



Universidad de Valladolid

Campus María Zambrano

Grado en Educación Primaria

**Una propuesta para trabajar la
expresión corporal en Educación
Física: ritmos brasileños**

Alumna: Lara Cantó Cantó

Tutor: Roberto Monjas Aguado

Año: 2014

Resumen

Este trabajo trata de la puesta en práctica de una propuesta de expresión corporal con la que se pretende que el alumnado interprete los pasos que conforman las coreografías.

La expresión corporal es un contenido que se incluye en el currículum, pero que pocos maestros se atreven a poner en práctica en un aula real. Esto es algo que pude comprobar en mi periodo de prácticas, donde los propios miedos del especialista en Educación Física limitaban su uso en el aula.

Se parte de esta idea para crear una propuesta rítmico-expresiva, donde el principal elemento es el aprendizaje coreográfico de tres canciones. Todas estas canciones se caracterizan por tener ritmos brasileños diferentes, además, se añade el un factor de complejidad en cada una de ellas para que avancen en la expresión con el cuerpo.

Finalmente, se analizan los datos obtenidos de la Unidad Didáctica desarrollada para concluir que su inclusión dentro del aula de EF es muy adecuada y ofrece un potencial educativo muy interesante.

Palabras clave: expresión corporal, baile, ritmo, interpretación, Brasil.

Abstract

This project discusses the implementation of a proposal about body expression which arises that students interpret the steps to make a choreography.

Body language is a main content of the curriculum, but there are few teachers who dare to include it in real classrooms, this is a fact I could see in my practicum period, where the own fears of physical education (PE) teacher limited their use in the PE classroom.

This work starts from the idea to create a rhythmic expression proposal, where the main element is to learn the coreography of three different songs, all of them characterized by different brazilian rhythms moreover, a complexity factor is added into each song in advance to progress in the body language expression.

Finally, the data obtained from analyzing the teaching unit developed conclude that the inclusión of this content in the PE classroom in very suitable and has got a very interesting educational value.

Key Words: body expression, dance, rhythm, interpretation, Brazil.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. OBJETIVOS.....	7
2.1. OBJETIVO GENERAL	7
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	7
3. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA.....	7
3.1. COMPETENCIAS DEL GRADO.....	7
3.2. MOTIVACIÓN PERSONAL	8
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
4.1. EXPRESIÓN CORPORAL	10
4.2. EDUCACIÓN INTERCULTURAL COMO RESPUESTA AL AUMENTO DE LA INMIGRACIÓN	11
4.3. ETNOMUSICOLOGÍA	14
4.3.1. Folklore.....	15
4.4. BRASIL, ESE GRAN DESCONOCIDO	15
4.4.1. Instrumentos	16
4.4.2. Música.....	18
4.4.3. Canciones y danzas.....	18
4.4.4. Batucada	21
4.4.5. Capoeira	22
4.4.6. Percusión corporal.....	23
5. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA	25
5.1. UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA	25
5.1.1. Justificación.....	25
5.1.2. Objetivos.....	27
5.1.3. Contenidos.....	27
5.1.4. Metodología.....	27
5.1.5. Sesiones	30
5.1.6. Evaluación	35
5.1.7. Temporalización	38
5.1.8. Características del alumnado y del centro	40
6. ANÁLISIS DE LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA.....	41
6.1. METODOLOGÍA EMPLEADA	41

6.1.1.	Estructura de las sesiones	41
6.1.2.	Tiempo de las clases.....	43
6.1.3.	Paradas de reflexión-acción y feedback.....	44
6.1.4.	Adaptaciones de las coreografías	45
6.2.	EL ALUMNADO EN LA UD	46
6.2.1.	Aprendizajes conceptuales.....	46
6.2.2.	Aprendizajes procedimentales.....	47
6.2.3.	Aprendizajes actitudinales.....	47
6.2.4.	Participación y motivación	49
6.3.	LA UD DESDE EL PUNTO DE VISTA DOCENTE.....	50
6.4.	REFLEXIÓN DE LA PUESTA EN PRÁCTICA	51
7.	CONSIDERACIONES FINALES: REFLEXIONES, CONCLUSIONES, Y RECOMENDACIONES	53
7.1.	IDEAS A PARTIR DEL TRABAJO.....	53
7.2.	CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS	56
7.2.1.	Objetivos del trabajo	56
7.2.2.	Objetivos específicos de la UD.....	57
7.3.	RECOMENDACIONES FUTURAS.....	57
8.	BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS	60
9.	ANEXOS (en el DVD)	
	I. UD Percusión corporal	
	II. UD Batuka	
	III. Autoevaluación alumnado	
	IV. Cuaderno de campo	
	V. Evaluación del docente	
	VI. Vídeos de los bailes realizados en la UD	
	VII. Batucada realizada por niños	

INDICE DE FIGURAS

I.	Gráfico 1 (población extranjera en España) y gráfico 2 (extranjeros según nacionalidad).....	12
II.	Imagen de un violao.....	16
III.	Imagen de un tabaque.....	17
IV.	Imagen de un pandeiro.....	17
V.	Macumba.....	19
VI.	Imágenes de batucadas.....	21
VII.	Roda de capoeira donde dos adversarios luchas al ritmo del berimbau.....	22
VIII.	Imágenes de Míriam Batucada, gran exponente brasileño de la percusión corporal en su país natal.....	24
IX.	Imagen de 5ºA y 5ºB interpretando pasos de la canción “Chi ki cha”.....	52
X.	Imagen de 5ºA y 5ºB interpretando pasos de la canción “Bum bum”.....	52
XI.	Imagen de 5ºA y 5ºB interpretando pasos de la canción “Gata Brasileira”..	52

INDICE DE TABLAS

1.	Sesiones propuestas en la unidad didáctica.....	31
2.	Criterios a tener en cuenta para la evaluación.....	36
3.	Criterios de la autoevaluación del alumnado.....	37
4.	Criterios a tener en cuenta en la evaluación.....	38
5.	Horario de las clases de Educación Física de ambos cursos.....	39
6.	Días y clases de Educación Física de los alumnos de 5º.....	40
7.	Criterios de la evaluación del maestro-tutor sobre la unidad didáctica.....	50
8.	Horas totales de la unidad didáctica en cada una de las clases.....	51

1. INTRODUCCIÓN

Transmitir con el cuerpo es algo innato en el ser humano. Desde la el inicio de sus días ha sido una fuente de comunicación importantísima. Esto llega hasta nuestros días, donde la expresión corporal es un factor muy importante de la comunicación.

La expresión corporal se contempla dentro del marco legislativo-educativo de nuestro país, pero desgraciadamente es la gran olvidada. Hace pocos años, incluso dentro de la formación inicial de futuros maestros, se daba poca importancia, y esto se utiliza como excusa para que muchos docentes no la realicen en sus aulas. Afortunadamente, esto es algo que va cambiando y cada vez se es más consciente de su importancia, favoreciendo su desarrollo tanto en la formación inicial como en la formación permanente.

Del mismo modo, Siempre he creído en el poder de la música como factor educativo. Como comprobé el año pasado con mi anterior trabajo de investigación, las actividades rítmico musicales resultan ser muy motivadoras para el alumnado de infantil y especialmente en un caso concreto de alumno con posible TDAH (Cantó, 2012, pp. 46-47).

Para poder unificar todo esto y llevarlo a cabo dentro del área de Educación Física, decidí crear una propuesta de expresión corporal basada en ritmos brasileños. Con su puesta en práctica, pretendo que el alumno adquiera fluidez y dominio de la expresión de su propio cuerpo. Además, que trabajen de forma cooperativa para el aprendizaje de las coreografías que se plantean para que todos puedan lograr los objetivos previstos.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GENERAL

Trabajar y desarrollar la expresión corporal de los alumnos gracias al empleo de ritmos y canciones brasileñas.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Partiendo de las ideas generales, con este trabajo se pretende que el alumnado logre alcanzar estas finalidades:

- ❖ Trabajar diferentes ritmos brasileños.
- ❖ Conocer y aumentar las capacidades expresivas del propio cuerpo.
- ❖ Trabajar y desarrollar la memoria coreográfica.
- ❖ Analizar el potencial educativo de las propuestas expresivas para el desarrollo del trabajo en equipo.

3. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

La justificación de este trabajo se encuentra diferenciada en dos planos.

El primero de ellos alude a la justificación académica, analizando las competencias generales del Grado de Maestro en Educación Primaria que quedan reflejadas en este. Por otro lado, se expone una justificación de diversos conceptos relevantes del tema elegido y el motivo personal de su elección.

3.1. COMPETENCIAS DEL GRADO

Es necesario mencionar que, mediante este trabajo, se busca alcanzar las competencias generales y específicas que se encuentran en el título de Grado en Educación Primaria (Marbán, 2008):

- ❖ Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio –la Educación–.

Esta competencia está íntimamente ligada a todo lo que engloba ser maestro especialista en Educación Física. Saber aplicar los conocimientos de una forma profesional implica planificación y ejecución de unidades didácticas, y sobre todo ser capaz de justificar de manera coherente el porqué y para qué se ha realizado (de manera crítica y reflexiva).

- ❖ Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.

Esta competencia queda claramente reflejada en la estructuración del marco teórico y en el posterior desarrollo de todo el trabajo. Se han recopilado datos comparando diversas fuentes, y en función de la reflexión sobre ello se ha decidido trabajar la expresión corporal como conector de la interculturalidad en las clases de Educación Física.

- ❖ Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

En este trabajo queda reflejada esta idea al trabajar desde un campo como es la danza a partir de ritmos de otro país. Con esto se pretende cambiar los valores que en la sociedad suele tener asociados al baile por otros valores educativos donde se fomente la cooperación, el respeto y la integración gracias a la metodología empleada.

3.2. MOTIVACIÓN PERSONAL

La principal razón por la que he decidido escoger este tema es por la clara predisposición que tengo hacia el uso de actividades rítmico-musicales como alternativas metodológicas a las prácticas tradicionales en las clases de Educación Física.

Asímismo, durante mi etapa escolar, la gran mayoría de las sesiones en Educación Física se desarrollaban mediante una metodología tradicional, donde el profesor mostraba los contenidos y luego el alumnado se limitaba a desarrollarlos. Son clases donde prima la técnica y el aprendizaje del deporte antes que el desarrollo de las capacidades del alumno. Basándose en el triángulo pedagógico profesor-alumno-contenido, el alumno es un mero receptor y reproductor de contenido, mientras que el docente es la fuente de conocimiento.

Otro punto destacable de este enfoque tradicional es el fomento de la competitividad negativa en el alumnado; donde prima ganar antes que el bien común.

A la hora de evaluar este tipo de metodología, simplemente se evalúa la dimensión motriz (si se reproduce correctamente el gesto técnico) y se deja de lado la dimensión cognitiva y socio-afectiva.

Partiendo de esta experiencia, y contrastando todo esto con lo aprendido durante mis años de formación como futura docente, creo especialmente que:

- ❖ Existen otro tipo de actividades que se pueden trabajar (especialmente en el ámbito de la expresión corporal).
- ❖ La cooperación es una alternativa que nos sirve para fomentar el aprendizaje entre iguales.
- ❖ Hay otra forma de evaluar más comprensiva que engloba todas las dimensiones del niño, la cual hace al alumno más partícipe en su aprendizaje a través de actividades motivadoras.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Partiendo de las ideas expresadas en el apartado anterior, se pretende que en las clases de Educación Física, el alumnado realice trabajos expresivos. Al mismo tiempo, con la ayuda de este tipo de actividades, se trabaje la interculturalidad en el aula y conozcan lugares y culturas diferentes. En este caso, el país elegido es Brasil.

4.1. EXPRESIÓN CORPORAL

En los tiempos que corren, la Expresión Corporal tiene una popularidad cada vez más extendida dentro del contexto educativo (Learreta, Ruano y Sierra, 2005, p. 13; y Learreta, Ruano y Sierra, 2006, p.13). Se trata, sin embargo, de un contenido que normalmente se encuentra poco instaurado en las clases de Educación Física, ya sea por el escaso conocimiento y confianza en el tema que presentan los maestros o por la importancia que se da a las técnicas deportivas para trabajar en la asignatura.

Dentro del currículo de Educación Física, es una realidad palpable que el campo de la expresión corporal queda prácticamente relegado al olvido.

El principal motivo de esto es la falta de formación de los profesionales educativos (tanto inicial como permanente). Esta ausencia genera un bajo dominio sobre el tema, vergüenza a hacer el ridículo delante de los alumnos, la creencia de la pérdida de control de la clase o el bajo nivel de ayuda entre los compañeros especialistas en la materia son los emo-indicadores (actitud y conducta del profesor; lo que siente ante temas de Expresión Corporal) más relevantes que aparecen cuando los maestros se enfrentan a este tipo de actividades (Archilla, 2013, p. 136).

A todo esto, se debe añadir la gran ambigüedad existente en el currículum de Educación Física con respecto a este tema (Villard, 2012, pp.9-10 y Archilla, 2014, p.72).

La Expresión Corporal, la gran olvidada, es una parte que conforme los alumnos aumentan de cursos se deja de lado, haciéndose más hincapié en los aspectos más técnicos y deportivos.

Esta gran importancia representativa que se le otorga al cuerpo en la etapa de Educación Infantil se va dejando de lado progresivamente durante el paso por Educación Primaria. En esta segunda etapa, se buscan actividades donde los objetivos planteados, se comprueban de manera mucho más sencilla, de modo que sea posible una rápida calificación numérica.

Mediante esta práctica, se fomenta tanto el espíritu de cooperación, colaboración, pertenencia a un grupo, etc.; como también la desinhibición, la expresión y descubrir que existe otra manera de comunicarse empleando como medio su propio cuerpo.

Se toma este razonamiento como base del planteamiento del trabajo, y también la propia motivación para aplicar una metodología alternativa en las clases y cambiar así el pensamiento y la predisposición del docente.

Partiendo de todas estas premisas, he decidido llevar a la práctica este tema para comprobar la predisposición, la reacción y la opinión de los alumnos y del propio maestro ante la expresión corporal. Considero que debe tener un papel fundamental en el desarrollo integral de los alumnos al poder alcanzar las tres dimensiones que la conforman: dimensión expresiva, dimensión comunicativa y dimensión creativa (Learreta, Ruano y Sierra, 2005, pp.24).

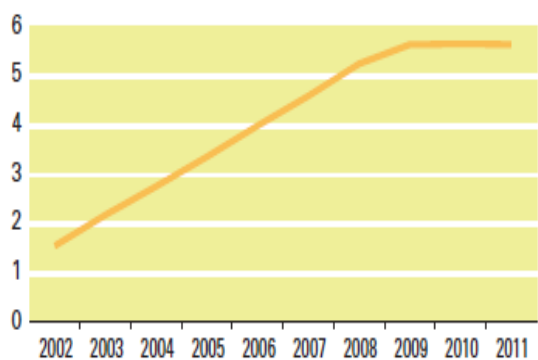
Para añadir otro sentido más profundo a la propuesta que se va a llevar a cabo, y trabajar con esto la interculturalidad, se va a realizar una UD con la que trabajar un lugar diferente y con un sinfín de posibilidades expresivas: capoeira, bailes, percusión corporal, etc. Estoy hablando, efectivamente, de Brasil.

4.2. EDUCACIÓN INTERCULTURAL COMO RESPUESTA AL AUMENTO DE LA INMIGRACIÓN

Es una realidad muy clara que, la sociedad actual de España tiene un gran mestizaje de culturas dentro de las aulas, dado por el flujo de inmigrantes que ha existido en el país durante los últimos tiempos. Es lo que se denomina: desarrollo demográfico presente en todo el planeta (Fredrilsson, 1996).

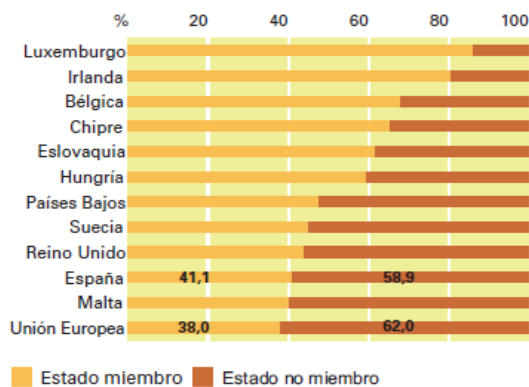
Población extranjera en España

Millones de personas



Fuente: Eurostat

Extranjeros según nacionalidad de Estado miembro o no. 2010 (%)



Fuente: Eurostat

Figura I: gráfico 1 (población extranjera en España) y gráfico 2 (extranjeros según nacionalidad) según Eurostat (2012). Tomado de INE (2012), p. 2-3.

Al convertirse esto en una realidad, Teuriñan (2005) habla sobre los derechos que *proclaman la cooperación positiva de los estados y la sociedad civil, más allá de las fronteras territoriales... La educación intercultural prepara para la convivencia pacífica, porque nos lleva al reconocimiento del otro y es un ejercicio de educación en valores* (p.1). Esto significa que las aulas se podrían beneficiar de este intercambio cultural que se ha visto incrementado significativamente durante los últimos años.

Es una manera de hacer entender al alumnado que hay otras culturas diferentes a la conocida, y que se deben abordar tanto teórica, como comprensivamente. Ante esta situación, nace la educación intercultural (diversidad en las aulas).

Como futura docente, creo necesario tener esto muy presente en el aula, por lo que para enseñar esto, hay que, como dice Poblete (2006):

...luchar ante la negación de la diversidad social y cultural de los alumnos... La escuela se organiza bajo los patrones que rigen y son comunes a quienes se adscriben a los dominios de la sociedad o grupos mayoritarios, configurando un cuadro de exclusión y desigualdad que se traduce en bajos rendimientos académicos, falta de motivación, problemas de integración y, los que es más grave aún, discriminación hacia los alumnos culturalmente diferentes (pp. 467).

Desgraciadamente, vivimos en una sociedad muy cerrada, donde los inmigrantes se ven con malos ojos por motivos de estereotipos culturales¹ (pese a que España fue, en su día, país de emigrantes).

Ante esta situación es, en primera estancia, función del docente asimilar esto desde una perspectiva de inclusión social y del contexto educativo de las personas culturalmente diferentes; prepararse; y posteriormente, lograr aplicarlo al aula de manera exitosa.

Además los docentes necesitan, según Cabrera y Gallardo (2008) *prácticas centradas en conceptos como la ciudadanía crítica, la educación para la paz y los derechos humanos y la educación para grupos étnicos y culturales* (p. 5). Y deben utilizar como base los siguientes objetivos marcados:

- ❖ *Aprender que existen otras formas de vida además de la propia.*
- ❖ *Comprender que otras formas de vida tienen derecho a ser toleradas.*
- ❖ *Comprender que cada forma de vida es el resultado de un desarrollo histórico de varios siglos.*
- ❖ *Aprender que se debe intentar comprender las causas de cada forma de vida desde su desarrollo histórico y su base religiosa y cultura.*
- ❖ *Reconocer que informaciones sobre individuos que viven en distinta forma, comprendiéndolos y relacionándose con ellos, significará un enriquecimiento de las propias experiencias.*
- ❖ *Entender que la meta de este esfuerzo personal no debe ser la asimilación de la forma de vida diferente por la forma de vida del grupo mayoritario.*
- ❖ *Comprender con qué dificultades económicas, políticas y psicológicas tienen que enfrentarse tales grupos marginados.*
- ❖ *Comprender que también forma parte de la tolerancia, garantizar la posibilidad de sobrevivir según sus propias necesidades.*

¹ Según RAE: Imagen estructurada y aceptada por la mayoría de personas como representación de un colectivo de personas. Es un representación que se hace de su cultura (costumbres).

- ❖ *Aprender que en caso de deseo de integración, la sociedad “establecida” y cada uno de los ciudadanos debe prestar apoyo, consideración y ayuda (Ibid, pp. 18-19).*

Con este planteamiento se busca educar a los niños y que esto pueda contribuir poco a poco, a cambiar a sus padres. De este modo, la sociedad puede avanzar hacia la tolerancia.

4.3. ETNOMUSICOLOGÍA

La etnomusicología es una alternativa dentro de las respuestas educativas interculturales, que trata de proporcionar conocimientos en torno a las diversas manifestaciones musicales del ser humano y a sus contextos socioculturales (Martín, 2020, p.85). Es decir, toma como base de estudio de una cultura sus ritmos, sus canciones, sus bailes y sus instrumentos (manifestaciones musicales) para darla a conocer.

Desde esta idea, me planteo trabajar la interculturalidad de manera inclusiva gracias a las músicas del mundo. Pienso que iniciar al alumno en este tema es algo fundamental por el mestizaje que existe en las aulas, y nada más motivador que la música para hacerlo. Así, se ayuda al alumnado a responder a esa gran cantidad de estímulos acústicos que brinda la sociedad actual (Vilar, 1997, p. 101).

Existen diversos motivos que justifican la realización de este trabajo:

- ❖ La música es una buena herramienta para integrar a los alumnos extranjeros o de otras étnicas al grupo clase.
- ❖ La legislación presta atención a las realidades interculturales y a la identidad. Esto se lleva al aula a través de música, danzas y juegos del mundo. Contempla el estudio de las músicas tradicionales tanto españolas como de otros lugares.

Tristemente, esto solo se queda en los papeles, y no se logra una integración de los alumnos. Esto se debe especialmente a la falta de interés del profesorado, o la ignorancia y la asimilación de forma inconsciente de estereotipos (habitualmente, se trata de piezas musicales sencillas, repetitivas y cortas).

- ❖ La sociedad española cada vez es más multicultural, por lo que es indispensable dar a conocer los rasgos de otras culturas. De este modo se evitan aislamientos y se promueve la integración. (Martín, 2010, pp. 86-87 y Asensio, 1999, p. 135).

4.3.1. Folklore

Dentro del conocimiento etnomusicológico, el folklore es el principal factor educativo que se emplea dentro de las aulas a la hora de mostrar y enseñar el patrimonio cultural y musical de cualquier lugar del mundo.

Kodály (citado en Martín, 2010, p. 86), pedagogo musical, recomienda la utilización de canciones tradicionales para afianzar el aprendizaje musical, ya que al conocer el repertorio, los estudiantes pueden asociarlo más fácilmente con otros modelos similares. Por ejemplo: si las canciones tradicionales españolas tienen una base fija y son cortas (cántigas de Santa María de Alfonso X) será más fácil compararla con la música tradicional de otro lugar (Shay-Shay de Sudáfrica).

Las raíces de cada individuo son un factor de identidad, no algo peyorativo que hace sentirse inferior a quien las posee. Por desgracia, los alumnos que las poseen en algunos casos prefieren dejarlas a un lado y no mostrarlas para que de este modo, los compañeros de clases les acepten e integren en su círculo social.

Esto es algo que en los centros educativos se observa muy bien: los alumnos inmigrantes dejan y/o esconden su cultura y aceptan en su totalidad la española para sentirse aceptados. Es labor de los padres ayudar a que esta identidad perdure y no la pierdan; ya que al liberarse de esta, presenta un modelo intercultural de asimilación con la cultura de acogida (Muñoz, sin datar, p.4). Desde los centros educativos, se pretende que esto aporte pluralidad a las aulas (Rasskin, 2012, p. 51).

4.4. BRASIL, ESE GRAN DESCONOCIDO

Son ya muchos años en los que me siento atraída por llevar al aula ritmos y danzas del mundo. De entre todos los lugares que existen, mi mayor debilidad es Suramérica, y en especial, Brasil.

Brasil constituye la tercera parte del continente americano, que ofrece una enorme oportunidad de conocer y aprender nuevas opciones musicales. Lugar de fácil

reconocimiento por sus playas paradisíacas, famoso por sus magníficas carnavales (especialmente los de Rio de Janeiro), y sobre todo, por el contagioso ritmo a base de percusión.

A nivel de aula, una gran parte del alumnado de procedencia extranjera procede de países suramericanos. De estos, uno de los lugares más grandes es Brasil. Otro aporte es que actualmente, hay cada vez más una incipiente influencia de la cultura de este país dentro de la sociedad española.

Todo esto se muestra cada vez más gracias a los medios de comunicación, y como menciona Nunes (2005) en su trabajo, es de especial interés el factor televisivo. Claros ejemplos es la importancia que cobrará en los próximos años gracias a eventos tan importantes como el Mundial de Fútbol y los Juegos Olímpicos.

A continuación se van a exponer los principales factores culturales por los que se conoce a este imponente país.

4.4.1. Instrumentos

Brasil es un gran exponente de instrumentos musicales. A continuación se nombran algunos de ellos.

4.4.1.1. Cordófonos

Algunos ejemplos son:

- Violao o viola. Es una especie de vihuela o guitarra.
- Cavaquinho. Como un mandolino o guitarra pequeña de cuatro cuerdas de origen portugués.
- Rabeca. Similar a un violín.



Figura II: imagen de un violao.

4.4.1.2. Aerófonos

Pocos son los que se emplean, dada la gran importancia de de los instrumentos de percusión en todo. A modo de excepción, son el empleo de algunas flautas.

4.4.1.3. Idiófonos

Destacan:

- Castabeles.
- Chocalho. Una especie de maraca.
- Reco-reco. Un raspador de goma de bambú.
- Agogó. Campana doble considerada el instrumento más antiguo de la samba.
- Rocar. Especie de sonajero de sonido alto que aporta brillo musical.
- Marimbas.

4.4.1.4. Membranófonos

Son considerados el alma del ritmo. Crean diversos matices rítmicos con el sonido llamados “baterías”.

- Surdo. Es la base de todo el ritmo, y el que parca el tempo. Se trata de un gran tambor cilíndrico de metal o madera de sonido grave.
- Repenique. Tambor menor que el surdo. Aporta sonidos más graves a la melodía. Adquiere protagonismo al marcar los cortes.
- Tamborim. Tambor pequeño y plano que suaviza con su sonido agudo el surdo y el repenique.
- Atabaque. Es un tipo de tambor alto
- Tambú. También conocido por tambor bajo.
- Pandeiros y pandereta.



Figura III y IV: imagen de un Tabaque y un Pandeiro.

4.4.2. Música

La música brasileña es el resultado de la fusión de varios elementos que provienen principalmente de tres fuentes:

- ❖ Indígena. Como se ha comentado previamente, la música de los aborígenes era una música sencilla.
- ❖ Africana. La innata predisposición de la cultura africana por el sentido del ritmo y por la improvisación, otorgan a la música brasileña de carácter y musicalidad.
- ❖ Europea. Al tratarse de una zona de colonos portugueses, la cultura y el folklore del lugar fueron fundamentales para unir todo lo anterior.

Como se ha explicado, conviven múltiples estilos autóctonos del lugar como los nacidos gracias al mestizaje posterior a Cristóbal Colón (merengue, bachata, salsa, cumbia, rock latino, samba, tango, bossa nova, habanera, rumba, etc.).

Se encuentran claramente diferenciados varios elementos que suelen tener todos estos estilos musicales:

- ❖ El uso del idioma portugués, y en menor medida de español (al igual que el resto de Suramérica).
- ❖ El ritmo sincopado² es de herencia de los esclavos africanos al lugar. Se trata de un ritmo ágil.
- ❖ Importancia y supremacía de elementos de percusión, de origen africano.
- ❖ Estilo de llamada respuesta, también extraído de la música africana.
- ❖ Canto generalmente unísono, pero se compensa con la extraordinaria riqueza rítmica de los cantos y de los bailes que incitan al baile.

4.4.3. Canciones y danzas

Brasil es un gran exponente en lo referente a tipos de música y danzas. De entre sus principales tipos se encuentran:

- ❖ Procedencia indígena.
 - Danzas/bailes.
 - Caterete.

² Según WordReference: nota que se halla entre dos o más de menos valor, pero que juntas valen tanto como ella.

- Caboclinhos.
- ❖ Procedencia europea
 - Canción.
 - Moda y Modinha. Ambas son canciones de carácter amoroso.
 - Danzas/bailes.
 - Fandango.
 - Chengancas.
 - Bailes Pastoriles.
 - Géneros musicales.
 - Coco.
 - Cantigas.
 - Embolada. Canción donde está un solista y un coro. Es considerada la expresión folklórica más original brasileña.
 - Desafío. Se trata de un reto musical entre dos personas.
- ❖ Procedencia africana.
 - Danzas/bailes.
 - Batuque.
 - Lundú primitivo.
 - Conga.
 - Maxixe. Baile muy similar al tango argentino.
 - Samba.

Como se ha comprobado, la influencia de la música africana es innegable, siendo también el origen también el origen de rituales afro-brasileños: **Macumba, Candomble y Congadas.**



Figura V: macumba.

4.4.3.1. Samba

Música danzada de origen completamente brasileño, considerado baile nacional del lugar. Estilo musical binario con gran vivacidad donde predomina la síncopa, que se baila durante las fiestas, destacando en especial los Carnavales.

Nace de las manos de los esclavos africanos, especialmente en Bahía; lugar donde existía la mayor descendencia africana. Poco a poco se extendió hacia Río de Janeiro, lugar donde este baile se perfeccionó y se delimitó como género musical. La primera pieza grabada de samba se considera “Pelo Telefone” de Donga y Mauro Almeida (1917); aunque la más representativa es “Aquarela do Brasil” de Gal Costa (1939).

En los años 30 nace la escuela de samba, bajo la batuta de Ismael Silva. Su fin era el de transformar el sonido inicial para que se acoplase mejor al desfile de Carnaval.

Con el paso de los años, se ha ido innovando y reinventándose para adaptarse a los tiempos que corren, naciendo entre la clase baja de Río de Janeiro el estilo pagode (un subgénero de la samba). Añade el bajo pequeño (similar al cavaquinho), el tantan (un surdo con carácter más dinámico) o el repique mão. En la actualidad, se distinguen diferentes ritmos de samba:

- ❖ Neopagode. Procede de la ciudad natal de la samba (Bahía). Las letras hacen que las tonalidades de la voz sean suaves.
- ❖ Samba-enredo. Representativa de las escuelas de baile, donde el vocalista masculino se encuentra acompañado por el cavaquinho y una bazucada (una gran batería).
- ❖ Samba-Reggae, Samba de Roda (Bahía) y el Jongo (Río de Janeiro). Diferentes estilos musicales que fusionan el funk, el jazz o el hip hop entre otros.

En lo referente al baile, para conseguir la peculiaridad característica de la samba, el bailarín debe jugar con la mujer y mostrarse exuberante en los pasos de baile.

El detalle más importante para lograr realizar samba es, sin duda, realizar grandes movimientos con la pelvis. Este meneo de cintura tan característico es difícil de lograr; y sin realizarlo, la Samba pierde todo su componente provocador y sensual.

Para crear un ambiente tan sensual como incita la propia samba, las vestimentas son igual de sensuales y exuberantes adornadas con piedras, plumas y lentejuelas.

La samba tiene un ritmo específico, por lo que los instrumentos son muy importantes. Los más característicos son el tamborim, el chocalho, el reco-reco y la cabaca.

4.4.3.2. Bossa nova

Alternativa musical creada por los europeos que inmigraron al lugar en el S. XX.

Con el paso del tiempo, adquirió una gran popularidad, expandiéndose gracias a João Gilberto y Antônio Carlos Jobim a Norteamérica.

4.4.4. Batucada

Manifestación musical de instrumentos de percusión que tiene como característica principal acentuar el segundo tiempo de los compases.

De origen africano, otorga gran importancia al uso de los tambores. Actualmente, tiene su máximo florecimiento y su mayor difusión gracias al país brasileño, donde se use el sonido de más de 3000 miembros a los bailarines que acompañan.

Esta práctica se está extendiendo con gran rapidez por el mundo, y es algo que en las aulas se puede enseñar desde pequeños. Un ejemplo claro de esto es el taller en horas extraescolares que se imparte en periodo escolar en diversos centros educativos de Segovia, bajo la dirección del percusionista brasileño afincado en la ciudad, Ronny Vasques³.



Figura VI: Imágenes de batucadas.

³ En el anexo VII se encuentra una muestra de esta batucada realizada por niños en Segovia.

4.4.5. Capoeira

Lucha coreográfica con alta dosis de dinamismo que se realiza entre dos personas enfrentadas. Se trata de una asociación de movimientos rituales que están ejecutados al ritmo de la música que les acompaña.

El origen de su nombre procede de la palabra portuguesa “caponera”, la cual significa gallos de pelea. También se la conoce como danza de los esclavos, danza de la liberación o de los delincuentes.

Los oponentes se mueven al ritmo de berimbau, instrumento musical de aspecto rústico similar a un arpa. Siguiendo su ritmo, se realizan intenciones de atacar, defender y esquivar en la “roda” (círculo formado por capoeiristas). Con esto, cada uno de los contrincantes exhibe sus habilidades y su fuerza al adversario.

Se realizan “intenciones” porque en realidad, se trata de un tipo de lucha encubierta (es un arte marcial).

La coreografía que se realiza se llama gingado. Pese a tener movimientos básicos, se trata de algo complicado de realizar, ya que la imaginación y la creación son algo necesario. Al mismo tiempo, se fomenta el respeto; tanto por la tradición del ritual y la conservación de la tradición, como por el contrincante.



Figura VII: roda de capoeira donde dos adversarios luchan al ritmo del berimbau.

Actualmente, la capoeira es considerada deporte nacional en Brasil, y uno de los deportes que más se practica (solo superada por el fútbol), además de ser considerada una actividad folklórica del lugar.

En España la práctica de este deporte se va poco a poco implantando en el país y cada vez más adeptos lo practican.

Por otra parte, su posible aplicación práctica en los centros educativos es una opción muy atractiva. Al tratarse de un deporte en auge, el docente puede realizar una UD donde el nivel de conocimiento de la materia será prácticamente idéntico en todos los alumnos. También es necesario un cierto dominio para su realización.

Esta práctica se adentra cada vez más en los colegios, y aumenta el número de docentes que observa sus beneficios en el contexto educativo: Rodríguez y Salas (2010), Barcala y otro (sin datar) o Santos y Fernández-Río (2009).

4.4.6. Percusión corporal

Conocido también por body music o body percussion. En el blog de la Universidad de Alicante, Huete (2008) la define como:

...es la producción de sonidos con “golpeos sobre el cuerpo propio, ajeno y otros elementos” usando movimientos corporales como aplaudir, usar la boca utilizando sonidos y/o guturales, silbar, chasquear los dedos, brazos, manos; aprovechando los muslos, el pecho, utilizando los pies, los dedos y otras partes de nuestro cuerpo. A veces, también podemos hacer uso de los materiales a nuestro alrededor, como pueden ser sillas, palos, conos, papeles.

En resumidas cuentas, se trata de utilizar las diferentes partes del cuerpo para crear elementos rítmicos. Para ello, es necesaria la creatividad y muy importante, la destreza de los movimientos que se emplean.

Su origen se remonta a la prehistoria. Antes del lenguaje hablado, los hombres empleaban la danza como recurso en sí mismo. Los rituales que empleaban se acompañaban por sonidos y ritmos a base de patadas en el suelo y/o golpes en el pecho o simples palmadas. Viendo esto, se entiende que la música y el baile tienen un origen común: el propio cuerpo (musicando, 2012).

Otro de los motivos importante que apoyan la percusión corporal es la importancia del ritmo (innato) que las personas llevan en su interior (Martín y Zagalaz, 2006, p. 13).



Figura VIII: imágenes de Míriam Batucada, gran exponente brasileño de la percusión corporal en su país natal.

Para que este apartado tenga un peso mayor, y se trabaje de forma transversal Brasil desde distintas áreas, en anexos se añade una unidad didáctica sobre este tema en el aula de música. Esta intervención no logró finalizarse, ya que la maestra que estaba en ese momento era interina; pero los resultados que se podían ver eran bastante alentadores.

Para saber más de esta unidad didáctica se encuentra completamente detallada, justificada y programada en el anexo I (el análisis de las sesiones que se han llevado a cabo y un narrado de las mismas, pp. 25-30).

5. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

5.1. UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA

Se va a realizar una puesta en práctica y un posterior análisis de su aplicación, valorando los resultados, fundamentándola en una unidad didáctica⁴, “Un país que incita al baile... a través de la Batuka”, basada en la metodología principalmente directiva.

Pero además, después de mostrar los pasos de las coreografías, se deja un tiempo de libertad para que los propios alumnos se ayuden entre ellos para aprender los pasos y sincronizarlo con la música. Con esta pequeña aportación, se pretende incluir una metodología activa, participativa y comunicativa (en momentos determinados).

En este apartado se va a hacer una síntesis de la UD, donde se expondrán los aspectos más importantes de la misma: justificación, objetivos, contenidos, metodología, ejemplo de sesión y evaluación.

5.1.1. Justificación

Con esta intervención didáctica que se va a llevar a cabo en el aula, se pretende comprobar si a través de la Educación Física se puede trabajar al mismo tiempo la expresión corporal y la interculturalidad gracias a la comprensión y el conocimiento del país que se trabaja. Para ello, se va a llevar a cabo una UD de Batuka con ritmos brasileños que deben interpretar y aprender gracias a las interacciones entre iguales.

Se ha elegido esta línea de intervención siguiendo varios criterios:

- ❖ Es una actividad poco practicada en las clases de Educación Física, por lo que la base en este tipo de actividades se podría decir que es equitativa en todos los alumnos por la baja experiencia en esta materia.
- ❖ Se puede trabajar la desinhibición para realizar un trabajo expresivo mayor gracias a los feedback motivadores.
- ❖ Aunque se tome como punto de partida una metodología directiva, se pretende dejar tiempo para que los propios alumnos se ayuden entre ellos, creando así una metodología alternativa (a la tradicional) que sea

⁴

A partir de ahora, UD.

activa, participativa y comunicativa en determinados puntos de las sesiones.

- ❖ Nueva visión de las actividades expresivas y el gusto por practicarlas fuera del horario escolar. De este modo se fomenta el gusto por la actividad física y su práctica regular gracias a una iniciativa personal del alumno.
- ❖ Las coreografías se pueden adaptar al momento a las necesidades de exigencia de la clase, pudiendo bajar el nivel y aumentarlo progresivamente.
- ❖ Introducir particularidades brasileñas para que las asimilen y conozcan Brasil.
- ❖ Eliminar el factor sexual que se tiende a dar a las actividades musicales al considerarlas femeninas. Eliminar esta mentalidad latente que la sociedad inculca a los alumnos y cambiarla por una neutra, donde todos realizan ese tipo de actividades (por gusto y de manera motivada) independientemente del sexo.

Muchos docentes dejan de lado este tipo de actividades argumentando que es algo que no motiva a los alumnos, que se pierde el control de la clase o que no tiene suficiente tiempo motriz, considerando además que son un tipo de actividades femeninas.

Ante esto, se pretende trabajar la expresión de todos los alumnos de forma lúdica, con ayuda entre iguales, asimilando la importancia del calentamiento y la relajación e introduciendo un factor intercultural a las sesiones para que aprendan aspectos del país brasileño. Uno de los aspectos más destacables es, como he citado anteriormente, la colaboración entre los propios alumnos para ayudarse a asimilar los pasos de las coreografías gracias a la reorganización del grupo clase en pequeños grupos de trabajo después de mostrar la coreografía. Con todo esto, el resultado de las coreografías será algo muy enriquecedor para los alumnos, desarrollándose tanto física como intelectual y emocionalmente.

Por otro lado, los alumnos y alumnas tienen el derecho de conocer otras actividades (especialmente deportivas) que no sean habituales. De esta manera, además, se pretende crear un espíritu crítico acerca de la difusión de las actividades expresivas en su entorno.

En definitiva, con este trabajo se pretende plantear una iniciación a las actividades expresivas a través de la Batuka, trabajando a su vez el factor intercultural que llevan implicadas las mismas.

5.1.2. Objetivos

Con esta UD, se pretende que el alumnado sea capaz de:

- ❖ Participar en danzas y bailes brasileños.
- ❖ Conocer diferentes ritmos y pasos de baile.
- ❖ Aprender de memoria una coreografía sencilla.
- ❖ Seguir un baile a partir del ritmo de una canción.
- ❖ Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación entre el alumnado.
- ❖ Desarrollar la expresión corporal de forma lúdica y divertida.
- ❖ Lograr una actitud corporal acorde con la temática del lugar.

5.1.3. Contenidos

Teniendo presentes los contenidos del currículum que difieren directamente en la naturaleza de la propuesta, se extraen los siguientes:

- ❖ Bailes del mundo.
- ❖ Brasil.
- ❖ Coordinación.
- ❖ Ritmo.
- ❖ Expresión corporal.
- ❖ Cooperación.
- ❖ Memorización.

5.1.4. Metodología

El planteamiento metodológico que se va a utilizar en esta UD sobre Batuka, se trata principalmente de una metodología directiva; aunque se pretende que el alumnado logre realizar una metodología activa, participativa y comunicativa (en momentos determinados); encaminada a lograr las competencias previamente expuestas.

Se parte de un enfoque basado en la empatía, habilidades de comunicación no verbal (expresión corporal), autonomía y trabajo en equipo que logren producir aprendizajes más significativos gracias a que se tiene en cuenta el proceso y no solo el

resultado final. Con esto, se pretende también que el alumnado conozca un poco más la cultura brasileña mediante el empleo de diferentes ritmos y pasos de baile.

Empleando esta metodología, se busca la participación y no el rendimiento, como apunta Tinning (1996). Con el discurso de participación que propone, se pretende aumentar la participación en la cultura del movimiento gracias a la igualdad, a la inclusión, disfrute, cooperación, movimiento, etc. (p. 3). Gracias a esto, se pretende lograr que todos los alumnos mejoren teniendo en cuenta que son individuos únicos y cada uno tiene sus propias características partiendo de las experiencias vividas.

Para tratar de sacar el máximo al proceso de enseñanza-aprendizaje posible el alumnado será guiado de forma motivadora durante toda el desarrollo de la UD. Esto se realizará a través de la experiencia, por lo que se debe tener muy presente el principio de individualización y el de globalización. Se tendrán en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje que hay en el aula, el aprendizaje cooperativo que nazca de ellos y la propia autonomía para aprender pasos y asimilar coreografías.

Todo esto queda expuesto en los contenidos, en las competencias básicas, las técnicas de trabajo y el estilo de enseñanza que se exponen a lo largo del trabajo.

Este tipo de actividades de expresión corporal como son el baile y la danza se emplean poco en las clases de Educación Primaria, por lo que hay que partir de la base de que no hay un método de trabajo perfecto y único que garantice el éxito de su aplicación. Partiendo de esto, se tienen en cuenta unas premisas para su puesta en práctica, siendo la más importante la construcción de conexiones con aprendizajes asimilados y con las nuevas aportaciones.

Se trata de una propuesta que trabaja la interculturalidad (conocimiento y respeto de otras culturas del planeta), por lo que se da una gran importancia al trabajo en equipo y a la cooperación a la hora de aprender los pasos y a memorizar las coreografías.

En un primer momento, los bailes serán presentados por un docente, pero luego se agruparán en pequeños grupos para que sean ellos mismos los que se enseñen los pasos y perfeccionen la técnica. Serán los propios alumnos los que enseñen, aprendan o motiven al desempeñar distintos roles. Aquí, serán ellos mismos conscientes de las posibilidades y limitaciones que su cuerpo ofrece.

Mientras esto ocurre, el docente debe observar y realizar las correcciones y las indicaciones que sean oportunas para que los alumnos logren aprender de sus errores.

La técnica de enseñanza que se va a realizar será la instrucción directa para proporcionar los pasos necesarios en las coreografías. En menor medida aparece la técnica de enseñanza por indagación, en la que los propios alumnos intentan perfeccionar entre todos el paso de baile que se muestra previamente. Se hace especial hincapié en la realización de paradas de ciclo de reflexión-acción para que el aprendizaje sea lo más significativo posible.

En la mayoría del tiempo, las sesiones serán directivas, aunque a su vez se dejará espacio para que, de manera autónoma y cooperativa entre compañeros, aprendan los pasos teniendo en cuenta su nivel y su auto exigencia con la materia.

Con todo este planteamiento, además del trabajo cooperativo, se potencia una implicación cognoscitiva directa del alumno hacia su aprendizaje. Ellos mismo son conscientes de dónde fallan y de qué manera superarlo.

Con respecto a la estructura de la sesión, se puede decir que está dirigida al aprendizaje, ya que lo que se busca es la comprensión y el aprendizaje de coreografías concretas. Por lo tanto, su estructura se encuentra dividida en tres partes:

1. **ENCUENTRO**. Este momento engloba la presentación de la actividad, el recuerdo de las normas y lo visto en la sesión anterior (en caso de precisar).
2. **ACTIVIDAD MOTRIZ**. Se trata del grosso de la sesión, donde el alumnado realiza las actividades.

Se inicia con un calentamiento, el aprendizaje de la coreografía oportuna y la canción final para relajar los músculos y volver al estado de calma inicial. Durante este momento, se desarrollarán paradas de ciclos de reflexión-acción para lograr una mejor comprensión y desarrollo de la actividad. Al mismo tiempo, se potencia un continuo feedback entre el profesor y el alumno.

3. **ASAMBLEA FINAL.** En esta última parte, se pondrán en común los aspectos trabajados durante la fase anterior y se reflexionará sobre ellos (lo positivo y aspectos a mejorar).

5.1.5. Sesiones

Las sesiones se plantean para que los alumnos logren:

- ❖ Trabajar la memoria para aprenderse coreografías sencillas.
- ❖ Ser capaces de adquirir destreza motriz y soltura en los movimientos.
- ❖ Expresar las sensaciones que transmite la canción mediante el cuerpo.

Por estos motivos, las sesiones tendrán el componente de expresión corporal tan necesario para transmitir sensaciones a través del baile.

Teniendo en cuenta todo lo expuesto hasta ahora, y la finalidad del trabajo, la unidad didáctica se estructura en un total de 4 sesiones que se detallan a continuación:

Tabla 1: sesiones propuestas en la unidad didáctica. Elaboración propia.

UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA

SESIÓN 1

- **ENCUENTRO**
 - Todos reunidos en el aula habitual de los alumnos, se les introducirá en el tema de Brasil y se comentará la UD.
 - Se mostrará a la clase los dos primeros vídeos de las coreografías que deben aprender.

- **ACTIVIDAD MOTRIZ**
 - Calentamiento con ayuda de una canción de samba brasileña (“Mas que nada” de Sérgio Mendez).
 - Enseñar los pasos de la primera coreografía (“Chi ki chi”).
 - Primero la maestra algunos pasos.
 - Luego en grupos más pequeños, se repetirán. Esto sirve para que se ayuden entre los mismos alumnos y se favorezca la cooperación y la relación entre iguales.
 - Mostrar la coreografía de manera común.
 - Visualizar la segunda coreografía para observar los pasos (“Bum bum”).
 - Estiramientos y relajación (“Fio maravilha” de Jorge Ben).

- **ASAMBLEA FINAL**
 - Todos en círculo se comentarán aspectos de la sesión.
 - Lo positivo de la sesión.
 - Aspectos a mejorar.
 - Actitudes que han ocurrido durante el transcurso de la sesión.
 - Trasladarse al baño y asearse.
 - Volver al aula.

UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA

SESIÓN 2

- ENCUENTRO
 - Traslado al gimnasio.
 - Se recuerda lo trabajado en la sesión anterior.

- ACTIVIDAD MOTRIZ
 - Calentamiento con ayuda de una canción de samba brasileña (“Mas que nada” de Sérgio Mendez).
 - Ensayar entre todos la primera coreografía (“Chi ki chi”).
 - Enseñar los pasos de la segunda coreografía (“Bum bum”).
 - Primero la maestra algunos pasos.
 - Luego en grupos más pequeños, se repetirán. Esto sirve para que se ayuden entre los mismos alumnos y se favorezca la cooperación y la relación entre iguales.
 - Mostrar la coreografía de manera común.
 - Repasar ambas canciones entre todos.
 - Estiramientos y relajación (“Fio maravilha” de Jorge Ben).

- ASAMBLEA FINAL
 - Todos en círculo se comentarán aspectos de la sesión.
 - Lo positivo de la sesión.
 - Aspectos a mejorar.
 - Actitudes que han ocurrido durante el transcurso de la sesión.
 - Trasladarse al baño y asearse.
 - Volver al aula.

UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA

SESIÓN 3

- ENCUENTRO
 - Traslado al gimnasio.
 - Se recuerda lo trabajado en la sesión anterior.

- ACTIVIDAD MOTRIZ
 - Calentamiento con ayuda de una canción de samba brasileña (“Mas que nada” de Sérgio Mendez).
 - Ensayar entre todos la primera coreografía (“Chi ki chi”).
 - Ensayar entre todo la segunda coreografía (“Bum bum”).
 - Mostrar la coreografía final (“Gata brasileira”).
 - Primero la maestra algunos pasos.
 - Luego en grupos más pequeños, se repetirán. Esto sirve para que se ayuden entre los mismos alumnos y se favorezca la cooperación y la relación entre iguales.
 - Mostrar la coreografía de manera común.
 - Repasar todas las canciones que han aprendido.
 - Estiramientos y relajación (“Fio maravilha” de Jorge Ben).

- ASAMBLEA FINAL
 - Todos en círculo se comentarán aspectos de la sesión.
 - Lo positivo de la sesión.
 - Aspectos a mejorar.
 - Actitudes que han ocurrido durante el transcurso de la sesión.
 - Trasladarse al baño y asearse.
 - Volver al aula.

UN PAÍS QUE INCITA AL BAILE... A TRAVÉS DE LA BATUKA

SESIÓN 4

- ENCUENTRO
 - Traslado al gimnasio.
 - Se recuerda lo trabajado a lo largo de las sesiones anteriores.

- ACTIVIDAD MOTRIZ
 - Calentamiento con ayuda de una canción de samba brasileña (“Mas que nada” de Sérgio Mendez).
 - Ensayar la coreografía final (“Gata Brasileira”).
 - Filmar el resultado final de las tres coreografías.
 - Estiramientos y relajación (“Fio maravilha” de Jorge Ben).

- ASAMBLEA FINAL
 - Realizar hoja de evaluación para comprobar los aprendizajes adquiridos.
 - Todos en círculo se comentarán aspectos de la sesión y de la UD.
 - Lo positivo de la sesión.
 - Aspectos a mejorar.
 - Actitudes que han ocurrido durante el transcurso de la sesión.
 - Traslarse al baño y asearse.
 - Volver al aula.

La dificultad de las coreografías se va incrementando en cada una de ellas. También se realizan pasos comunes entre ellas para que los alumnos las asimilen más fácilmente.

Después de haber finalizado la UD, se concretará con el alumnado un día donde se emplearán algunos minutos para visualizar su resultado final obtenido. De este modo, todos podrán ver las coreografías realizada, exponer sus impresiones y valorar lo trabajado durante la UD.

5.1.6. Evaluación

La evaluación será continua, global y formativa:

- ❖ **Continua.** Porque se observa, a través de la evaluación, la progresión y la evolución que lleva el alumnado mientras se trata el tema; pues se realizará al comienzo de la UD, durante la realización y al finalizarla.
- ❖ **Global.** Porque todos tienen que adquirir unos conocimientos mínimos, pero al mismo tiempo hay que tener en cuenta la evaluación individual de cada uno de ellos porque los ritmos de aprendizaje de los niños son distintos.
- ❖ **Formativa.** Porque se pretende mejorar el tema que se está realizando.

Para valorar todo lo aprendido y las aptitudes del alumnado, se van a llevar a cabo tres tipos de evaluación.

La evaluación inicial, se realizará al inicio en la primera sesión. El objetivo que con ella se pretende es conocer el desarrollo y el nivel de competencia de cada alumno con el tema (toma de contacto y nivel inicial del que se parte).

Para esta primera toma de contacto, la técnica empleada será la observación directa y las anotaciones que se registrarán en un cuaderno de campo (instrumento).

Se llevará a cabo durante toda la UD una evaluación continua.

Resulta clave para observar las evoluciones del alumnado, y requiere de un registro diario (cuaderno de campo) sobre los aspectos destacables y la actuación de los propios alumnos.

Por último, la evaluación final permite comprobar si se han alcanzado los objetivos previstos, realizar una crítica constructiva de la UD (sus actividades y la metodología). Se realizará a través de una tabla, que deberán ser rellenadas con los datos de todas las sesiones realizadas. Las actividades de la última sesión están configuradas como un instrumento para la evaluación final, el cual se verá apoyado por una grabación de vídeo. Este análisis crítico que surge a raíz de esto, sirve para introducir mejoras en futuros cursos.

Del mismo modo, las actividades que aquí se exponen, permiten que, por su naturaleza, sean empleadas como instrumentos para una evaluación continua (nivel de partida y nivel alcanzado en la última sesión).

Con las coreografías empleadas se permite ver la evolución que sufre cada uno de los alumnos gracias a la observación directa. Además, para afianzar esto, se completa con el mencionado diario de campo, donde se apuntan los aspectos más relevantes de cada una de las sesiones realizadas.

Los criterios que se tienen en cuenta son:

Tabla 2: criterios a tener en cuenta para la evaluación. Elaboración propia.

	SÍ	A VECES	NO
Ha adquirido destreza motriz y coordinación			
Ha desarrollado la capacidad memorística para aprender coreografías			
Es capaz de seguir el ritmo			
Es capaz de volver a seguir la coreografía si se pierde			
Mejora la capacidad de desplazamiento			
Ha desarrollado gusto por el baile			
Ha disfrutado con la música y el baile			
Ha logrado liberarse y participa de manera desinhibida			
Mejora la capacidad expresiva			
Ha adquirido y aumentado su actitud postural			
...			
OBSERVACIONES ESPECÍFICAS			

Para que el propio alumno sea consciente de sus aprendizajes, se realizará una autoevaluación encaminada a que sean conscientes de su propio aprendizaje. Para ello deberán completar las siguientes cuestiones:

Tabla 3: criterios de la autoevaluación del alumnado. Elaboración propia.

NOMBRE:



¿Recuerdas qué ritmos hemos trabajado en clase?, ¿y el nombre de las canciones?

¿Todas tienen la misma dificultad, o se ha ido incrementando poco a poco?



¿Has conseguido coordinar los movimientos con la música?, ¿y aprendido de memoria los pasos?

¿Has ayudado a los compañeros a aprenderse los movimientos?, ¿has trabajado en equipo?

¿Hay pasos comunes entre coreografías?



¿Has logrado interpretar la canción?



¿Qué has aprendido con el trabajo realizado?

Para poder evaluar todo esto, aunque no se hayan especificado los contenidos se tendrá en cuenta los conceptos, los procedimientos y las actitudes del alumnado durante todo este proceso.

Tabla 4: Criterios a tener en cuenta en la evaluación. Elaboración propia (basada en López, 2006).

¿QUÉ EVALUAR?	¿CÓMO EVALUAR?	¿CÚANDO EVALUAR?
Conceptos Coordinación de movimientos, memoria coreográfica y autoevaluación.	Conceptos Autoevaluación, grabaciones y autoevaluación.	Conceptos Antes, durante y después del proceso.
Procedimientos Ocupación del espacio, ejecución...	Procedimientos Observación directa, cuaderno del profesor y grabaciones.	Procedimientos Antes, durante y después del proceso.
Actitudes Respeto a los compañeros, cooperación...	Actitudes Observación directa, cuaderno del profesor y grabaciones y autoevaluación.	Actitudes Antes, durante y después del proceso.

5.1.7. Temporalización

Esta UD va a tener una duración de dos semanas, trabajando dos días cada semana (un total de 2h y 30min cada semana).

El tiempo estipulado de duración se ha fijado porque se ha centrado en aprovechar cada minuto de las sesiones del último trimestre. En esta época, hay un cúmulo de actividades y propuestas que se quedan en el tintero por falta de tiempo. Pese a esto, se podría extender si se observa una buena aceptación del tema para introducir actividades de música, cuentos, de lectura o de conocimiento del medio sobre Brasil. Si se lograra realizar esto, se llevará a cabo un proyecto sobre este tema, un tema que ha nacido de la sencilla idea de mostrar un país poco trabajado en las aulas.

El periodo de realización quedó fijado previamente la las dos semana contiguas a la vuelta de las vacaciones de Semana Santa. Esto se debe a la coincidencia con el periodo de prácticas y porque se trata de un tema que requiere dominio previo para enseñarlo al alumnado. Por este motivo, se ha necesitado tiempo para ensayar y aprender las coreografías a la perfección, por lo que se requiere un tiempo determinado de asimilación y control.

Es fundamental que, para que esta experiencia funcione en el aula, el componente afectivo y el respeto entre los compañeros esté presente en todas las sesiones que se realicen. Estos lazos que deben existir en el aula serán más palpables cuanto más avanzado esté el curso, por lo que la elección de las fechas a final de curso puede ser una ayuda.

El curso con el que se va a llevar a cabo es 5° de Primaria (dividida en dos clases de 16 y 18 alumnos cada una). En total este curso dispone de 2h y 30min a la semana, por lo que la experiencia tendrá un total de 5 horas.

El horario de EF de ambas clases es:

Tabla 5: horario de las clases de Educación Física de ambos cursos.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9h-10h					
10h-11h	5°A			5°B	
11h-11:30h	5°A			5°B	
11:30h-12h	P	A	T	I	O
12h-13h		5°B			
13h-14h				5°A	

Partiendo de este horario, a continuación se expone una tabla gráfica todas las sesiones previstas para esta UD:

Tabla 6: días y clases de Educación Física de los alumnos de 5°.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1	1° clase 5°A	1° clase 5°B		2° clase Todos	
Semana 2	3° clase 5°A	3° clase 5°B		4° clase FINAL	

Gracias a esto, se observará de una manera más clara y esquemática todo el tiempo que necesita.

5.1.8. Características del alumnado y del centro

El grupo clase es muy heterogéneo tanto a nivel motriz, como a nivel cognitivo o cultural y hay una gran diferencia entre clases con el tema expresivo.

En la clase de 5°A hay una alumna que tiene deficiencias físicas y psíquicas, tiene un carácter retraído y se queda al margen de la clase. Hay dos alumnos inmigrantes de origen latino, y otro alumno tiene déficit de atención (TDA), aunque personalmente creo que es desinterés y vagancia por su parte.

Por otro lado, la otra clase tiene en general una actitud mucho más predispuesta hacia este tipo de actividades.

Al hablar de particularidades del centro, es de destacar el espacio principal donde se va a desarrollar esta UD. Se trata de un gimnasio espacioso, pero los martes coincide con el otro docente especialista, por lo que se alternan el uso del espacio cada semana (una semana el gimnasio grande, otra semana el gimnasio pequeño).

6. ANÁLISIS DE LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

En esta parte del trabajo se analizará el desarrollo de la propuesta, utilizando los instrumentos de evaluación empleados en la misma. Para una mejor comprensión de los datos obtenidos, los hemos estructurado siguiendo un orden de categorías de interés que han surgido a partir de la puesta en práctica de la UD.

6.1. METODOLOGÍA EMPLEADA

Para analizar esta categoría, se han tenido en cuenta tanto las impresiones del docente (las más propias y las del maestro tutor) como las expresadas por el alumnado diariamente y en la evaluación final. A partir de todos los datos aportados se puede contemplar cómo ha sido la experiencia de la expresión corporal mediante coreografías expresivas.

Dentro de este punto, se extraen diversos apartados para poder lograr un análisis más detallado y minucioso.

6.1.1. Estructura de las sesiones

La estructura de las sesiones tiene tres momentos claramente diferenciados. Se trata de los siguientes: encuentro, actividad motriz y asamblea final.

El primero de ellos es *momento de encuentro*, donde siempre se recuerda lo ocurrido en sesiones pasadas para refrescar la memoria y que el alumno sea capaz de indagar en su propio conocimiento sobre los contenidos que se han trabajado. Al mismo tiempo se recuerda la importancia de un buen calentamiento antes de empezar a realizar actividades físicas. Un ejemplo claro, es el que se muestra en el cuaderno de campo sobre la primera sesión, donde se hace referencia a la primera toma de contacto del alumnado con el tema:

... Cuando al inicio de la clase, les comenté que un ratito lo tendríamos en el aula porque necesitaba que viesen unos vídeos, empezaron a preguntarse que sería. Esta duda quedó resuelta a segunda hora, cuando les introduje el tema de Brasil y sus ritmos.

Para una pequeña toma de contacto, les enseñé directamente lo que se haría a lo largo de las próximas semanas. Al principio todos se quedaron desconcertados, ya que en un primer momento, las reacciones fueron pensar que es algo muy difícil (Cuaderno de campo, p.1).

En la parte de *momento de acción motriz* a lo largo de todas las sesiones se ha llevado a cabo un calentamiento inicial con la canción de “Mas que nada” de Sérgio Mendes. Esta canción llena de ritmo y musicalidad tenía dos funciones: la de animar al alumnado introduciéndolos en los ritmos brasileños y la de activar el cuerpo para hacer una actividad física de elevado rendimiento.

Dentro de este momento, se hacen paradas de reflexión-acción para que todos los alumnos puedan ver cómo realizan los movimientos y para preguntar dudas y/o problemas que surgen sobre la ejecución de los mismos. Con estos ciclos lo que se busca es alcanzar la finalidad prevista para la sesión.

Al mismo tiempo, si el tiempo es adecuado (lo ideal son las sesiones 1:30h.) se divide a la clase en grupos de 5-6 personas para que entre ellos se ayuden. Al mismo tiempo, la canción se deja sonando de fondo para que cuadren los movimientos al ritmo de la música. Mientras dura esto, yo me encuentro dando vueltas para ayudar en caso donde los propios alumnos no logran ayudarse:

Sí, porque al final quería que todos fuéramos iguales bailando a la hora de hacer los bailes (Autoevaluación alumno, p.11).

...estábamos en corro y había personas que no le salía y hemos intentado ayudarles como hemos podido (Autoevaluación alumno, p.17).

Creo que cuando no entendían algo se lo intentaba explicar lo mejor que podía; y hemos trabajado en equipo porque siempre nos hemos ayudado (Autoevaluación alumno, p.19).

El último momento motriz en la sesión es el de vuelta a la calma, donde con la canción “Fio maravilha” de Jorge Ben se logra una vuelta a la calma mientras se estiran los músculos del cuerpo para que no sufran lesiones.

Para finalizar cada sesión realizábamos la *asamblea final*, donde después de una vuelta a la calma se regresa al nivel inicial de relajación. Se hace una síntesis de todo lo trabajado a lo largo de la sesión, se recordaba y todos los que querían aportaban sus puntos de vista (aquí se recogen ideas para mejorar en posteriores sesiones) de la actividad, y si hay parada de reflexión-acción, cual ha sido la mejor.

Con esta estructura de sesión se quieren dejar bien diferenciados los momentos de los que consta una clase de Educación Física. También se pretende que asimilen la importancia de realizar un calentamiento inicial y estiramiento final durante las actividades deportivas para evitar fatigas musculares o lesiones. Esto es algo con lo que los alumnos ya están familiarizados, puesto que las clases de EF siguen esta estructura.

La información que se les ofrece es en todo momento clara y concisa, empleando un lenguaje adaptado a su nivel para que la comprensión sea absoluta.

Por último, se busca como objetivo general dentro del marco de la Educación Física que se fomenten los hábitos de vida saludables y el gusto por la práctica habitual de actividades físicas por iniciativa propia y de manera regular para evitar problemas de salud relacionados, especialmente, con el sobrepeso en escolares.

6.1.2. Tiempo de las clases

Se parte de la idea de que las clases son de 1 hora completa. A este tiempo hay que contar el traslado del aula habitual, el momento inicial, el momento de asamblea final, el aseo y la vuelta a clase; con todo esto, el tiempo final del que se dispone oscila entre 40-45 minutos. A este limitado tiempo, se le debe restar aun más los minutos las canción de calentamiento y de estiramiento; quedando el tiempo para el aprendizaje coreográfico que reduce a 30 minutos.

En esta clase de expresión corporal, donde el aprendizaje de coreografías y su interpretación requieren *tiempo de aprendizaje*, una única hora para realizar esto es bastante escaso. Con solo 30-40 minutos, mostrando pasos del baile para que los aprendan, se repiten y los unan (para ir recreando la coreografía), rara es la vez que se logre completar todo este proceso en tan poco tiempo.

Otro aspecto fundamental a tener presente como requisito indispensable es la *constancia*. Son actividades que no se suelen hacer en clase de manera normal, por lo

que requiere mucho tiempo para asimilar conocimientos y se deben realizar de manera continua.

Partiendo inicialmente de que las clases de EF son dos veces por semana, y como factor adicional se han perdido horas por actividades diversas (días festivos y actos culturales), pensé que el alumnado no lograría realizar correctamente las coreografías.

Esto ocurrió con la clase de 5ºA. Dado el tiempo limitado para la UD y su ejecución, estuvieron casi dos semanas sin recordar la primera de las coreografías aprendidas; pero, dada su facilidad de aprendizaje, su correcta ejecución expresiva y su excelente predisposición al baile, se logró alcanzar el objetivo.

6.1.3. Paradas de reflexión-acción y feedback

Las paradas de reflexión-acción han estado presentes a lo largo de todas las sesiones, observando una mejora positiva en lo referente a las aportaciones de los alumnos.

Como cualquier cosa novedosa, al principio las paradas eran más comunes, ya que ninguno estábamos familiarizados con esta dinámica (tanto los alumnos como yo misma). Estas paradas hacían mejorar tanto la ejecución de los pasos del alumnado como mi propia acción como maestra.

Estos momentos aportan voz y voto a los niños para que expongan sus dudas y dificultades, y después entre todos se ayudan. Son paradas que nacen principalmente de la propia acción del alumno, aunque también abundan las paradas donde la maestra (yo) induce a que reflexionen sobre sus actividades al lanzar preguntas con las que ellos deben dar respuesta a esa cuestión a través de sus vivencias y conocimientos:

Sí. He conseguido coordinar los movimientos gracias a Lara, que cuando no entendíamos algo nos lo explicaba muy bien y me he aprendido de memoria los pasos porque los practico en casa
Autoevaluación alumno, p.19).

Con el transcurso de las clases, se ha observado una clara mejora en lo referente a la intervención que yo misma realizaba en ellas. Al principio siempre era la primera en

responder, pero poco a poco, los propios alumnos se atrevían a ser ellos los que respondían (o por lo menos intentaban) y resolvían las dudas de los compañeros.

También he de decir que este tipo de paradas ocurrían también cuando la clase se dividía en pequeños grupos para afianzar la coreografía. Así, mientras ellos mismos seguían el ritmo para cuadrar movimientos y realizar la coreografía, paraban la ejecución para preguntar dudas sobre pasos concretos. Entre ellos se ayudaban a resolver los problemas, y si no era así, intervenía yo.

Esta progresiva mejora representa un momento clave en el aprendizaje, porque se comentan aspectos relevantes. Al tratarse de dudas específicas, sobre movimientos mayoritariamente, eran paradas relativamente cortas donde se hacía/lanzaba la pregunta, se respondía con la ayuda del cuerpo, se repetía entre todos y se continuaba con la clase.

Muchas veces, esta ayuda extra contribuía a afianzar conocimientos y aportar confianza en uno mismo a la hora de poder interpretar las canciones.

En lo referente a los feedback, destacar el empleo del feedback motivacional. Al estar animando continuamente al alumnado, y destacando algún paso de algún alumno en concreto, se crea una actitud positiva, de agrado ante el baile.

6.1.4. Adaptaciones de las coreografías

He de decir que las coreografías eran algo complejas para alumnos que nunca han tratado este tema, pero yo tenía mucha confianza en ambas clases.

De todas las sesiones llevadas a cabo, la única que ha requerido una adaptación fue la primera de las sesiones con 5ºA. Hubo uno paso que no se lograba realizar correctamente:

Partes sobre una base poco realista de los conocimientos de los alumnos, y a lo largo de la sesión, se deben simplificar pasos porque ver que les cuesta mucho poder lograr el objetivo que se ha pensado para esa primera clase. Adaptar este paso de la coreografía ha sido sobre la marcha y no ha alterado el aprendizaje de la misma (cuaderno de campo, p.1).

No conocía el nivel inicial sobre el que se trabajaba, por lo que las coreografías eran estándares para todos, y viendo la reacción que tenían los alumnos ante ellas se fueron adaptando a las necesidades que se requerían (en la segunda sesión, se repitió la

coreografía y se introdujo el paso original, logrando que los alumnos lo realizaran correctamente y volviendo así a la idea original).

En esta clase está la alumna con deficiencia física y psíquica, la cual requiere de aportaciones adicionales que simplifiquen el esfuerzo (porque sin esto no es capaz de seguir la dinámica de la clase). He de decir que esta niña ha logrado superar mis expectativas, ya que se siente motivada con este tipo de ejercicios y se implica bastante en su realización. Del mismo modo añadir que, dependiendo del día y de su actitud, logra un rendimiento mayor o menor.

En todas las sesiones posteriores, y en las realizadas con la clases de 5º, no se han realizado adaptaciones.

6.2. EL ALUMNADO EN LA UD

De manera general, los alumnos han quedado muy satisfechos con el trabajo realizado. Después del visionado de las coreografías, la gran mayoría se ha mostrado muy sorprendida con el buen trabajo que han logrado. Esto mismo queda plasmado en las autoevaluaciones finales que los alumnos han completado, donde se ha seleccionado una pequeña muestra de ello.

A continuación, se plasmarán los aprendizajes que el alumnado ha obtenido durante el desarrollo de la UD. Estas impresiones se basan en los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que han mostrado en el transcurso de las sesiones, del cuaderno de campo del maestro y de las grabaciones de las actuaciones.

6.2.1. Aprendizajes conceptuales

Gracias a la evaluación final, se puede comprobar si los alumnos han comprendido diversos aspectos trabajados a lo largo de la UD, como adaptarse a la velocidad de la canción, el nombre de las canciones, los pasos de baile, etc. Se busca que incorporen estos conceptos a su estructura mental de manera significativa. A continuación se muestran algunos de ellos:

La primera era más despacio, y cada vez que cambiábamos de canción iba con más movimientos y con más pasos (Autoevaluación alumno, p. 1).

Hemos trabajado ritmos de Brasil, y el nombre de las canciones son: Batuka, Bum bum y Chi y cha (Autoevaluación alumno, p. 19).

6.2.2. Aprendizajes procedimentales

En el resultado final obtenido, se aprecia un gran dominio a nivel coreográfico y a nivel interpretativo (especialmente la canción de “Gata brasilera”), logrando una interiorización muy alta de la esencia expresiva que estos ritmos transmiten.

Estas son algunas de las impresiones que han transmitido por escrito los alumnos, que reflejan:

A bailar, y a mover las caderas (Autoevaluación alumno, p. 6).

Nuevas coreografías y que se sienta la música (Autoevaluación alumno, p. 8).

Que hay bailes muy divertidos y que entre todos nos lo pasamos muy bien; y también que hay que ayudar a los compañeros (Autoevaluación alumno, p. 20).

6.2.3. Aprendizajes actitudinales

Estos aprendizajes y los valores trabajados durante toda la UD son una serie de valores que se quieren transmitir, como alejar el tradicional canon sexista que hay alrededor del baile que se considera femenino (algo que para nada se veía reflejado, e incluso los chicos se mostraban más motivados con el tema), adquirir coordinación y despertar la consciencia de que existen otros lugares gracias a la música y a los ritmos. Además de estos, se destaca especialmente el trabajo cooperativo entre iguales, quedando reflejado todo esto en diversas impresiones descritas por los alumnos:

...lo que hacía era escuchar la música (para coordinar movimientos) (Autoevaluación alumno, p.1).

Sí, y ha sido muy divertido trabajar en equipo (Autoevaluación alumno, p, 3).

....el movimiento de cadera está en los tres bailes (Autoevaluación alumno, p. 8).

Sí, menos trabajado y ayudado a los movimientos. Sí, en equipo, haciendo las coreografías y practicar los pasos que nos salían peor (Autoevaluación alumno, p.13).

...porque la mayoría de los pasos ya los sabíamos, solo había que interpretarlos un poco (p. 15).

He ayudado cuando estábamos en un corro y había personas que no le salía (el paso) y hemos intentado ayudarles como hemos podido (p. 17).

Otro factor importante es la actitud del alumnado en el grupo clase. La clase de 5ºA siempre tubo buena actitud, pero se mostraba un poco menos motivada con estas actividades. Es una clase donde la gran mayoría de los alumnos son constantes, trabajadores y se esfuerzan verdaderamente en ello, pero los resultados que se obtienen no reflejan en su totalidad este duro proceso: logran alcanzar los objetivos que se proponen, pero con mayor tiempo y con un resultado menos vistoso. Por otra parte, el grupo de 5ºB siempre mostró una participación e involucración en las clases impecable. Toda la clase estaba motivada y se dejaba la piel en la pista al intentar lograr realizar una ejecución impoluta:

Desde el primer momento su actitud era mucho más disciplinada y dedicada a la causa que la otra clase (especialmente los alumnos masculinos). Con esta disposición tan buena desde el primer momento, era inevitable que el resultado fuese magnífico. Verdaderamente sensacional... Otro aspecto que me ha llamado muchísimo la atención es la gran aceptación por parte de los alumnos masculinos a este tipo de actividades. Se parte (desgraciadamente) con la idea de que esto no suele gustar a los chicos porque se considera una práctica femenina, pero en la clase de 5ºB ocurre todo lo contrario. Desde el primer momento se han emocionado ante la idea de interpretar las canciones, y al mostrarles la coreografía previamente, se han quedado con la boca abierta y con ganas de realizarlo.

Esta reacción supera con creces la actitud de aceptación de la otra clase (mucho más sumisa). Así da gusto plantear actividades de este

tipo, con una actitud tan positiva y esta predisposición se puede hacer de todo con esta clase (Cuaderno de campo, pp. 3-4).

Por lo que se observa, el factor grupo clase influye mucho en que la predisposición y los resultados que se obtienen sean “mejores” en este tipo de actividades expresivas. La verdad es que entre el resultado final y el grado de involucración que se aprecia en el vídeo final hay una clara diferencia entre ambas.

A modo de autocrítica; pude comprobar las claras diferencias entre ambas clases. La clase de 5ºA (incluso teniendo más clases para poder mejorar su interpretación) obtiene un resultado menos vistoso que la otra clase. Intenté motivarles con el feedback positivo y con una actitud desenfadada y cercana (pero a la vez disciplinada) para favorecer su implicación; y pese a conseguir una mejora, el ánimo general del aula era como una montaña rusa que subía y bajaba. Veo, por tanto, necesario analizar qué recursos pueden ayudarnos para conseguir que la implicación e interés del alumnado sea mayor, incluso cuando hay que trabajar con grupos difíciles como el expuesto.

6.2.4. Participación y motivación

Un alumno motivado con ganas de jugar participa de forma activa en la sesión. Partiendo de esta idea, este apartado es fundamental para lograr el objetivo de interpretar las canciones.

Se parte de la idea preconcebida de que son actividades femeninas dado su carácter bailable, por lo que mantener motivada la clase es indispensable. El resultado obtenido en ambas clases ha sido positivo.

Es verdad que hay días en los que se está más cansado o menos predispuesto, y que una clase a segunda hora no es lo mismo que una clase a última hora del día, pero en general se han mostrado muy implicados con este trabajo.

Al hablar de participación, se vincula directamente también a la motivación que se muestra con esta propuesta.

Se trata de una práctica poco habitual, en la que se parte de un conocimiento cero sobre la materia (mayoritariamente) por lo que el grado de implicación tiende a ser

elevado en todo momento porque se evitan desigualdades entre alumnos dadas sus bajas experiencias motrices.

6.3. LA UD DESDE EL PUNTO DE VISTA DOCENTE

Para que la propia acción docente no quedara en saco roto, se le proporcionó al maestro tutor (me encontraba en mi periodo de prácticas) una hoja de evaluación que debía completar con sus opiniones para que aportarán mayor rigor al trabajo. Con esta crítica constructiva se pretende que se mejoren aspectos para futuras ejecuciones de esta UD.

La hoja es:

Tabla 7: criterios de la evaluación del maestro-tutor sobre la unidad didáctica. Elaboración propia.

<p>A continuación se presentamos un cuestionario para la evaluación de la UD “Un país que incita al ritmo... a través de la Batuka”</p> <p>Los datos que se reflejen en el mismo serán tratados de forma confidencial, con la finalidad de realizar un análisis que pueda ser utilizado para su mejora. Se ruega que la contestación sea sincera, pues es una condición indispensable para obtener los resultados y que estos tengan auténtico valor práctico (es anónimo).</p> <p>Antes de contestar a las preguntas lee atentamente el contenido de las mismas y lo que se pide en cada una de ellas. Adjuntamos algunas instrucciones necesarias a seguir en las respuestas.</p> <p style="text-align: center;">Gracias por su colaboración</p>				
<p>Puntúa las respuestas según el grado de acuerdo y argumenta la respuesta.</p>				
<p>¿Es adecuado el contenido trabajado?</p>				
1 (nada)	2 (poco)	3 (aceptable)	4 (bastante)	5 (mucho)
<p>¿Cuál es el grado de implicación del alumnado?, ¿y el grado aprendizaje?, ¿se han logrado alcanzar los objetivos propuestos para en esta UD?</p>				
1 (nada)	2 (poco)	3 (aceptable)	4 (bastante)	5 (mucho)
<p>¿Consideras este contenido apropiado para trabajar en las clases?, ¿Qué elementos serían necesarios para llevarlo a la práctica?</p>				
1 (nada)	2 (poco)	3 (aceptable)	4 (bastante)	5 (mucho)

A continuación expondré impresiones del maestro-tutor, que se pueden encontrar más detalladamente en el anexo V.

Los contenidos que se tratan están recogidos en el propio currículum, por lo que su realización en el aula es acertada. Como se trata de un tema poco usual, muchos alumnos presentan carencias con el ritmo; pero pese a esto, su implicación (en la mayoría de los casos) ha sido alta. Por esto mismo, han faltado objetivos adaptados a las características de la alumna con NEE⁵.

Al mismo tiempo, se considera elemento indispensable por parte del maestro un dominio del tema, ya que enseñar a base de vídeos es complicado. Este punto confirma los emo-indicadores que comenta Archilla (2013) en su trabajo, donde la falta de dominio del tema es uno de los principales factores para que no se realicen este tipo de actividades.

En mi opinión, después de: las sesiones realizadas, conocer la opinión del maestro y del visionado de los vídeos, puedo decir que esta UD fue un éxito. En rasgos generales, el docente puntúa con un 4 (bastante) la propuesta.

6.4. REFLEXIÓN DE LA PUESTA EN PRÁCTICA

En primer momento, cabe destacar la temporalización que se realizó en ambas clases:

Tabla 8: horas totales de la unidad didáctica en cada una de las clases.

5ºA	Fueron un total de 5 clases: tres de 90 minutos y dos de 60 minutos.
5ºB	Fueron un total de 4 clases: una de 90 minutos y tres de 60 minutos.

Este horario puedo haber marcado diferencias, pero pese a la diferencia horaria, el resultado obtenido por los alumnos de 5ºB ha sido mucho mejor que el obtenido por los del otro curso (todas estas impresiones quedan recogidas más detalladamente en el diario), pese a trabajar menos horas que el anterior. Son más disciplinados y también, más hábiles en este tema.

Pero, a pesar de esto, la clase de 5ºA también se ha esforzado desde el inicio hasta el fin de la UD, mostrando un resultado también satisfactorio.

⁵ Necesidades Educativas Especiales.

En la primera de las sesiones, y después de observar el nivel, hubo pasos que se adaptaron a las necesidades de los alumnos para que resultase más fácil el seguimiento de la clase. Una vez trabajadas, se intentó practicar la coreografía inicial tal cual; y funcionó.

Como conclusión, señalar que la mayor parte del tiempo ha sido una UD que ha motivado a los alumnos. Se trata de una propuesta de Expresión Corporal, algo que muchas veces no es habitual en las clases de EF. Esto es algo a subrayar, porque cuanto más mayores son los alumnos, más se olvida el lenguaje corporal; pese a ser algo fundamental para las relaciones del ser humano, y se debe ser consciente de lo que con él se quiere expresar.

He de decir que en algunos momentos, los alumnos estaban cansados y poco motivados, pero que al final, todo tiene recompensa: el vídeo final. Este resultado final se puede ver en el anexo VI del DVD. Se encuentran las tres coreografías realizadas por cada una de las clases (un total de seis), cuyo orden de realización y por consiguiente de dificultad es el siguiente: “Chi ki cha”, “Bum bum” y “Gata Brasileira”.



Figura IX: imagen de 5ªA y 5ªB interpretando pasos de la canción “Chi ki cha”.



Figura X: imagen de 5ªA y 5ªB interpretando pasos de la canción “Bum bum”.



Figura XI: imagen de 5ªA y 5ªB interpretando pasos de la canción “Gata brasileira”.

7. CONSIDERACIONES FINALES: REFLEXIONES, CONCLUSIONES, Y RECOMENDACIONES

A partir de los resultados que se han expuesto en el apartado anterior, se obtienen diversas conclusiones.

7.1. IDEAS A PARTIR DEL TRABAJO

Destacar que con este trabajo se ha conseguido:

- ❖ **Actitud positiva.** La predisposición que han mostrado la gran mayoría del alumnado ha sido muy buena. Desde el primer momento se mostraban contentos con la idea (en mayor o menor grado). He de decir que al estar trabajando con esto diversas semanas (se alargó por el calendario de eventos que mostraba el centro), muchos es verdad que preguntaban cuando harían deportes.

Todo esto queda reflejado en los diferentes instrumentos de evaluación: tanto en los vídeos como en las hojas de autoevaluación que cada alumno ha completado (instrumentos de evaluación).

- ❖ **Desvincular EF con deporte.** Esto es uno de los factores que se adentran en la mente del alumno: asociar las clases de Educación Física con deportes. Esta mentalidad se debe al escaso peso de las actividades expresivas dentro de las clases de EF. El primero que debe cambiar es el propio docente, introduciendo más actividades de este tipo al alumnado.
- ❖ **Emo-indicadores.** La carencia de dominio en este tipo de actividades hace que queden relegadas a un segundo plano, y en su lugar se sustituyan por el clásico comodín de algún deporte que suela gustar al alumnado.
- ❖ **Necesaria formación en el ámbito expresivo para el docente.** Antiguamente, se partía de una escasa formación inicial en la universidad con respecto a este tema, por lo que su posterior ejecución en un aula no

es factible; también, la escasa formación permanente no mejoraba esta situación. Afortunadamente esto va cambiando. En los planes de formación de futuros maestros se añaden asignaturas de tipo expresivo, y además, múltiples cursos de formación permanente están brotando gracias a las demandas.

Muchos maestros no realizan actividades expresivas por este bajo dominio y escasa formación. Y esto es algo verídico, ya que mi maestro tutor quería ampliar este tipo de actividades; pero dado su bajo dominio en bailes, quedó relegado a un segundo plano. La ambigüedad existente en el currículum sobre la expresión corporal ayuda a que no se le otorgue la importancia que precisa. Es un contenido a abordar en EF, pero al no especificarlo, muchos maestros se lavan las manos.

- ❖ **Gusto por la actividad física.** Con esta UD, se ha fomentado el interés por su realización fuera del horario escolar.

Inculcar hábitos de vida saludable desde la escuela es algo que se debe tener muy presente. La obesidad infantil afecta cada vez a más población estudiantil, por lo que al fomentar este tipo de actividades de manera regular (con una dieta sana y equilibrada) ayuda a tener una vida sana. Con esta UD se intenta contribuir al conocimiento de otras alternativas de ocio saludable vinculadas con la EF que complementan las habituales relacionadas con la condición física y el deporte.

- ❖ **Adquisición de valores.** Se buscaba la adquisición de valores como la cooperación entre alumnos, la participación, etc. Todo esto ha propiciado a que el clima del aula sea el idóneo para trabajar.

El factor cooperación ha quedado muy presente en los alumnos, como se muestra en las diversas hojas de autoevaluación que el alumno ha rellenado. La metodología que se ha empleado ha favorecido la ayuda entre ellos.

- ❖ **Eliminar el factor sexista.** Las danzas y los bailes siempre se han considerado actividades fáciles y femeninas; nada más lejos de la realidad. Se trata de ejercicios que requieren mucho sacrificio (constancia y dedicación).

Con esta UD se ha demostrado que no es algo solo de mujeres. Los chicos en muchos casos han estado mucho más motivados que las propias chicas, colocándose en primera fila y atendiendo a todas las indicaciones que se les daba para su mejora. Esto queda claramente descrito en una frase que dijo un alumno un día en clase: “¡Uf!... ¡si es que al final bailar cansa!

- ❖ **Interpretación.** El tema interpretativo es algo fundamental en temas de expresión corporal.

Los alumnos han recalcado la necesidad de mover la cintura y que les ha costado interpretar la canción. Esto se debe a que, como he comentado previamente, las actividades expresivas quedan relegadas a un segundo plano. En definitiva, con nuestra intervención pretendemos favorecer que el alumnado tenga una predisposición positiva hacia estos temas.

- ❖ **Feedback motivacional.** En el feedback motivacional encontré la mejor herramienta para mantener motivado al alumnado en todo momento.

Conseguir que el alumnado esté involucrado en la tarea es un factor clave para el aprendizaje. Aportar información sobre lo que están haciendo, de forma positiva y adecuada, es un recurso muy bueno para que la propuesta funcione adecuadamente.

- ❖ **Ciclos de reflexión-acción.** Emplear este tipo de paradas hace que el alumno reflexione sobre su propia ejecución y adopte cambios para mejorar. El aprendizaje se ve favorecido por la inclusión de este tipo de estrategias vinculadas con la reflexión que cada uno tiene de su propio movimiento.

7.2. CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS

7.2.1. Objetivos del trabajo

Los objetivos sobre los que se ha basado el trabajo son:

- ❖ **Trabajar diferentes ritmos brasileños.** Como se puede comprobar a través de los videos, se ha trabajado un total de tres coreografías con ritmos diferenciados.

Gracias a las hojas de autoevaluación que cada uno de los alumnos ha realizado, se puede comprobar que mayoritariamente se ha cumplido este objetivo. Diferencian las tres canciones claramente.

- ❖ **Conocer y aumentar las capacidades expresivas del propio cuerpo.** A lo largo de las sesiones, se ha podido observar una mejora significativa del dominio postural y corporal con respecto a la primera sesión. He de decir que todos los alumnos intentaban, primero imitar, y luego hacer los pasos que les mostraba y les decía. Muchas veces mencionaban el movimiento de la cintura porque denota sensualidad y carácter al baile, por lo que muchos de los alumnos han plasmado esta experiencia en su autoevaluación.

- ❖ **Trabajar y desarrollar la memoria coreográfica.** Es algo que está unido a la danza. En la mayoría de los casos, la danza es un elemento que tiene un trabajo previo de aprendizaje y de sincronización. Este aprendizaje es el que se ha trabajado a lo largo de todas las sesiones, y el resultado final es, como se observa en los vídeos, un baile sincronizado que todos saben realizar.

- ❖ **Analizar el potencial educativo de las propuestas expresivas para el desarrollo del trabajo en equipo.** Dejar a los alumnos tiempo para que ensayen y sean ellos mismos los encargados de solucionar sus dudas, hace que el trabajo cooperativo crezca. Como se puede comprobar en las autoevaluaciones que el propio alumnado ha realizado sobre su práctica, se observa claramente que el trabajo desarrollado ha seguido la línea planteada en el objetivo.

7.2.2. Objetivos específicos de la UD

En lo referente a los objetivos que encuadran la UD:

- ❖ **Participar en danzas y bailes brasileños.** Desde el primer momento, se ha observado una clara participación de todos los alumnos en los bailes que se han desarrollado.
- ❖ **Conocer diferentes ritmos y pasos de baile.** Han sido capaces de saber identificar la canción que se bailaba y los pasos de cada una de ellas.
- ❖ **Aprender de memoria una coreografía sencilla.** Este objetivo se puede observar fácilmente en los vídeos que se adjuntan en el DVD.
- ❖ **Seguir un baile a partir del ritmo de una canción.** han sabido en qué momento preciso cambiar de paso.
- ❖ **Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación entre el alumnado.** Gracias a que han trabajado en pequeños grupos, se ha podido lograr este objetivo. Se comprueba gracias a las autoevaluaciones de los alumnos.
- ❖ **Desarrollar la expresión corporal de forma lúdica y divertida.** Se han divertido durante todas las sesiones, han aprendido de mí y entre ellos, gracias a un clima de aula agradable y cercano.
- ❖ **Lograr una actitud corporal acorde con la temática del lugar.** Representan ritmos brasileños, por lo que los movimientos energéticos, sin pausa y serpenteantes se han logrado con creces.

7.3. RECOMENDACIONES FUTURAS

La naturaleza de este trabajo se orienta hacia la implantación y normalización de este tipo de UD en los centros docentes. Los datos expuestos lo apoyan, ya que se trabaja desde el marco legislativo y desde el factor interpretativo del propio alumno. En Educación Infantil, este tipo de actividades están muy presentes en la educación de los alumnos, pero conforme pasan los años, se queda olvidada. Con esta propuesta, se han obtenido resultados positivos tanto en el grado de implicación como en el de aprendizaje del alumnado.

Se trata de bailes rápidos, que requieren cierto dominio coreográfico. Durante el tiempo que se realizaban las coreografías, los alumnos mostraban atención y una actitud muy predispuesta a aprender y participar; y se callaban cuando dejaban de bailar porque perdían tiempo de clase. Esto se resume este párrafo en una idea: disciplina, algo muy importante que muchos alumnos carecen actualmente.

Otro aspecto por el que trabajar expresión corporal, es el de poder explotar estas actividades alternativas para que el alumnado genere gusto por la realización de actividades físicas fuera del horario escolar. De este modo, se crea un hábito saludable que ayuda a prevenir enfermedades o dolencias asociadas a la inactividad.

Gracias a esto, destaco la posibilidad de trabajar de manera transversal con otras asignaturas. Esta fue la idea inicial; pero al llevarlo a cabo el tercer trimestre, y dada la escasez de tiempo, solo se realizó en EF, ya que la aplicación de contenidos expresivos puede ser una alternativa muy adecuada para favorecer el trabajo interdisciplinar.

Me hubiese gustado que trataran más profundamente el tema desde otras áreas, pero esta idea se quedó en el tintero. He de añadir que gracias a la maestra de Educación Musical, pude llevar a cabo algunas sesiones de la UD de percusión corporal. A todos les gustó la idea (ya que estaban practicando la canción de Paula Rojo “si me voy” con vasos, por lo que el tema les llamaba mucho la atención). Con esto, se fomenta que el alumnado descubra y conozca otros lugares y/o países de la tierra. Con esta pequeña UD se ha querido mostrar los ritmos de otro país, de otra cultura distinta a la nuestra, pero se puede aplicar a diferentes materias académicas para crear entre todos un proyecto de aprendizaje.

Es una realidad que la multiculturalidad está cada vez más presente en nuestra sociedad. El movimiento migratorio de personas en la actualidad hace que este mestizaje en las aulas sea algo palpable. Por esta razón, creo que trabajar esto en las aulas es algo fundamental para que los alumnos crezcan siendo personas con una mentalidad abierta. En este mestizaje hay un factor muy positivo de conocer aspectos culturales y/o sociales diferentes a los que tenemos nosotros: es una oportunidad.

Esto puede ser el inicio de un proyecto de centro con el que se pueda trabajar la interculturalidad, ya que se trata de un factor incipiente en las aulas. Un gran número de

escolares son de origen inmigrante, si bien esto, lejos de ser un problema, debemos entenderlo como una posibilidad para aprender a partir de la cultura de otros lugares.

Este Trabajo Fin de Grado puede ser el punto de partida para futuros trabajos encaminados a seguir la misma línea de actuación. Por esto, considero oportuno plantear este aspecto con vista a mejorar mi práctica:

Pese a los buenos resultados obtenidos y desde el punto de vista de la labor desarrollada como profesor-investigador, se detecta que uno de los principales problemas ha sido la falta de experiencia de trabajar con bailes coreográficos (factor a tener en cuenta). Se debe tener un control absoluto de la materia, por lo que después de realizar y analizar la intervención, se confirma la premisa. Esta UD ha requerido mucho trabajo para encontrar canciones que se adapten a lo que se busca y al nivel motriz del grupo-clase, y tiempo para aprenderse correctamente las coreografías.

Gracias al análisis realizado sobre la puesta en práctica, los datos obtenidos de las autoevaluaciones del alumnado y de las críticas constructivas aportadas por el maestro-tutor en su evaluación, se obtienen aspectos positivos y aspectos que se deben mejorar, lo que demuestra que la labor del docente es un ciclo continuo de aprendizaje que, afortunadamente, no tiene final.

8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

- Archilla, M. T. (2014). Dificultades del profesorado de Educación Física con los contenidos de expresión corporal en secundaria. Universidad de Valladolid, Segovia, España.
- Archilla, M. T. (2013). Emo-indicadores: hacia lo más íntimo del profesor de educación física ante la expresión corporal. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física*, 24, pp. 135- 140.
- Asensio, S. (1999). Etnomusicología i emigració: marroquins a Barcelona. Perspectives metodològiques. *Revista d'etnologia de Catalunya*, 14, pp. 132-139.
- Barcala, R. J.; Bermúdez, M.; Carballal, F.; Fernández, M.A.; Fernández, G. Y Costas, A. (sin datar). La capoeira en la esucela. Los beneficios transversales de la danza-arte-lucha brasileña. Universidad de Vigo, Vigo, España. Recuperado de <http://www.portaleducacionfisica.es/webplazas/capoeira.pdf>.
- Cabrera Ruíz, I.I. y Gallardo López, T, J. (2008). La superación del profesorado en la educación intercultural: una propuesta para la universidad cubana. *Actualidades Investigativas en Educación*, 8, 2, pp. 1-23.
- Cantó, L. (2012). Cómo se enfrenta una maestra a un niño con posible TDAH. Universidad de Valladolid, Segovia, España.
- Definición de. *Estereotipo*. Recuperado de <http://definicion.de/estereotipo/>.
- Fredriksson, U. (1996). Educación Intercultural: Emigración y minorías nacionales en organismos internacionales. *Aldaba: revista del centro Asociado a la UNED de Melilla*, 27, pp. 75-92.
- Instituto Nacional de Estadística. (2012). Extranjeros en la UE y en España. 6, pp. 1-6.
- Learreta, B.; Ruano, K. y Sierra, M. A. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*. INDE: Zaragoza.
- Learreta, B.; Ruano, K. y Sierra, M. A. (2006). *Didáctica de la Expresión Corporal. Talleres monográficos*. INDE: Zaragoza.
- López, M.J. (2006). “¿Por qué el deporte en la escuela?”. *Revista digital Wanceulen*, 2. Recuperado de: <http://www.wanceulen.com/revista/numero2.mayo06/articulos/ARTICULO%202-9.htm>
- Marbán, J.M. (2008) Memoria de plan de estudios del título de Grado Maestro o

- Maestra en Educación Primaria. Universidad de Valladolid.
- Martín, R. (2010). El papel de la etnomusicología en la educación y en la gestión de las políticas culturales. *HAOL*, 23, pp. 85-97.
- Muñoz, A. (sin datar). Enfoques y modelos de educación multicultural e intercultural. Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España.
- Poblete Melis, R. (2006). Teorías, políticas y prácticas. La migración peruana en el Chile de hoy. Nuevos escenarios y desafíos para la integración. Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona, España.
- Rasskin, I. (2012). ¿Educación intercultural o asimilación cultural? Una reflexión crítica a partir de la enseñanza de “habilidades sociales” en la escuela secundaria. *Tejuelo: Revista de Didáctica de la Lengua y la Literatura*, 6, pp. 47-63.
- Rodríguez, M. y Salas, Z. (2011). La capoeira en el contexto escolar: una propuesta educativa para secundaria. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 148. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd148/la-capoeira-en-el-contexto-escolar.htm>.
- Santos, L. y Fernández-Río, J. (2009). El “cuaderno de Bitácora” de Educación Física. Elemento central dentro de una propuesta de metaevaluación. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física*, 16, pp. 92-96.
- Schmidtke H. P. (1988). Conceptos y metodología de la educación intercultural: ejemplarizado en la minoría étnica de los gitanos. Tabanque: *Revista pedagógica*, 4, pp. 9-22.
- Touriñan López, J.M. (2005). Educación en valores, educación intercultural y formación para la convivencia pacífica. *Revista galega do ensino*, 47, pp. 1367-1418.
- Nunes, J. (2005). La banda sonora del programa <<Xuxa no mundo da imaginação>>. *Revista Científica Iberoamericana de Comunicación y Educación*. 25.
- Profesorenlinea. *Música y danzas del Brasil*. Recuperado de <http://www.profesorenlinea.cl/Paisesmundo/Brasil/BrasilMusica.htm>.
- Viajeabrazil. *LA cultura de Brasil: historia de la samba brasileña*. Recuperado de <http://www.viajeabrazil.com/cultura/historia-de-la-samba-del-brasil.php>.
- Vilar, J. M. (1997). La utilización de las músicas del entorno del alumnado en el aula y algunos parámetros de etnomusicología. *Eufonía: Didáctica de la música*, 6, pp. 101-109.

Villard, M. (2012). La expresión corporal, un camino tortuoso. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 14.

Wikipedia. *Batucada*. Recuperado de <http://es.wikipedia.org/wiki/Batucada>.

Wikipedia. *Música de América Latina*. Recuperado de http://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%BAsica_de_Am%C3%A9rica_Latina.

WordReference. *Sincopado*. Recuperado de <http://www.wordreference.com/definicion/sincopado>.