o antagonismo muscular los movimientos se relacionan con la fuerza (tensión muscular con esfuerzo), y si hablamos de relajación o agónica muscular (relajación muscular) son movimientos suaves, donde el nivel de tensión es de mínimo esfuerzo; con respecto al aspecto cualitativo, lo abordamos la manera de fluir de la energía, la propagación de la misma que puede ocurrir de manera regular (en los movimientos continuos) o irregular (en los movimientos discontinuos).

Si nos adentramos en los contenidos resultantes fruto de la combinación de los básicos destacamos la Kinesfera (combinación de cuerpo con espacio), el ritmo (combinación de cuerpo con tiempo), las calidades del movimiento (combinación de la energía con el cuerpo, energía con espacio y/o energía con tiempo) y las acciones básicas del esfuerzo (combinación de los cuatro contenidos conjuntamente). Torre (2001).

Con respecto a la Kinesfera o espacio personal (cuerpo y espacio) abordamos el trabajo del cuerpo estático a través de las posturas, los planos y los niveles, el cuerpo dinámico sin desplazamiento a través de los gestos y movimientos en los diferentes planos, niveles y ejes.

En lo que concierne al ritmo (cuerpo y tiempo) tratamos la estructura rítmica (la ruptura en la regularidad de la cadencia) y la capacidad rítmica perceptiva (capacidad para percibir las estructuras rítmicas) y motora (capacidad para reproducir o sincronizar estructuras rítmicas) García (1997). Se aborda el estudio de las estructuras rítmicas periódicas y no periódicas, las estructuras rítmicas sonoras y de movimiento y los elementos rítmicos: pulso, acento, frecuencia, compás, frase musical, lagunas, serie musical y sus modalidades.

Y volviendo al tono muscular, el cual según Romero-Martín (1999:90), constituye la base del trabajo para la calidad del movimiento. Concretamente vinculado a las funciones del movimiento dentro de la expresión corporal vemos que en la función estética, es un elemento fundamental para lograr la plasticidad y la cadencia que el cuerpo describe en el espacio y en el tiempo; y

en la función expresiva y comunicativa, permite mostrar los estados emocionales de la persona a través de la relación entre tensión-relajación distensión. Schinca y Rivero (1992), opinan que el tono es uno de los factores que transforman el movimiento neutro en otro cargado de contenido dando lugar a las calidades del movimiento. Las calidades del movimiento, según Schinca (1988:50), responden a cuatro factores fundamentales y de los que depende la calidad del mismo, y vale apuntar que aunque para su análisis se vea cada uno por separado; en la acción motriz, ellos actúan íntegramente en dependencia de la calidad del movimiento que se demande.

En relación a los elementos cualitativos del movimiento García-Ruso, (1997:118)¹¹, plantea:

“...está íntimamente ligada a la dinámica con que se mueven las diferentes partes del cuerpo en el tiempo y en el espacio”

Algunos autores plantean que la base del proceso expresivo radica en la “conciencia corporal”, “la conciencia espacial”, y la “conciencia temporal” y la combinación de todas ellas da lugar a las calidades de movimiento. González-Pérez y otros (1999).

2.1.4. CONTENIDOS ESPECÍFICOS

Por último y con respecto a los contenidos específicos referidos a la danza y dramatización abordamos el estudio desde las diferentes dimensiones de la motricidad expresiva, según Torre, E. y Torre, C. (2001)¹².

La danza:

1. En su dimensión corporal.

¹¹ García Ruso, H. (1997) *La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas*. Barcelona: INDE.

¹² Torre, E. (2001b) La expresión corporal y sus elementos curriculares. *Revista Espacio y tiempo*, 31-32, 8-12.

Danzas no estructuradas: danzas de improvisación, danzas creativas, danzas de saludo, danza libre, etc..

Danzas estructuradas: danzas del mundo, bailes de salón, danza jazz, Guim-jazz, etc.

2. En su dimensión socio-afectiva.

- Las relaciones con los otros atendiendo al cuerpo, en el que los bailarines adaptan sus cuerpos equilibrándose, rodando, suspendiéndose, apoyándose y, en definitiva, estableciendo un diálogo corporal en el cual resulta imprescindible escuchar y dejarse llevar.
- Las relaciones con los otros atendiendo al espacio, en el que los bailarines varían las diferentes formas de agruparse (solos, dúos, tríos...), las formaciones espaciales (hileras, filas, círculos..), las evoluciones espaciales con diferentes focos, trayectorias, niveles, etc..
- Las relaciones con los otros atendiendo al tiempo, en el que los bailarines danzan de forma simultánea (unísono), alternativa (eco, pregunta-respuesta) y consecutiva (canon, cascada).
- Las relaciones con los otros atendiendo a la energía con la que los bailarines danzan y hacen uso de las diferentes calidades de movimiento (movimientos pesado y livianos, fuertes y suaves).
- Las relaciones con los otros atendiendo a los diferentes roles que se pueden desempeñar en la danza: bailarín, y dentro de éste, como solista, imitador, complementario o en ruptura, además de espectador, coreógrafo y crítico.

3. En su dimensión cognitiva y más concretamente creativa:

La composición coreográfica creada por el propio grupo que recoge todo las posibilidades que ofrecen las otras dos dimensiones anteriores y además, le sumamos la de intervenir en un proceso creativo en el que se pueden seguir los siguientes pasos:

- Selección de la música y chequeo musical en el que se analiza el tipo de música y su métrica, y siempre que proceda, estableciendo la frecuencia musical, el número de frases y series musicales y las lagunas musicales.
- Elección de los pasos de danza que se van a utilizar en la coreografía, definiendo el tipo de serie musical que se quiere elaborar: serie simple, doble, múltiple por serie o por frase.
- Introducir los contrastes corporales, espaciales, temporales y energéticos con la finalidad de darle un cierto colorido y variedad a la composición coreográfica.
- Enriquecer la composición coreográfica a partir de las diferentes relaciones que se pueden mantener con los otros y con los objetos.

Sin embargo es dentro de la música donde el ritmo adquiere una sistematización. Utilizamos ritmos binarios, ternarios y cuaternarios para ordenar el movimiento corporal en el espacio y en el tiempo. La música ocupa un papel destacado en esta coordenada y relaciona a las tres para trabajar un método de expresión corporal que desarrolla la sensibilidad, haciendo que los alumnos exterioricen movimientos que sin ella serían incapaces de realizarlo, se sienten felices y se recrea en sus sensaciones. La utilización de la música en las sesiones diarias, aunque no sean de Expresión Corporal, ayuda a mantener la atención de los alumnos, les incita al movimiento y hace las clases mucho más divertidas.

La Expresión Corporal asume desde su didáctica diferentes tipos de contenidos es la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresivo-comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y los sentimientos son los instrumentos básicos, esta disciplina asume tres tipos de contenidos , en primer lugar los contenidos expresivos comunicativos básicos, en segundo lugar aborda los contenidos expresivos resultantes y en tercer lugar los contenidos específicos referidos a la Danza y a la Dramatización, y es en este ultimo en que basamos nuestro trabajo, proponemos incorporar contenidos de Danza en el primer ciclo de la educación física.

La danza Siempre ha sido la actividad favorita de los hombres y con frecuencia se afirma que es más antigua, y en cierto modo la madre de las demás artes. Colling wood cit. por Padilla (1995). Señalaba que todas las artes "son forma, especializadas de movimiento expresivo". Todas las clases u órdenes del lenguaje artístico resultan del lenguaje primario de gestos o movimientos corporales. Por tanto, el movimiento danzado existe, desde que existe el hombre y desde que este sintió la necesidad de expresar Sus sentimientos, de comunicarse con los dioses. Simplemente de celebrar y conmemorar algo; y es que las mas profundas emociones Se han traducido siempre en movimiento.

Las raíces del movimiento bailado se encuentran en el hombre primitivo, para el cual su danza es la vida, y lo manifiesta mediante ceremonias, conjuros, ritos, etc. Para el, su baile produce efectos sobre los fenómenos naturales; por ello, danza a la lluvia, a la fertilidad, etc. Y es entonces, cuando el hombre, inmerso en su danza individual, se va sintiendo parte de un núcleo y se va acercando a la colectividad. A lo largo de la historia, el hombre se mueve y expresa comunicándose con los demás individuos con los que comparte su ritmo corporal.

A lo largo de la historia, la danza ha aumentado o disminuido en popularidad e importancia. Hoy, la danza como vemos, es apreciada como una forma de arte, pero también por otras muchas razones. Disfrutamos de la danza por su valor de entretenimiento, bailamos rítmicamente con otros para tener contacto social, recibimos clases de danza para mejorar nuestra imagen corporal y nuestro concepto de nosotros mismos. O simplemente para disfrutar.

"La danza no es solo un arte, es un modo de vivir, un modo de existir" Patricia Stokoe

Danza, movimientos corporales rítmicos que siguen un patrón, acompañados generalmente con música y que sirve como forma de comunicación o expresión.

Los seres humanos se expresan a través del movimiento. La danza es la transformación de funciones normales y expresiones comunes en movimientos

fuera de lo habitual para propósitos extraordinarios. Incluso una acción tan normal como el caminar se realiza en la danza de una forma establecida, en círculos o en un ritmo concreto y dentro de un contexto especial.

La danza puede incluir un vocabulario preestablecido de movimientos, como en el ballet y la danza folclórica europea, o pueden utilizarse gestos simbólicos o mimo, como en las numerosas formas de danza asiática. Personas de diversas culturas bailan de forma distinta por razones variadas y los diferentes tipos de danzas revelan mucho sobre su forma de vivir.

La danza puede ser recreativa, ritual o artística y va más allá del propósito funcional de los movimientos utilizados en el trabajo y los deportes para expresar emociones, estados de ánimo o ideas. Puede contar una historia, servir a propósitos religiosos, políticos, económicos o sociales; o puede ser una experiencia agradable y excitante con un valor meramente estético.

El cuerpo puede realizar acciones como rotar, doblarse, estirarse, saltar y girar. Variando estas acciones físicas y utilizando una dinámica distinta, los seres humanos pueden crear un número ilimitado de movimientos corporales. Dentro del extenso campo de movimientos que el cuerpo puede realizar, cada cultura acentúa algunos caracteres dentro de sus estilos dancísticos.

2.2. METODOLOGÍA

El estudio se identifica como un diseño no experimental transeccional coincidiendo con los criterios de Estévez y col (2004), pues se estudia el fenómeno tal como se desarrolla en el contexto natural, describimos y analizamos la relación que existe entre cada uno de los elementos que tomamos en cuenta en nuestra investigación.

Según Roberto Hernández Sampier (2003), en este tipo de estudio no se construye ninguna situación sino que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente por el investigador. Estos diseños recolectan

datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.

2.2.1. SELECCIÓN DE SUJETOS

Fueron entrevistados 20 compañeros entre ellos profesores del área de Educación Física de la enseñanza primaria, profesores universitarios del área de Cultura Física y metodólogos de Educación Física.

Seleccionamos un grupo de 12 expertos, que por su condición profesional, investigaciones y publicaciones realizadas consideramos poseen un conocimiento relevante del tema en investigación

2.2.2. MÉTODOS Y PROCEDIMIENTOS

Los métodos de investigación aplicados fueron la entrevista, la revisión de documentos para recaudar información, y la aplicación de la técnica Delphi para la validación de nuestra propuesta.

La entrevista:

Como primera pretensión deseamos conocer cómo se trabaja la Expresión Corporal en 1er grado en la Educación Física de la enseñanza primaria e indagar cual es el criterio de los profesores de Educación Física en relación a esta temática.

La entrevista utilizada fue la estandarizada, este tipo de entrevista posee un alto grado de formalización, hasta el punto que se denomina entrevista de cuestionario comprende una serie de preguntas según un orden predeterminado. Estévez y col (2004)

Esta entrevista estuvo dirigida a metodólogos y profesores de experiencia en el tema para recoger su criterio, así como diferentes recomendaciones para la construcción de la batería, (Anexo 1).

El estudio de documento como método de recogida de información

La importancia de la revisión de documento estriba en que ella recogen los planteamientos que los sujetos formulan con respecto a determinados temas. Desde luego el investigador tiene que estar atento a que el valor que pueda tener un documento personal depende en gran medida de la intencionalidad y objetivo de su autor.

Clemente (1992) refiere que el análisis de documento es una técnica para recogida de información que debe reunir los siguientes requisitos(objetividad, sistematización y relevancia social), este autor entiende por documentos aquel material que se obtiene de manera indirecta, es decir, sin acceso directo a los sujetos de investigación sin la posibilidad de disponer del sujeto, (Clemente, 1992,172)

Los documentos de todas formas constituyen una fuente importante de información y pueden ser empleados en diferentes estadios de la investigación o ser empleados para contrastar los datos que se obtienen por otras vías.

Los métodos a emplear para el análisis de documento son muy variados se distinguen esencialmente dos tipos fundamentales de análisis:

- ❖ Clásico, también llamado análisis tradicional.
- ❖ Formalizados, también llamado análisis de contenido

Se entiende por análisis tradicional toda la variedad de operaciones mentales dirigidas a interpretar las informaciones contenidas en el documento bajo óptica establecida por el investigador en cada caso concreto (wsipu-et.al.1988:273

Al emplear este tipo de análisis el investigador debe responder a las siguientes cuestiones : contexto documento, autor, fines para el que fue creado, confiabilidad , fidelidad de los datos que registra, resonancia social, contenido valorativo, conclusiones que pueden inferirse acerca de los hechos contenidos en él, suficiencia de la información que contiene a los efectos de la investigación que se realiza.

Por su parte el análisis de contenidos (formalizados) se caracteriza por ser extenso y su finalidad esta fundamentalmente en eliminar la subjetividad que prima en el análisis tradicional, por ello recurre a los llamados métodos cuantitativos.

Método Delphi, Criterio de expertos

El objetivo principal de este método es obtener algún tipo de acuerdo entre expertos o personas implicadas en un problema en el que la incertidumbre es un elemento esencial para el mantenimiento de las discrepancias. Fue creado sobre los años 1963-644 por a Rand corporation con el propósito de realizar pronósticos referidos a posibles acontecimientos qua se pudieran manifestar en las diferentes ramas de la ciencia, la técnica y la política.

Al decir de Durand R. “el delphi es la utilización sistemática del juicio intuitivo de un grupo de expertos para obtener un consenso de opiniones informadas”

La particularidad fundamental de este método consiste en sostener un diálogo anónimo entre a grupo de personas consideradas expertos en la temática qua se esta abordando, expertos que son consultados de manera individual mediante cuestionarios que le son aplicados para obtener un consenso a partir de las valoraciones subjetivas qua realicen cada uno de ellos.

Los resultados que se obtienen se les da a conocer a cada uno de ellos con el objetivo de qua puedan modificar si así lo estiman las opiniones anteriormente dadas, a partir de conocer el criterio de sus colegas expertos, este proceso se repite las veces que se considere necesario por el equipo de investigación hasta tanto se considere que los elementos de respuestas ofrecidos por dichos expertos no presentan variaciones significativas y puedan entonces ser consideradas respuestas totalmente consensuadas.

2.3. PROCEDIMIENTOS PARA EL ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Realizamos su categorización y sistematización a través de una evaluación manual, ya que el volumen de información no era excesivo ni complicado para su procesamiento. Fajardo del Castillo (2002: 345)¹³.

2.4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Después de aplicado los instrumentos de investigación analizaremos los resultados que estos han arrojado.

2.4.1. Resultados de la entrevista

A través de la respuesta de todos los entrevistados, se pudo llegar al consenso de que los contenidos de expresión corporal en el programa son muy pobres y solo se trabajan los juegos y las imitaciones como contenidos básicos. Consideran que es preciso explotar mucho más aquellos subcontenidos de la misma que pueden enriquecer su desarrollo y la formación integral de nuestros niños y jóvenes a través de nuestra actividad.

Los entrevistados reconocen que desde el pregrado en los últimos planes de estudio se incluyen en la asignatura de Educación Rítmica un tema dirigido a los contenidos de danza y los bailes tradicionales cubanos y como relacionarlos a la Educación Física, todo lo cual posteriormente no tiene prácticamente aplicabilidad ninguna en el desenvolvimiento profesional después de graduados y poseen un alto valor educativo que contribuye además a la formación integral y multicultural de los estudiantes que es en definitiva unos de los objetivos de la Educación Física en el sistema nacional cubano.

2.4.2. Resultados de la revisión documental.

¹³ Fajardo del Castillo, J.J (2002). *Análisis de los procesos formativos del entrenador español de voleibol*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

2.4.3. Descripción y valoración general del programa de Educación Física 1er grado.

Iniciaremos la descripción de la estructura del programa vigente para el 1er grado donde se puede apreciar que el documento muestra primeramente de manera general las Indicaciones para el trabajo con el programa y Orientaciones Metodológicas

Grados	Objetivos generales
Primero	<p>Trabajar para desarrollar las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas en correspondencia con las exigencias del grado.</p> <p>Correr 2 o 3 minutos de forma continua y realizar carrera de rapidez hasta 30 metros.</p> <p>Fortalecer el organismo y elevar su capacidad de trabajo de modo que pueda vencer las normativas de eficiencia física en correspondencia con la edad y el sexo.</p> <p>Trabajar con sentido del ritmo durante las diferentes actividades.</p> <p>Formar hábitos higiénicos mediante el trabajo por la postura correcta, los ejercicios respiratorios y el disfrute de las actividades físicas.</p> <p>Desarrollar cualidades personales para el trabajo colectivo y respetar las reglas establecidas.</p>

Tabla 1 Objetivos generales del programa de Educación Física para el 1er grados.

A continuación desglosamos claramente el análisis sobre la dosificación de los contenidos en cada uno de los grados del ciclo por períodos ⁽¹⁴⁾

	I	II	III	IV
A. Rítmicas				X
Atletismo				

¹⁴ Período: Marco de intervención educativa.

G. Básica	X	X	X	
Juegos. predeportivos				
Juegos menores	X	X	X	X
Total /horas	26	26	27	23
Unidad	Primer grado Períodos			

Tabla 2. Distribución de las unidades básicas para el primer grado de la enseñanza primaria por períodos.

A partir de estas consideraciones generales del programa de Educación Física, centraremos el próximo análisis en la estructuración vigente de la Expresión Corporal dentro del 1er grado en la enseñanza primaria, con la intención de demostrar sus debilidades y la posibilidad de hacer una nueva propuesta de ejercicios en esta área dentro de la Educación Física.

Iniciaremos nuestro análisis con los objetivos específicos que declara el currículum para la Unidad de Actividades Rítmicas. Estos objetivos tienen un cumplimiento a largo plazo. También mostramos un desglose de los contenidos por períodos que el programa declara, donde se puede apreciar que estas actividades propuestas tienen un bajo nivel de complejidad, lo cual no favorece el desarrollo de la expresión corporal en esta etapa de la enseñanza primaria.

Primer grado

1. Desarrollar habilidades de responder a movimientos corporales coordinados a estímulos musicales o rítmicos.
2. Fortalecer la adopción correcta de la postura y la actuación espontánea y creadora mediante diversas actividades.
3. Identificar los diferentes ritmos en los movimientos y orientarse en el espacio.
4. Trabajar con disciplina y entusiasmo.

Tomamos este ejemplo por ser donde de una manera muy elemental se proponen objetivos encaminados al desarrollo de unas actividades de Expresión Corporal, también muy irrelevantes o intrascendentes para lograr un verdadero efecto en el desarrollo biopsico-social de niños y niñas.

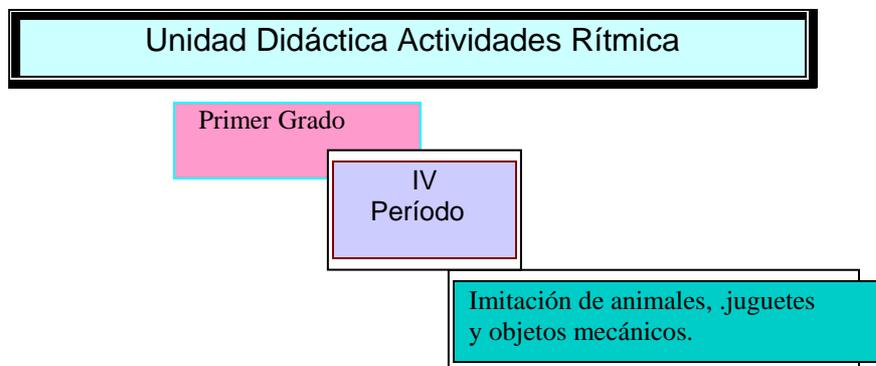


Tabla 3: Contenidos de Expresión Corporal en el programa del 1er grado

En la anterior tabla se puede apreciar en que período del curso se imparten algunos contenidos de Expresión Corporal siendo esta una subunidad, recordando que ellos forman parte de la Unidad Actividades Rítmicas., los cuales, a la hora de desarrollarlos no serán significativos para el niño. Al no incorporarse a su aprendizaje, nuevos elementos a partir de los que ya posee el educando, el proceso de enseñanza aprendizaje en este nivel se estancará y no logrará desarrollo cognoscitivo –afectivo y corporal deseado en los niños y niñas.

2.4.4 Descripción y valoración general del programa de Educación Musical del sexto año de vida (preescolar).

Al finalizar el sexto año de vida los niños podrán cantar con voz suave y expresiva, participar en formaciones coreográficas simples y expresar corporalmente las vivencias musicales:

Este programa esta estructurado en tres aspectos:

- ❖ Desarrollo del oído musical
- ❖ Desarrollo de la voz
- ❖ Desarrollo de la capacidad rítmica y la expresión corporal

OBJETIVOS:

La maestra trabajara para que los niños:

1. Reconozcan diferentes obras musicales, en especial el himno de Bayamo.
2. Reconozcan sonidos por su timbre, altura intensidad y duración.
3. Canten con voz suave expresiva y afinada.
4. Realicen desplazamientos con estímulos musicales.
5. Percutan el pulso, acento y esquemas rítmicos de canciones.
6. Representen imágenes creadoras con movimientos corporales, relacionados con un tema.

CONTENIDOS:

Desarrollo del oído musical:

Audición de música vocal, instrumental, infantil, fragmentos de obras clásicas, tradicional cubana y latinoamericana.

Reconocimiento de canciones infantiles y del himno de Bayamo.

Reconocer los sonidos por su:

ALTURA: Sonidos graves-agudos.

INTENSIDAD: Sonidos fuertes y suaves.

DURACIÓN: Sonidos largos-cortos.

Desarrollo de la voz :

Canto y reproducción de melodías sencillas, con voz suave, expresiva y afinada.

2.4.5. Descripción y valoración general del programa de Educación Musical para el primer grado.

Reconocer el entorno sonoro como parte de la realidad cotidiana, adoptando una actitud ciudadana responsable, acorde a su edad, que permita una actuación favorable hacia el espacio sonoro de su radio de acción

Explorar los sonidos del cuerpo, del entorno, de los instrumentos musicales y objetos sonoros para la conformación de combinaciones sonoras que acompañan el canto y la expresión corporal como vía para el disfrute de los juegos musicales, las rondas, himnos y marchas que propicien la formación de valores y el fortalecimiento de la lengua materna.

Contenidos

Tema I: Sentir, explorar y expresar los sonidos del entorno .

Juegos de imitación.

Tema II: Sentir, explorar y expresar los sonidos de mi cuerpo.

Juego rítmico _corporales:

Tema III: Sentir, explorar y expresar los sonidos de los instrumentos musicales
Y objetos sonoros. Rondas infantiles y juegos rítmicos _corporales.

Tema IV: La música, la combinación de los sonidos y silencios, su expresión.
Himnos y marchas de mi patria.

El análisis que realizamos de los programas de Educación Musical, nos permitió realizar la batería de ejercicios de danza, basándonos en los contenidos vencidos de esta asignatura.

2.4.6. Criterio de expertos su procesamiento a través del método Delphy

Se confecciona un listado inicial de las posibles persona que cumplieran con los requisitos para ser expertos en nuestro tema de investigación.

Se realiza para ello una evaluación sobre el nivel de experiencias que poseen, evaluando de esta forma los niveles de conocimientos que poseen sobre la materia. Se realizó una primera pregunta para una auto evaluación de los niveles de información y argumentación que tienen sobre el tema en cuestión, en esta pregunta se les pide que marquen con una X, en una escala del 1 al 10 el valor que se corresponde con el grado de conocimiento o información que tienen sobre el tema. (Anexo 2)

Se realiza una segunda pregunta que permitió valorar un grupo de aspectos que influyeron sobre el nivel de argumentación del tema, (Anexo 3)

Luego se determinan los aspectos de mayor influencia. A partir de estos valores reflejados por cada experto se comparan con los valores de una tabla patrón. (Anexo 4).

Una vez obtenidos los valores de coeficiente del conocimiento (K_c), y el coeficiente de argumentación (K_a), se calcula el valor del coeficiente de competencia (K), que es el coeficiente que determina que expertos se tomarán en cuenta en consideración para trabajar en esta investigación.

Obtenidos los resultados anteriores, seleccionamos para utilizar en esta investigación a 12 expertos de competencia alta. (Anexo 5)

Una vez seleccionados los expertos con lo que se realiza el trabajo se le presentan los aspectos a valorar previamente determinados por el investigador, a través de una tabla de aspectos / rango de valoración.

Generalmente los rangos de valoración son 5, muy adecuado, bastante adecuado, adecuado, poco adecuado e inadecuado, a los que asignamos valor numérico del 1 al 5 en el mismo orden,

Envío del primer cuestionario.

Elaboramos un primer cuestionario, en el cual se muestran los campos o dimensiones que hemos concluido que debía de tener este, basándonos en las dimensiones utilizadas en otros estudios que tienen un objeto de estudio similar al nuestro.

El procesamiento de las respuestas es tomado como base para la presentación de los siguientes cuestionarios. Realizamos tres vueltas y en la última recabamos la postura definitiva en función de los argumentos y contra-argumentos expuestos por los distintos expertos. La redacción del primer cuestionario es abierta y desestructurada, facilitando que los expertos puedan responder con la máxima libertad de enfoque, de jerarquización de la temática desde otros puntos de vista, de vocabulario y de terminología.

El primer cuestionario se realizó por vía personal, a los 12 expertos, con fecha en enero del 2006, con una carta de presentación del mismo. (Anexo 6)

Una vez recibidas las respuestas del primer cuestionario caracterizadas por ser abiertas, para que los expertos señalaran y anotaran todo lo que creyeran oportuno. Realizamos su categorización y sistematización a través de una

evaluación manual, ya que el volumen de información no era excesivo ni complicado para su procesamiento. Fajardo del Castillo (2002: 345)¹⁵.

Recibidas las respuestas de los 12 expertos participantes en el segundo cuestionario, el análisis de las preguntas está estructurado en tres grupos de opinión:

Puntos de consenso o acuerdo entre la mayoría de los expertos.

Otras opiniones sugeridas que no se contradicen con las de los demás.

Puntos de discrepancia entre algunos de los expertos, .

Debido a que existieron puntos de discrepancias y nuevas sugerencias por parte de los expertos realizamos una tercera ronda.

La tercera vuelta se inicia a partir del 25 de Marzo del 2006, remitiendo el cuestionario a cada uno de los expertos en mano, responden a este cuestionario los 12 expertos.

En esta tercera vuelta hemos contrastado las discrepancias identificadas en el segundo cuestionario. Se somete a la evaluación de los panelistas aquellas ideas que son de interés para el tema de estudio y que fueron planteadas por los expertos en especial, priorizando sobre los aspectos fundamentales del tema.

Para completar la validación del cuestionario realizamos una cuarta y última ronda en mayo del 2006 donde todos los expertos relacionados directamente con el objeto de estudio, llegaron a un mismo punto de consenso o acuerdo sobre la propuesta realizada.

2.5. BATERIA DE EJERCICIOS

¹⁵ Fajardo del Castillo, J.J (2002). *Análisis de los procesos formativos del entrenador español de voleibol*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

Esta propuesta tiene como objetivo fundamental, incorporar en el primer grado de la enseñanza primaria en la Educación Física ejercicios de danza con una perspectiva integradora del proceso docente, sobre la base de la vinculación inter materia. En definitiva es que el tratamiento de habilidades motrices básicas y capacidades, utilice los conocimientos que ya posee el educando para descubrir otros nuevos, para lo cual será necesario tener en cuenta la realidad de los propios alumnos, intereses y necesidades; proponiendo experiencias motivadoras que permitan relacionar informaciones nuevas con las ya existentes en la estructura cognitiva de estos.

Nombre: Me presento con el ritmo

Objetivo: Identificar el ritmo

Descripción: El maestro presentará un ritmo musical con palmadas y mediante el, el niño se presentará

Yo me llamo...Yo soy...Aquí está...Para ustedes...Mi nombre es...

Cada presentación debe ir acompañada de un movimiento corporal distinto para cada alumno.

Nombre: Late mi corazón.

Objetivo: Descubrimiento del ritmo del corazón.

Situación inicial: Por parejas, **A** tendido en el suelo, **B** arrodillado a su lado.

Descripción: **B** deberá interiorizar el ritmo de los latidos del corazón de **A** (su compañero) para reproducirlos posteriormente mediante pasos y palmadas.

Nombre: A ritmo de marcha.

Objetivo: Interiorización y reproducción corporal de un ritmo.

Situación inicial: Los alumnos repartidos por la sala de manera que todos puedan ver al que los va a guiar.

Material: Música.

Descripción: Todos los niños deben imitar los movimientos que el guía hace siguiendo el ritmo de la música.

Nombre: Guíate por las palmadas

Objetivo: Reconocer sonidos fuertes y débiles.

Descripción: El juego consiste en descubrir, mediante la intensidad de las palmadas la ubicación de un niño seleccionado

Se le vendarán los ojos y saldrá del aula, el resto del grupo seleccionarán el lugar donde se realizará el juego. Si es lejos las palmadas serán suaves, si es cerca las palmadas serán fuertes, el niño deberá descifrar según el sonido se está lejos o cerca Cuando el niño sea descubierto deberá realizar la imitación de un objeto u animal y ocupará el lugar del otro niño.

Nombre: Reconozco sonidos musicales

Objetivo: Reconocer sonidos fuertes y débiles

Descripción: Consiste en escoger el fragmento de una canción. El niño deberá reconocer en que momento existen sonidos fuertes y suaves. Los sonidos fuertes serán reconocidos con movimientos bruscos y rápidos mientras que los suaves serán realizados lento y delicadamente.

Nombre: Parejas rítmicas

Objetivo: Familiarización con el ritmo y la intensidad de los sonidos.

Descripción: En parejas, uno da palmadas a diferentes ritmos y el otro salta siguiendo el ritmo marcado. Después se cambian los roles.

Nombre: A ritmo del nombre

Objetivo: identificar el ritmo

Descripción: Caminar en cada sílaba haciendo referencia al pulso, ej. Pe-dro, con énfasis en el acento, ej. **Pe**dro. Después separar los integrantes del grupo según la cantidad de sílabas que contenga cada nombre, ej. Binarios: Ju-an,

Pe-dro, Jor-ge, Jor-dán; Ternarios: Jo-se-fa, Ju-li-an, Ro-ber-to, Al-ber-to y palmearlos pidiéndole a los niños que identifiquen el compás.

Nombre: Las campanas.

Objetivo: Traducción de un compás binario al movimiento de un objeto.

Situación inicial: **A** y **B** cogidos de las manos.

Descripción: **A** flexionara sus piernas hasta sentarse mientras dice *ding*, posteriormente se levanta para que se siente **B** mientras dice *dong*.

Observaciones: Ambos deben dejar caer su peso hacia atrás colgándose de las manos de su compañero.

Nombre: Ding-dong

Objetivo: Traducción de un compás binario a un movimiento corporal.

Situación inicial: Dispersos por la sala.

Descripción: Deben buscarse movimientos corporales que tengan la estructura de un compás binario (balanceo de brazos, flexión-extensión del tronco...).

Nombre: El eco.

Objetivos: Movilización segmentaría como respuesta a una estimulación sonora.

Situación inicial: El profesor situado en un extremo de la sala de manera que los alumnos no puedan verlo.

Descripción: El profesor dará palmadas, los alumnos deberán movilizar un segmento del cuerpo cada vez que escuchen una de las palmadas.

Nombre: Crea tu rima

Objetivo: Interiorización y reproducción corporal de un ritmo.

Descripción Trabajar rimas y refranes. Ej. Juan, Juan corta pan, Juan, Juan, se come el pan; Puente, puente, puente dorado, todos pasan y el último ha quedado, Pancha plancha con cuatro planchas, con cuantas planchas plancha Pancha...etc.

El niño que no realice correctamente la actividad dramatizará, ya sea la rima o el refrán.

Nombre: El payasito

Objetivo: Identificar sonidos fuertes y débiles

Descripción: Los niños agachado imitan a un payasito en su caja (deben estar bien separado par facilitar bien el movimiento) a la señal del maestro deben saltar de la caja con las piernas y los brazos extendidos lateralmente, se mantienen en el lugar y desde esa misma posición comienzan a saltar al ritmo que escuchan, apoyado en uno y otro pie.

Nombre: El cachumbambé.

Objetivo: Identificar ritmo e intensidad de los sonidos

Descripción: Colocado en pareja uno frente a otro, los niños, con las manos entrelazadas, imitan el movimiento del cachumbambé. Cada pareja se agacha y levanta alternadamente al ritmo que escuchan

Nombre: El reloj de pared

Objetivo: Reconocer sonidos fuertes y débiles.

Descripción Los niños se sitúan de pie con los brazos a ambos lado del cuerpo. Al ritmo escuchado mueven los brazo de izquierda a derecha, y viceversa, y simulando el movimiento del péndulo del reloj, por delante del cuerpo. Se alterna el movimiento con cada brazo.

Nombre: Pasos sordos.

Objetivo: Interiorización de un ritmo externo.

Situación inicial: El profesos palmeando un ritmo constante, los alumnos repartidos libremente por la sala.

Descripción: Los alumnos deben adecuar su ritmo de desplazamiento al ritmo de las palmadas del profesor y seguir manteniéndolo cuando este deje de marcar las palmadas. Cada desplazamiento debe ir acompañado de un movimiento corporal diferente por cada niño.

Observaciones: El profesor debe mantener el ritmo el tiempo suficiente que permita a los alumnos interiorizarlo.

Nombre: Hacer palmas.

Objetivos: Sincronización de movimientos corporales a estructuras rítmicas, adaptación de acciones motrices, creatividad y placer de participación de una actividad lúdica de grupo.

Situación inicial: Colocados en parejas de frente a su compañero.

Descripción: Se trata de seguir una secuencia de acciones con las manos: chocar palmas de frente con su compañero de arriba abajo y viceversa, con palmada individual,...etc, al tiempo que se canta una canción a la que se adaptan los movimientos creados por cada pareja.

Variantes: Pueden ubicarse en tríos y grupos mayores.

Nombre: "El asiento giratorio".

Objetivos: Coordinación dinámica y adecuación del movimiento a distintos ritmos. Comunicación y colaboración grupal afectiva.

Situación inicial: todos los niños de pie, forman un círculo mirando hacia la misma dirección. Colocados cerca del anterior con las manos en la cintura.

Descripción: Una vez que comienza a sonar la música el círculo empieza a girar. En cuanto la música para hay que sentarse en las rodillas del que está

detrás. Seguidamente sin que nadie pierda el equilibrio, vuelve a sonar la música y todo el grupo se mueve al mismo ritmo.

El alumno que quede sin sentarse deberá realizar un movimiento corporal al ritmo de una canción.

3. CONCLUSIONES

- El tratamiento de la Expresión Corporal en el primer grado de la enseñanza primaria en la Educación Física es insuficiente, solo se trabajan contenidos básicos (juegos e imitaciones).
- Se tuvo en cuenta para la realización de la batería de ejercicios los contenidos vencidos en preescolar y primer grado en la asignatura de Educación Musical.
- Se relacionaron los contenidos de los programas de Educación Física y Educación Musical para la construcción de dicha batería teniendo en cuenta el trabajo sobre los contenidos vencidos.
- Teniendo en cuenta que el programa de Educación Física es pobre en contenido y de poca explotación podemos incorporar ejercicios de danza en la Educación Física por su alto poder educativo.
- Se realizó la batería de ejercicios teniendo en cuenta los contenidos conceptuales y procedimentales en tres apartados:
 - Relacionados con el ritmo
 - Relacionados con las cualidades del sonido y con la música.
 - Los relacionados con la Danza el baile y la coreografía.
- ❖ Se diseñó la batería de ejercicios de danza para el primer grado de la Educación Física.

- Existió un amplio consenso entre los expertos en cuanto a la validación de la propuesta, consideran que constituye una herramienta pedagógica adecuada y necesaria para los docentes de Educación Física en la enseñanza primaria.

3.2. RECOMENDACIONES

- Realizar baterías de ejercicios para los grados restantes del I ciclo de la Educación Física.
- Realizar estudios experimentales dentro de las clases de la Educación Física del primer grado donde se aplique la batería de ejercicio diseñada.

BIBLIOGRAFÍA

1. Cañedo Iglesias, C. (2004) Estrategia Didáctica para contribuir a la formación de la habilidad profesional esencial "realizar el paso del sistema real al esquema de análisis" en el ingeniero mecánico. Tesis de grado (Doctor en Ciencias Pedagógicas). Cienfuegos, UCF "Carlos Rafael Rodríguez".
- gg2. Cuba. Ministerio de cultura (1982). Metodología de la danza moderna. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
3. _____(1982) Aplicación de la danza. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- 4 Cuba. Ministerio de Educación (1973) Danza1.La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
5. Estévez, M.(2004) La investigación científica en la actividad física: su metodología. La Habana, Editorial Deportes
6. _____(2004)La investigación científica en la actividad física: su metodología. La Habana, Editorial Deporte.
- 7 Galo Sánchez. La metodología en las clases de Expresión Corporal. Disponible en: <http://www.educa.aragob.e>. Consultado el 21 de noviembre de 2006.
- 8 Hurtado Mendoza, S.(2001)Criterio de expertos, su procesamiento a través del método Delphi. Disponible en: <http://www.uv.es/histodidactica/epistemología/delphi.htm>. Consultado el 21 de noviembre de 2003.
9. Langlade, A y Rey, N. (1970)Teoría general de la gimnasia. Buenos Aires, Editorial Stadiur.
10. López M, López y M. Villalón (2001) Orientaciones Metodológicas primer grado tomo1. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

11. Lourd M, M. Bruneau (2001) La parole est á la dance. Francia, Les Edition la liberté.
12. Merció, T. (1998)Introducción a la Educación Musical y Danzaria. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
13. Pérez Pérez, D. (2005) La Expresión Corporal en el currículo: una propuesta integradora desde la formación del profesorado hasta el primer ciclo de la enseñanza primaria. Tesis de grado (Doctor en ciencias)Granada, Universidad de Granada.
14. Portal Gallardo, J. (2003) Evaluación de la calidad de la enseñanza de la licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Cienfuegos, Cuba. Tesis de grado (Doctor en ciencias) Oviedo, Universidad de Oviedo.
15. Quiñónez Urquijo, A.(2001)La coordinación interdisciplinar de curso en la educación superior cubana. Evaluación y propuesta de mejora. Tesis de grado (Doctor en Ciencias) Oviedo, Universidad de Oviedo.
16. Ramírez Gonzáles, Y (2003) Evaluación de la implementación del currículo de Educación Física de cuarto grado. Un estudio de caso. Trabajo de diploma. Cienfuegos, UCF" Carlos Rafael Rodríguez".
17. Ros, Nora. Expresión Corporal en la educación, aporte para la formación docente. Disponible en: [hts.comp://www.efdeporte](http://www.efdeporte.com). Consultado el 30 de Enero del 2007.
- "
18. Stokoe, P. Expresión Corporal, el arte del movimiento, Técnica y Método. Disponible en: <http://www.aseda.com/alfa/movorg.htm>. Consultado el 14 de enero 2006.
19. _____. Expresión corporal. Guía didáctica para los docentes. Disponible en: expresion_alfa@hotmail.com. Consultado el 14 de enero 2007
- .20 Trujillo Tardío, O. y col (2001) Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física primer ciclo. La Habana, Editorial Deportes.
- .
21. Trigueros, C. (1993) Expresión y comunicación. España, INDE.

22. Torres, J. (2000) Comunicación y lenguaje corporal. Bases y Fundamentos aplicados en el ámbito educativo. Granada, Proyecto Sur.
23. Vázquez Cedeño, S (2002) Educación en valores en la universidad. Formación étnico- cívica del ingeniero mecánico, una propuesta didáctica. Tesis de grado (Doctor en Ciencias Pedagógicas) Cienfuegos, Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez".
24. Viciano, U y M. Arteaga. (1997) Las actividades coreográficas en las escuelas Danza, Baile Funky, gimnasia- jazz. España, INDE publicaciones.
25. Vizcaíno, Argelia. Danzas Afrocubanas. Disponible en: VIZCA2214@email.msn.com. Consultado el 2 de marzo del 2007.

ANEXO # 3

Cuestionario para valorar el nivel de argumentación o fundamentación del tema

Fuentes de Argumentación o Fundamentación	Alto	Medio	Bajo
Análisis teóricos realizados por Ud.			
Experiencia obtenida			
Trabajo de autores nacionales			
Trabajo de autores extranjeros			
Conocimiento del estado del problema en el extranjero			
Su Intuición			

ANEXO # 4

Tabla patrón para evaluar el “Cuestionario para valorar el nivel de argumentación o fundamentación del tema”

Fuentes de Argumentación o Fundamentación	Alto	Medio	Bajo
Análisis teóricos realizados por Ud.	0.3	0.2	0.1
Experiencia obtenida	0.5	0.4	0.2
Trabajo de autores nacionales	0.05	0.05	0.05
Trabajo de autores extranjeros	0.05	0.05	0.05
Conocimiento del estado del problema en el extranjero	0.05	0.05	0.05
Su Intuición	0.05	0.05	0.05

.ANEXO # 5

Profesionales con coeficiente de competencia alto (Expertos).

Características:

EXPERTOS	EDAD	SEXO	LABOR QUE REALIZA	EXPERIENCIA LABORAL
1	43	F	Metodólogo	24 años
2	54	M	Metodólogo	37 años
3	44	F	Metodólogo	25 años
4	57	M	Metodólogo	32 años
5	41	M	Metodólogo	23 años
6	46	F	Profesor universitario	24 años
7	39	M	Profesor universitario	17 años
8	47	M	Profesor universitario	24 años
9	38	M	Profesor de Educación Física	13 años
10	36	F	Profesor de Educación Física	11 años
11	38	M	Profesor de Educación Física	13 años
12	36	F	Profesor de Educación Física	11 años

ANEXO 6

SISTEMA DE EXPERTOS

Estimado profesor/a:

Usted ha sido seleccionado para participar en este Sistema de Expertos atendiendo a su experiencia, conocimientos técnicos y su alta maestría pedagógica, le pedimos que nos ayude, ya que con su activa y seria participación validaremos nuestro trabajo.

Pedimos su colaboración para realizar un estudio donde trataremos de resolver el problema científico: ¿cómo orientar contenidos de Danza para mejorar la Expresión Corporal del niño en el primer ciclo de la Educación Física en la enseñanza primaria?

Los cinco criterios a utilizar en esta evaluación son los siguientes: Muy adecuados, bastante adecuados, adecuados, poco adecuados, e inadecuados. A los que le asignamos valor numérico del 1 al 5 en el mismo orden. Marque con una X según su opinión y argumente cada uno de los criterios dados por usted.

Este cuestionario es anónimo, por lo que no tiene que escribir su nombre, y deseamos que lo contestes de forma individual y sincera.

Gracias por su colaboración.

ANEXO # 1

GUIA DE ENTREVISTA

La expresión corporal es una subunidad de la unidad de actividades rítmicas del programa del I ciclo de Educación Física.

- ❖ Como trabajas la misma en sus clase de E.F en el primer grado.
- ❖ Utiliza los juegos, ejemplos.
- ❖ Conoces que la Dramatización y la Danza son contenido específicos de la expresión corporal.
- ❖ Trabajan las danzas en sus clases, como.
- ❖ Crees importante utilizar juegos en las clases de expresión corporal.
- ❖ Cree que sea importante incorporar ejercicios de danza en la clase de E.F,
- ❖ Usted como profesor de E.F trabaja la danza como actividad extraescolar
- ❖ En tu formación profesional recibiste clases de danzas, piensas que los contenidos recibidos fueron suficientes o crees que se debían profundizar mas o incorporar otras danzas ¿Cuáles?

Cuestionario para la validación de la propuesta.

1 = Muy adecuado 2 = Bastante adecuado 3 = Adecuado 4 = Poco adecuado 5 = Inadecuado

PRIMER GRADO

CONTENIDOS		CRITERIOS DE EVALUACION				
		1	2	3	4	5
CONCEPTUALES	Familiarización con el ritmo.					
	Conocimiento y diferenciación de diferentes intensidades de sonido (fuerte - suave).					
	Identificación de ritmos binarios.					
PROCEDIMENTALES	Utilización del movimiento para responder a sonidos o fragmentos musicales.					
	Experimentación de sonidos fuertes y suaves, adaptación de los movimientos a ellos.					
	Adaptación de movimientos a estructuras rítmicas simples (binarias).					