



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

DANZA LIBRE Y EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL/MENCIÓN EN EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN

AUTOR: GERMÁN HERRERO GUTIÉRREZ

TUTOR: FRANCISCO ABARDÍA COLÁS

PALENCIA, 2019

Resumen/abstract

Resumen

Este trabajo pretende mostrar la importancia de la Expresión Corporal en el desarrollo del niño de Educación Infantil. Para ello se plantea una unidad didáctica que aúna la danza, la música tribal y las emociones. Además se expone la teoría que fundamenta la realización de dicha propuesta.

Abstract

This project aims to show the importance of Corporal Expression for preschool-kids. For this matter, we present a didactic unit that puts together dance, tribal music and emotions. Furthermore, we argue the theory behind this approach.

Palabras clave/Key words

Palabras clave: Expresión Corporal, Educación Infantil, Danza, Danza libre, Música tribal, emociones.

Key words: Corporal Expression, preschool education, Dance, Free dance, Tribal music, Emotions.

ÍNDICE

0. Introducción.....	5
1. Objetivos.....	7
2. Justificación.....	8
3. Fundamentación teórica.....	10
3.1. Cuerpo y movimiento: la psicomotricidad como referencia.....	10
3.2. Emociones.....	13
3.2.1. Emociones y música.....	15
3.3. Danza.....	16
3.3.1. Danza libre.....	17
3.4. Sonidos tribales y tradicionales.....	20
3.5.1. África.....	21
3.5.2. América.....	21
3.5.3. Oceanía.....	22
3.5.4. Europa.....	23
3.5.5. Asia.....	23
4. Presentación de la propuesta.....	26
4.1. Introducción.....	26
4.2. Justificación.....	26
4.3. Contexto.....	27
4.4. Temporalización.....	27
4.5. Metodología.....	28
4.6. Objetivos.....	29
4.7. Contenidos.....	30
4.8. Evaluación.....	30

4.9. Sesiones	31
5. Conclusiones.....	40
6. Líneas futuras de trabajo	41
7. Bibliografía.....	42
8. Anexos.....	48
Anexo I: Cata de sonidos tribales y tradicionales.....	49
Anexo II: Alfabeto expresivo	52
Anexo III: Evaluación.....	54
Anexo III.1: Lista de control	54

0. INTRODUCCIÓN

El documento que se presenta a continuación es un Trabajo de Fin de Grado con el que se pretende concluir el Grado de Educación Infantil. En él se presenta una propuesta de intervención didáctica en el ámbito de la expresión y comunicación corporal en infantil. Se busca fomentar la expresión de comunicación y expresión de emociones por medio de la danza. Está enfocado para ser llevado a cabo en un CRA por lo que no se enfoca a un curso determinado sino a un aula unitaria en la que se engloban dos cursos simultáneamente. A continuación se presentan las fases en las que se divide el trabajo.

En un primer momento se presentan los objetivos que se persiguen a la hora de realizar este trabajo, por lo tanto se marcan las metas que se pretenden alcanzar con la realización de este escrito. También se presenta las razones que justifican la importancia de la realización de intervenciones didácticas como la que se presenta.

En el siguiente apartado se presenta la fundamentación teórica que apoya la unidad didáctica que se desarrolla más adelante. Para ello parto de la importancia del desarrollo psicomotor en la etapa de educación infantil y desde este punto analizo la necesidad de una educación de las emociones desde una temprana edad. A partir de estos datos analizo porqué la danza permite el trabajo de ambas facetas mediante la expresión corporal y cómo dentro de las posibles danzas la más eficiente y vivencial es la danza libre. Una vez decidido trabajar la expresión corporal desde la danza falta elegir las músicas y por su conexión y facilidad para trabajar desde la danza libre se presenta un análisis de los sonidos tribales que permiten un posible desarrollo en el proceso de danza de las emociones.

A continuación se presenta la propuesta de trabajo en forma de unidad didáctica. En ella se presenta porqué es interesante trabajar esa unidad en infantil, los contenidos que se pretenden transmitir, los objetivos que se pretenden alcanzar, la metodología por

la que se llega a esas metas, el contexto en que se lleva a cabo, como se evalúa la adquisición de conocimientos y el tiempo que se dedicará a la propuesta.

Por último, se recogen una serie de conclusiones finales, estas son una revisión de los contenidos que se presentan al comienzo del TFG y la valoración de si se ha llegado a la meta que se planteaba en ellos. Por último se hace mención a las fuentes bibliográficas consultadas para evidenciar el material que se expone y los anexos que complementan la unidad didáctica.

1. OBJETIVOS

En este apartado se presentan los objetivos que se persiguen en la realización de este Trabajo de Fin de Grado. Cada uno de los objetivos que se proponen a continuación hace referencia a las aspiraciones, el propósito, la meta a alcanzar, es decir, lo que se pretende conseguir por medio de este trabajo (Méndez Álvarez, 1997).

Los Objetivos que me marco en esta propuesta son los siguientes:

- Diseñar una unidad didáctica de expresión corporal de las emociones usando como herramienta la danza libre y la música tribal.
- Indagar sobre sonidos tribales y tradicionales de diferentes culturas y sobre qué emociones y energías generan en el cuerpo.
- Justificar la importancia de la danza como medio vivencial para sentir las emociones y herramienta para expresarlas.
- Presentar la danza como puente entre diferentes culturas.

2. JUSTIFICACIÓN

En este apartado procede justificar desde un punto de vista personal y curricular el porqué de este TFG, es decir justificar porque el tema que se trata en este escrito es valioso a nivel pedagógico.

Desde el punto de vista curricular, la propuesta se enmarca en el “Decreto 122/2007” dentro del bloque 1. Conocimiento de sí mismo y autonomía personal y del bloque 3. Lenguajes: comunicación y representación.

Dentro del bloque 1, el currículum oficial de segundo ciclo de infantil hace hincapié en la necesidad del alumnado de identificar, expresar, reconocer y controlar los propios sentimientos y emociones como parte del desarrollo integral del alumnado de 3 a 6 años.

Dentro del bloque 3, del mismo modo, nos habla que una parte esencial del desarrollo del niño viene establecida por la intención comunicativa y representativa que tiene el lenguaje corporal. Se busca que el infante sea capaz; a través de los movimientos del cuerpo, gestos y actitudes; de expresar afectividad y desarrollar su sensibilidad y desinhibición.

Fuera de la ley, sabemos que trabajar las emociones en el aula es necesario, ya que el ser humano convive con ellas desde que nace. Howard Gardner (2011) divide la inteligencia humana en 7 inteligencias diferentes, dentro de la inteligencia intrapersonal las emociones tienen una carga muy importante. Del mismo modo Daniel Goleman (1996) define una inteligencia emocional que es la que se encarga de gestionar lo que sentimos y nos permite un mayor autocontrol de nuestro cuerpo.

Por otra parte, autores como Ken Robinson nos invitan a pensar que es tan importante el desarrollo físico, emocional, espiritual y social en el niño como el

psíquico. Defiende que el docente debe ayudar al alumno a encontrar su talento y por tanto la danza es tan importante como las matemáticas en el aula (Torres Menárguez, 2018).

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

A continuación se presenta la teoría que fundamenta la realización de la unidad didáctica de este TFG. Para ello se abordan los siguientes temas que se consideran los ejes de la intervención educativa que se plantea. Cuerpo y movimiento: la psicomotricidad como referencia; que hace referencia al nivel de desarrollo que el niño tiene en la edad para la que se plantea la unidad y como la unidad beneficia ese desarrollo. Las emociones en las que abordamos la importancia de su desarrollo en infantil y como se relaciona con la propuesta. La danza como herramienta para el desarrollo de la unidad y más concretamente la danza libre como método de trabajo. Por ultimo abordamos los sonidos tribales y tradicionales y su potencial para generar emociones.

3.1. Cuerpo y movimiento: la psicomotricidad como referencia.

Coincidiendo con las líneas de trabajo llevadas a cabo por el profesor Francisco Abardía sobre Expresión Corporal en Educación Infantil (Abardía Colás, 2019), se hace necesario entender el proceso de aprendizaje expresivo desde los referentes que la psicomotricidad ofrece.

El camino del aprendizaje se relaciona directamente con el desarrollo del niño, ambos se nutren mutuamente. El desarrollo físico avanza paralelamente al desarrollo psíquico, el movimiento esta intrínsecamente ligado al psiquismo que lo produce y a la inversa (Aucouturier & Lapierre, 1977). Por tanto para una formación integral apropiada, el cuerpo debe estar implicado en el desarrollo intelectual del alumnado. Para este desarrollo es necesario que el alumno descubra, explore y experimente, de forma que el aprendizaje sea vivencial y significativo. Para poder trabajar de esta forma, el maestro debe estar dispuesto a asumir esta libertad estableciendo los medios para producirla y ser capaz de adaptar la enseñanza al alumno (Aucouturier & Lapierre, 1985).

Según la teoría epistemológica de Piaget (1981), el alumnado al que va dirigida la unidad didáctica presentada en este trabajo, se encuentra en la etapa preoperacional (de los 2 a los 6 años). Esta etapa se caracteriza especialmente porque el niño comienza a desarrollar la simbología, a la vez mantiene un pensamiento plenamente animista, Piaget (1929) explica que este animismo significa que para el niño, el mundo natural está vivo, consciente y tiene un propósito. La danza es un vehículo que permite al niño conectar con este mundo y maneja una forma de comunicación, mediante la expresión corporal, que permite al infante utilizar la simbología con la que define el mundo.

A día de hoy existen muchas definiciones para referirse a la psicomotricidad (Aucouturier & Lapierre, 1985; Le Boulch, 1969; Picq & Vayer, 1969; During, 1993), en este trabajo me quedaré con la dada por Berruezo (1995): el objetivo principal de la psicomotricidad es desarrollar en el alumnado posibilidades motrices, expresivas y creativas, con el cuerpo como recurso centrado en el movimiento. Ana Herrero (2000) presenta tres aspectos con los que divide el cuerpo a la hora de trabajar la psicomotricidad: *cuerpo instrumental*, compuesto por los aspectos neuromotores para adaptarnos a la realidad externa; *cuerpo cognitivo*, el conocimiento y la interacción con lo que nos rodea; y *cuerpo tónico-emocional*, que se encarga de expresar lo que sentimos.

Por lo tanto vemos la relación que existe entre emociones, aprendizaje y movimiento. La división propuesta por Ana Herrero muestra la conexión entre sus distintas partes, que unida a lo expuesto por Aucouturier y Lapierre, nos permite ver qué; las emociones, los aprendizajes y el movimiento; inciden entre ellos provocando cambios en el desarrollo de cada uno de ellos.

El primer sistema de comunicación que desarrolla el ser humano en su infancia es mediante el movimiento corporal. Para que la motricidad del niño sea auténtica Lení y Wey (2005) proponen que debe ir acompañada de la creatividad para que sea posible la libertad de acción, la búsqueda de nuevas posibilidades para solucionar problemas, un

clima lúdico y relajado, la aceptación mutua y de los otros y en consecuencia el respeto mutuo.

La capacidad expresivo–comunicativa del cuerpo es multidimensional, para ello podemos dividir las áreas de trabajo en tres: cuerpo vivencial, cuerpo texto y cuerpo escénico (García Monge & Bores Calle, 2004). Ambos autores afirman que es necesaria la presencia de los tres cuerpos para conseguir un buen desarrollo de nuestra propia imagen. Para el trabajo que se desarrolla en este trabajo se realiza un trabajo puramente de cuerpo vivencial y por lo tanto será este cuerpo el que tendrá verdadero protagonismo.

A partir del trabajo de psicomotricidad y expresión corporal en educación infantil se desarrolla la conciencia de uno mismo de forma integral, a nivel material y espiritual, siendo capaz de sentir, 17 expresar, compartir, comunicar con los demás, utilizando el propio cuerpo (Schinca, 2011).

Por tanto, con lo mencionado anteriormente, puedo precisar que para atender al aprendizaje en educación infantil, es importante ajustar las intervenciones educativas al desarrollo del discente. El desarrollo del cuerpo debe ir, de la misma forma, paralelo al desarrollo de la psique, por lo que las actividades que impliquen movimiento deben estar presentes. Por el nivel de desarrollo del alumnado al que va dirigida la propuesta, considero apropiado llevar a cabo una intervención de danza, que conecte toda la simbología que la música inspira en el alumnado y que le permita expresarlo. En definitiva el trabajo psicomotor contribuye a un aprendizaje vivencial y la expresión corporal a transmitir todo lo que sientes a través del cuerpo vivencial.

3.2. Emociones

Entre los numerosos factores que influyen en el desarrollo del niño de educación infantil, las emociones ocupan un lugar fundamental. Como podía verse en el apartado de cuerpo y movimiento, el desarrollo integral del niño se ve influenciado por su desarrollo psíquico, físico y emocional. En este apartado analizaré la importancia de las emociones para infantil.

La emoción, es para Wallon (1976), una manera de adaptarse al medio que rodea al sujeto. Estamos en contacto con ellas durante toda nuestra existencia, desde que nacemos hasta que morimos. Es lógico que los niños sean conscientes de ellas desde una tierna edad y por tanto es interesante iniciarse en el reconocimiento de esas emociones en la infancia.

La emoción se refiere a los sentimientos, los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que los caracterizan (Goleman, 1996). Podemos definir las emociones como “un proceso desencadenado por la evaluación valorativa de una situación que produce una alteración en la activación fisiológica del organismo” (Fernández Abascal & Martín, 1995). Por tanto consideramos estas como una respuesta interna al condicionamiento externo que el entorno ejerce sobre el propio cuerpo del individuo.

Las emociones que sienten las personas tienen una función muy importante, como mencione previamente las emociones derivan de los estímulos que recibe la persona y son respuestas a estos. Algunas de las funciones que propone Bisquerra (2009):

- Miedo: impulsar la huida ante algún peligro real e inminente para asegurar la supervivencia.
- Ansiedad: estar en atención vigilante a lo que pueda ocurrir. Hay peligros potenciales o supuestos.
- Ira: hace referencia a impulsividad agresiva.

- Tristeza: no hacer nada. Reflexionar y buscar nuevos planes.
- Asco: rechazar sustancias que pueden ser perjudiciales para la salud.
- Alegría: continuar con los planes, ya que han funcionado hasta el logro de los objetivos.
- Amor, enamoramiento: sentirse atraído por otra persona que asegura la continuación de la especie.

Bisquerra (2009) también propone una clasificación de las emociones en dos categorías: emociones positivas, como la alegría o la felicidad; y negativas, como el asco, la ira o el miedo. Divide estas categorías atendiendo a si producen malestar o bienestar en el cuerpo. Del mismo modo Lazarus (1991) propone una categoría más, las emociones neutras, que no aportan bienestar ni malestar.

A la hora de trabajar las emociones en educación infantil, es necesario trabajar las tres categorías expuestas. En la etapa infantil el alumnado pasa con gran rapidez de una emoción a otra sus emociones “están en estado puro, muy poco mediatizadas por el mundo intelectual y social” (del Barrio M. V., 2015). Por esto se hace necesario entender emociones de las tres categorías, para que puedan entender lo que sienten y con la intensidad que lo hacen. Gracias al desarrollo emocional el niño es capaz de conocerse a sí mismo; reconocer y canalizar las emociones que siente así como las energías que las mueven. Esto muestra que la educación emocional tiene cabida en el aula y permite un desarrollo importante en el autoconocimiento del alumnado.

Las emociones condicionan nuestros movimientos no solo a nivel externo, sino que también son capaces de condicionar nuestros movimientos internos como las pulsaciones de nuestro cuerpo o la respiración. No expresar las emociones que causan esto puede ser perjudicial para la salud de la persona (Dropsy, 1987), la expresión de las emociones, generalmente por medio de la expresión corporal, hace que esta desaparezca o incluso se mitigue (James, 1989).

3.2.1. Emociones y música

Jauset (2013) sostiene que la música es una actividad que requiere grandes y múltiples recursos cognitivos. Tanto la percepción como la producción musical, movilizan diversas áreas corticales y subcorticales. Estas últimas derivan en una respuesta emocional del cuerpo y es en ese momento en el que surge la conexión personal con la música.

Por tanto podemos deducir que la música puede ser un factor externo que condicione esta respuesta y por tanto ésta estrechamente ligada a las emociones. Ana Piquer (2016) expone que la música es capaz de variar nuestro estado emocional, la música genera situaciones de empatía que nos permite una transición hacia otras emociones, generalmente la que los artistas tratan de transmitirnos con su música. Las emociones varían nuestra fisiología (Stefanucci, Gagnon, & Lessard, 2011), por lo tanto al escuchar música se producen cambios en nuestro estado de ánimo y en nuestros movimientos.

Las emociones forman parte del niño, al igual que de cualquier persona, estando estrechamente ligadas a ellos. Un niño aún no tiene la capacidad de entender y gestionar las emociones que siente y es importante para el aprender a hacerlo. Cualquier estímulo externo genera una emoción en cualquier persona, la música como se menciona anteriormente es una gran productora de emociones y sentimientos, a partir de ella podemos generar emociones y una buena forma de expresar todo eso que sentimos y de comunicarlo al resto del mundo es mediante la danza. Por este motivo la intervención que se propone de expresión corporal en el trabajo aúna estos tres conceptos: música, danza y emociones.

3.3. Danza

Al desarrollar unidades de expresión corporal tomamos el cuerpo como el principal protagonista de estas sesiones. Cómo he venido escribiendo hasta el momento para que haya un equilibrio psíquico es necesario un trabajo no solo intelectual sino también corporal, la danza permite este trabajo, un trabajo de cuerpo y mente simultáneamente.

Se puede definir la expresión corporal como: *“Contenido de la Educación Física caracterizado por la aceptación, búsqueda, concienciación, interiorización y utilización del cuerpo y todas sus posibilidades para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como un marcado objetivo de creatividad”* (Sierra, 2001, pág. 33)

Siempre que hablo de danza me gusta utilizar la definición dada por la autora Pilar Pascual (2002), señala que, etimológicamente, el concepto de danza proviene del sánscrito y su significado es “anhelo de vivir”.

Según la definición dada por Sierra podemos suponer que la danza es una gran herramienta con la que trabajar la expresión corporal de una manera consciente, “la Expresión Corporal más auténtica de un pueblo está en su danza y su música, El cuerpo nunca miente” (Miller, 2005). Además la danza mantiene una intrínseca conexión con la música y las emociones ya que “... es la forma más inmediata de expresar los ritmos esenciales del cuerpo; es espontánea, universal” (Roth, 1994). Previamente hablando de la psicomotricidad sostenía un equilibrio entre el desarrollo psíquico y físico, practicar danza “supone practicar un ejercicio físico corporalmente global, exento de elementos competitivos y con un alto componente hedonista” (Laban, 1978), a la vez, la danza es una actividad universal realizada en todas las épocas, espacios geográficos y es practicada por personas de ambos sexos y de todas las edades (García Ruso, 1997).

Delalande (1995) defiende que en las primeras etapas de infantil, al recibir un estímulo musical, el alumnado siente una necesidad de “corporizar la música”. En esta búsqueda de movimiento corporal ante un estímulo acústico el infante trata de sincronizar sus propios movimientos con alguna de las características básicas de la música que escucha, siempre realiza este movimiento desde un enfoque globalizador en el que moviliza gran parte de su cuerpo (Akoschky, 2008). Para el niño es necesario empezar la danza a corta edad, es una forma de jugar y experimentar con su cuerpo, sin embargo no practicara danza de forma consciente hasta los 3 años (Robinson, 1992). La danza contribuye al desarrollo físico, intelectual y afectivo-emocional de los alumnos (Fructuoso C., 2001; Fuentes, 2006; Laban, 1978; Leese, 1991), permite una educación del cuerpo (Padilla, 2003) que genera un desarrollo integral de la persona que la práctica y abre un camino hacia la creatividad y la improvisación. Esto repercute en las demás áreas que cursa el alumno.

Para el desarrollo de la danza en el alumnado se deben seguir tres puntos fundamentales: la sencillez; una metodología de enseñanza expresivo-vivencial y la utilización del juego como elemento motivador y facilitador del aprendizaje (Montesinos, 2004; Castañer Balcells, 2000):

- La sencillez de movimientos para facilitar el aprendizaje y favorecer la improvisación.
- Una metodología de enseñanza expresivo-vivencial con la que se invite a probar y crear nuevos pasos afines a las emociones del alumnado.
- La utilización del juego como elemento motivador y facilitador del aprendizaje para que no se pierda el sentido lúdico y hedonista.

3.3.1. Danza libre

La danza en Educación Infantil debe centrarse en el efecto benéfico que tiene sobre los alumnos, y no tanto en la perfecta ejecución (Cañal Santos & Cañal Ruiz, 2001). Dentro del mundo de la danza existen muchas formas de práctica de la misma. La música tribal con la que se pretende trabajar es muy dada a la improvisación, por lo tanto la danza que la acompaña debe permitir la

libertad de improvisar y experimentar con el movimiento. A la hora de llevar a cabo este trabajo se busca la introspección de qué sentimos con la música y la expresión de esas emociones que sentimos hacia un posible espectador.

Por tanto no buscamos una danza estilizada, buscamos el sentir por medio de la música y de la danza y la libertad de expresar todo eso hacia afuera. La danza libre nos permite trabajar todo esto, nos da alas para expresar lo que sentimos y nos ayuda a sentirlo al mismo tiempo. Además permite que la actividad sea plenamente hedónica y que se realice por el pleno disfrute de la misma. “Ningún niño continuará bailando a no ser que disfrute con ello” (Joyce, 1987, pág. 18). La propia danza es siempre libre (Thornton, 1996)

La propuesta en la que me centro busca la indagación de las emociones del propio cuerpo por medio de la danza libre. La danza libre tiene dos componentes fundamentales, el estímulo acústico y las visualizaciones que se generan en nuestro mundo interior por medio de lo que oímos, de manera que podemos movernos corporalmente centrándonos en el sonido de los temas y las sensaciones que estas nos transmiten (Abardía Colás, Pedagogía Corporal Meditativa. La METTASESSION como recurso para una Expresión Corporal Consciente., 2014) ya que la danza “te permite expresar de manera más intensa los sentimientos” (Castañer Balcells, 2000).

La danza libre consigue la predisposición para un profundo trabajo introspectivo (Chaiklin, 1975), esto permite procesar las sensaciones y emociones que te transmite la música. Por tanto la danza libre sirve como nexo para unir las emociones y la música.

Para realizar un trabajo de danza libre, por todo lo que se ha expresado anteriormente, es necesario mantener una atención plena en nuestro cuerpo; cómo nos sentimos, como nos movemos, qué expresamos... al movimiento

relacionado con esta atención plena lo llamamos movimiento consciente. El movimiento consciente nos permite entender cómo sentimos las emociones y cómo nos movemos para representarlas mediante la expresión corporal.

En definitiva, la danza libre es la decisión más idónea para trabajar las emociones por medio de la danza, permite expresar libremente las emociones que sentimos a la vez que las sientes. Unido a la música, que nos transmite unas emociones determinadas, debe estar la danza que nos permite, mediante el cuerpo vivencial, entenderlas y comprenderlas, así mismo mediante la danza se puede expresar y transmitir todo lo sentido de forma que llega a toda persona que observa. Por esta razón creo conveniente utilizar la expresión corporal para comprender y gestionar las emociones en educación infantil, para realizar el aprendizaje desde un punto de vista plenamente vivencial.

3.4. Sonidos tribales y tradicionales.

A la hora de definir la música con la que voy a trabajar habría sido muy fácil denominarla música tribal y tradicional, pero a la hora de investigar y seleccionar los temas musicales es más común encontrar reinterpretaciones modernas a las que no puedo considerar como puramente originales y por tanto considero más exacto denominarla sonidos tribales y tradicionales. Además dependiendo de la zona del mundo que se trata de trabajar se la denomina tribal, étnica, aborígen... en cada zona del mundo podemos encontrar acepciones diferentes para este tipo de sonido, para este trabajo se le nombra como sonidos tribales y tradicionales como forma de englobar en un solo término todas estas acepciones.

El hombre danza desde tiempos inmemoriales, podemos encontrar evidencias de ello en testimonios gráficos de la época (Castañer Balcells, 2000). Es de suponer que si existe la danza primitiva debe existir una música que la acompañe y es ahí donde surgen las músicas que denominamos tribales. La danza que acompaña a esta música es una danza ritual con una intención de conexión con el entorno y con la sociedad y por lo tanto la música no lo es menos. El significado de estas danzas se fundamenta en la creencia de fuerzas superiores o espirituales (Alemany Lázaro, 2009).

Los sonidos tribales que complementan estas danzas tienen un poder de conexión emocional muy potente y es por ello que son las que utilizaré para la puesta en práctica de este supuesto. Las danzas tribales no se rigen por un conteo de pasos y permiten un alto nivel de improvisación, las músicas tribales guardan esto en común, no se rigen por un ritmo estricto y fomentan la improvisación. Todo esto hace que la danza libre se vea favorecida en estas estructuras y por tanto estas deben ser las potencialidades del trabajo que se presenta.

A continuación presento una indagación de la muestra de la música que he decidido seleccionar para este supuesto específico. La razón de escoger esta música surge debido a la carga espiritual que tiene este tipo de sonidos. Las músicas tribales y

tradicionales se realizan en su mayoría, como creaciones sociales y de interacción con el resto de miembros de la sociedad. Tratan de ser integradoras, de forma que hasta quien posee menos práctica puede ser capaz de practicar una danza a partir de esos sonidos. La carga de improvisación tan grande que tienen, ayuda a que la danza libre sea la forma más eficiente de danza para interpretarlas y es este motivo, junto a su capacidad evocadora de emociones lo que permite la elección de este tipo de músicas para la propuesta que se presenta a continuación.

3.5.1. África

La música tribal africana se basa en la percusión aunque a veces incluye otros elementos, con ella se busca una conexión con la propia tierra. Las representaciones vocales son rítmicas y tratan de imitar los patrones de los elementos de percusión (Merrian, 1959). Las danzas se realizan sin contar los pasos y tanto en la música como en la danza se busca la improvisación (Castañer Balcells, 2000). Son ritos puramente sociales, se basan en la celebración o la súplica. Poseen importantes cargas espirituales y en muchos casos relacionadas con el tiempo atmosférico. A pesar de que tienen estas bases comunes cada expresión de este tipo presenta diferentes situaciones culturales y momentos espirituales propios de cada una de las diferentes tribus, etnias o pueblos.

3.5.2. América

En América encontramos como base para la música tribal y tradicional la de los nativos americanos. Las piezas musicales que se interpretan comienza con ritmos lentos y firmes que se vuelven gradualmente repetitivos y más empáticos, los elementos de percusión y las voces añaden variedad a la composición (Heth, 1992). Bruno Nettl (1956) señala las siguientes áreas musicales que coinciden aproximadamente con las áreas culturales: La Costa Noroeste Inuit, La gran Cuenca, la California Yuman, las Llanuras de Pueblo, la Atabascana y el Este. Para el trabajo que se presenta se utilizan composiciones Sioux (que incluyen los subtipos Lakota, Nakota y Dakota), que pertenecen al área de las Llanuras de Pueblo; e Inuits, pertenecientes al área de la Costa Noroeste.

- La música Sioux se caracteriza por el uso de flautas y tambores, sonidos nasales y un descenso escalonado del tono (Nettl, 1956).
- La música Inuit se caracteriza por el canto de garganta y elementos de percusión, Nettl (1956) describe su música como una de las más simples del continente.

La conexión espiritual que estas tribus mantienen con el entorno hace que esta música es ideal para trabajar la danza libre.

3.5.3. Oceanía

Podemos distinguir dos núcleos de sonidos tribales en Oceanía: Australia y los archipiélagos del Pacífico.

La música de los aborígenes australianos presenta elementos de percusión improvisados y elementos de viento como el didjeridoo o el toro zumbador. Las creaciones musicales se acompañan con canto individual o coral a menudo en armonía (Morgan, 2009), estas voces se caracterizan por un timbre nasal. La música y las danzas aborígenes son plenamente espirituales, buscan la expresión del ser y sus pueblos creen que las danzas y la música es la forma de transmitir los conocimientos de generación en generación. Las estructuras musicales suelen basarse en una voz principal que marca el tempo contrapuesto a la línea base del didjeridoo (Malm, 1985). Esta forma tan determinada de música conecta nuevamente con los conceptos de danza libre.

La música de los archipiélagos del Pacífico se reconoce por prácticas vocales acompañadas por percusión, en su mayoría son cantos sagrados o de trabajo (Koch, 2000). Apenas quedan vestigios de muchas de estas obras y en su mayoría son reinterpretaciones moderna; salvo las hakas maoríes las cuales son ampliamente conocidas en la actualidad. Se incluye Hawaii como parte de

Oceanía a pesar de ser parte de Estados Unidos ya que su música tradicional, antes de la llegada de los ingleses, se asemeja a la de los archipiélagos de Oceanía.

3.5.4. Europa

A la hora de escoger música tribal Europea, he presentado música celta y germánica como muestra de este continente.

Originalmente se divide las naciones celtas en seis: Irlanda, Escocia, la isla de Man, Cornualles, Bretaña y Gales (Skinner Sawyers, 2001). La tradición celta se extiende desde esas seis naciones a gran parte de Europa occidental, esta cultura lleva consigo su música aunque su desarrollo fue muy diferente en los diferentes lugares en que se desarrollaron. La música celta se distingue por elementos de viento como la gaita, cuerda como los violines o la lira y por elementos de percusión. Tiene gran capacidad evocativa lo que permite una conexión con la danza libre.

Al otro lado de Europa los pueblos germánicos de centro Europa desarrollan su propio estilo musical. La música de los pueblos germanos está muy ligada a sus ritos como los funerales y se compone de elementos de cuerda, percusión y viento. Muchas veces son acompañados por canto coral. Debido a su orientación espiritual esta música está ligada a la espiritualidad y conectada con las emociones.

3.5.5. Asia

Asia tiene una gran diversidad de músicas que tomar como muestra para el trabajo que se plantea pero he decidido limitarlo a India, Mongolia y Japón por sus sonidos característicos.

Dentro de la música hindú podemos encontrar dos corrientes: la religiosa, que se basa en la música de la India previa a la llegada de los musulmanes; y la música profana, posterior a la llegada musulmana. Los instrumentos más representativos son: de percusión, el *tavil*; de viento, la *nadasuaram*; y de cuerda, el *sitar*. La música hindú existía como forma de explorar el significado central de la vida (Gajardo Acuña, 2019). La sistema musical y escalar de la India es el *raga* que presenta combinaciones ascendentes y descendentes de cada escala que oscila entre cinco y siete notas (Strangways, 1914). Su música tiene gran poder evocativo y esto es lo que nos permite estar en contacto con nuestras emociones y la danza libre.

La música tradicional japonesa se enmarca entre el periodo Momoyama (1573-1603) hasta la restauración Meiji (1868), su uso es principalmente teatral por lo que trata de conectar la representación con las emociones del público (Tamba, 1997). Los diferentes instrumentos aparecieron paulatinamente a lo largo de la historia de la música japonesa (Bock, 1948), podemos distinguir, como instrumentos principales, el *shakuhachi* (flauta japonesa) y el *shamisen* (instrumento de cuerda de tres cuerdas). Incluye voz en muchas de sus obras.

La representación musical más relevante de Mongolia es el llamado “throat singing”, existen seis estilos diferentes para este tipo de canto: *uruulyn*, *tagnain*, *xamryn*, *bagalzuurn*, *tseejiin* y *türlegt* (Pegg, 1992). Además de estos estilos los mongoles utilizan cinco efectos para emular sonidos de la naturaleza: *sygyt*, para el sonido de las aves; *xöömei*, para emular el viento; *kargyraa*, para el sonido de los camellos; *borbangnadyr*, para imitar los ríos; y *ezenggileer* para imitar el galope de los caballos (Thodore Levin, 2006). Acompañan estos cantos con instrumentos de dos cuerdas y de percusión. De nuevo encontramos una música espiritual de conexión con la naturaleza, una invitación al sentir lo que permite la conexión con las emociones.

Como he escrito a lo largo de este trabajo, se genera una unión entre danza, emociones y música que repercute en el desarrollo del niño. Los sonidos tribales como he ido analizando permiten la facilidad de trabajar la danza libre debido a sus ritmos basados en la improvisación y el no tener estructuras estrictas. Por otra parte son por lo general músicas ligadas a la espiritualidad y por tanto poseen una gran carga emocional. Por esto la música tribal es muy indicada para la propuesta que se presenta a continuación.

4. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Unidad didáctica: “La danza de las emociones”

4.1. Introducción

Las emociones forman parte de nuestra vida desde el momento en que empezamos a interactuar con nuestro entorno, aprender a reconocerlas y expresarlas es importante para nuestro alumnado y parece realmente interesante realizarlo desde la danza como vehículo de la expresión corporal. En esta unidad didáctica se presenta un ejemplo de cómo mediante el uso de músicas tribales podemos trabajar las emociones y la danza de forma conjunta en un aula de educación infantil. Aquí se presenta las siguientes partes que dan cuerpo a la unidad didáctica: la justificación, que explica porque es valiosa la propuesta; el contexto, en el que se desarrolla la unidad; la temporalización, en la que esta se realiza; la metodología que el docente utiliza para acercar los conocimientos al niño; los objetivos y contenidos generales que busca alcanzar la propuesta; la evaluación, en la que se valora si se han conseguido alcanzar los conocimientos que se buscaban; y finalmente las sesiones que se plantean en la propuesta.

4.2. Justificación

Como podemos ver en el currículum que rige la educación infantil, el ciclo de 3-6 años estructura la personalidad del niño, para ello uno de los aprendizajes que el alumnado debe adquirir es el reconocimiento de sus propias emociones y la de los demás. Estos aprendizajes requieren de una experiencia plenamente vivencial, por ello unirlo a sus capacidades de expresión corporal, en concreto la danza, ayuda a interiorizarlo mejor a la vez que trabajamos sus capacidades de representación y comunicación de su propio cuerpo.

4.3. Contexto

La unidad didáctica se lleva a cabo en el aula unitaria de un centro rural agrupado (CRA), con el alumnado de infantil. Por tanto se cuenta con 3 alumnas y se trabaja simultáneamente con 2º y 3º de infantil (4-6 años).

4.4. Temporalización

La realización de la unidad se lleva a cabo en 4 sesiones durante dos semanas, realizando 2 sesiones semanales.

A la hora de abordar el tema de las emociones considero oportuno trabajarlas por contraste de forma que sea más significativo para el alumnado de infantil. Las dos primeras sesiones trabajan la alegría y la tristeza en contraste y las dos siguientes sesiones trabajan la calma y la intranquilidad en contraste.

Para la estructura de las sesiones me baso en la propuesta por Vaca, M. (2002), para ello divido la sesión en tres partes: momento de encuentro, momento de construcción del aprendizaje y momento de despedida.

- Durante el momento de encuentro se presenta el trabajo de la sesión, se predispone a la clase a las actividades que se van a realizar y se presentan las emociones que estarán presentes durante la actividad por medio del alfabeto expresivo (Anexo II). Este momento se une a la asamblea inicial del día.
- El momento de construcción del aprendizaje se realiza a lo largo del día intercalando las actividades propias de la unidad con el resto de actividades del aula. Cada actividad tiene un breve momento de reflexión respecto a lo que hemos sentido durante la misma. Las actividades de la unidad se divide en dos tipos:
 - o Actividad de danza guiada: en esta parte de la sesión el docente o el propio alumnado presenta movimientos de ejemplo que le sugiere la

propia música y que pueden servir de ejemplo o inspiración para el trabajo de danza libre.

- Actividad de danza libre: en ella se promueve la espontaneidad y exploración de movimientos, del mismo modo se persigue una indagación de cómo me siento en la consecución de la danza.

Al requerir música para actividad, la selección realizada presenta un ejemplo de los tipos de movimiento a que invita.

- El momento de despedida, en el que compartimos con el grupo como nos hemos sentido y cada alumna señala en el alfabeto expresivo que movimiento de la emoción ha realizado. Este momento se realiza en una asamblea final antes de acabar la jornada.

4.5. Metodología

La metodología es cómo el docente actúa dentro de la sesión, para ello primero haré mención a las diez cualidades propuestas por Mary Joyce (1987) para un buen maestro de danza:

- Entusiasmo
- Actitud amistosa
- Atención e interés
- Perspicacia
- Habilidad para facilitar el paso
- Variedad
- Humor
- Buena selección de los movimientos
- Buena música
- Capacidad de elogio

Para la buena consecución de la unidad didáctica utilizaré los siguientes principios metodológicos:

- Principio de juego: a través del juego conseguimos un aprendizaje y un desarrollo tanto físico como psíquico. A pesar de que el núcleo principal de la unidad didáctica se basa en la danza libre, en todo momento se promueve la danza a modo de juego, como una actividad divertida y por tanto no se establecen pasos concretos en la mayoría de las actividades.
- Principio de socialización: para progresar en su aprendizaje los niños deben interactuar entre ellos, esto facilita el progreso intelectual, afectivo y social. Las actividades que se proponen son, en muchos casos, interactuando en mayor o menor medida con el resto del grupo. Varias de las actividades propuestas tratan la empatía y de transmitir a otros lo que uno mismo siente.
- Principio de autonomía: el alumno debe ser capaz de tener su propio punto de vista y realizar tareas de forma autónoma. En todo momento las actividades proponen moverse como uno mismo desea e indagar en nuestro propio interior, nos invitan a buscar el conocimiento de uno mismo.

4.6. Objetivos

Los objetivos generales que se persiguen en esta unidad didáctica son los siguientes:

- Reconocer e identificar las propias emociones y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros.
- Realizar actividades de movimiento que requieren coordinación, equilibrio, control y orientación.
- Expresar emociones mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión corporal.

4.7. Contenidos

Los contenidos que se pretenden conseguir son estos:

- Dominio sucesivo del tono muscular, el equilibrio y la respiración para que pueda descubrir sus posibilidades motrices.
- Identificación y expresión equilibrada de emociones en distintas situaciones y actividades
- Identificación de las emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
- Valoración de sus posibilidades y limitaciones motrices, perceptivas y expresivas propias y de los de los demás.
- Curiosidad por las canciones y danzas de otras culturas.

4.8. Evaluación

Para valorar la adquisición de conocimientos realizaré una evaluación continua, basada en la observación directa del docente y en la autoevaluación del propio alumnado.

Para este fin las herramientas que utilizaré serán la lista de control y la rúbrica definidas por Ibarra (2008). Se realizarán dos copias de la lista de control para cada alumna y por cada dos sesiones, una de ellas muestra lo que el docente observa y la otra muestra lo que la alumna considera que ha realizado (Anexo III.1 y III.2). A partir de estas listas de control se rellena una rúbrica que cuantifica la cantidad de ítems de las listas de control se han conseguido y nos da una nota (Anexo III.3).

4.9. Sesiones

1ª Sesión: Alegría y tristeza

Objetivos:

- Reconocer e identificar la alegría y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Reconocer e identificar la tristeza y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Ser capaz de realizar una danza como actividad de movimiento que requiere coordinación, equilibrio, control y orientación.
- Expresar la alegría mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Expresar la tristeza mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Demostrar con confianza sus posibilidades expresivas.

Contenidos:

- Expresión de la alegría mediante:
 - o Movimientos rápidos y enérgicos de brazos.
 - o Movimientos amplios y enérgicos de piernas.
 - o Amplia sonrisa y ojos entrecerrados.
- Expresión de la tristeza mediante:
 - o Movimientos pesados y con inercia de brazos.
 - o Pasos pesados y cortos.
 - o Sonrisa inversa, ojos perdidos y sin tensión en el rostro.
- Conocimiento de la música de:
 - o Japón
 - o Gambia
 - o Hawái
 - o Kenia
 - o Turquía

Recursos:

Reproductor de música, puede ser una radio o el propio ordenador.

Espacios:

Aula de expresión corporal o la propia aula.

Actividades:

Actividad de danza guiada: Espejo guiado por el profesor: En esta actividad el profesor se coloca de cara al alumnado mientras suena música y propone movimientos que las alumnas repetirán.

Actividad de danza libre: Estatuas musicales: las alumnas se distribuyen por el espacio y bailan de forma libre tratando de expresar las emociones que la música les transmite. Cuando la música para se quedan quietas, la posición debe transmitir la emoción, el docente puede preguntar como transmite la emoción esa postura.

Actividad de danza libre: Escultores de emociones: se divide el grupo por parejas o tríos según la necesidad, mientras suena la música un miembro de la pareja esculpe una estatua con el cuerpo de su compañera, esta estatua representa como siente la escultora la música.

Musica:

Sufi splendor - Ya Rabbi Salli Alal Habib Mohammaden	Turquía	Movimientos fluidos suaves
Sona Jobarteh – Saya	Gambia	Movimientos meciendo el cuerpo
Marakwet traditional song	Kenia	Movimientos activos y repetitivos
Na Hana Nui A Maui - Mark Keali'i Ho'omalua	Hawái	Movimientos fluidos
Ensemble Nipponia - Kumoi Jishi	Japón	Movimientos suaves y fluidos con cambios de trayectoria bruscos

Evaluación:

Lista de control de las sesiones 1 y 2 (Anexo III.1.1).

2ª Sesión: Alegría y tristeza

Objetivos:

- Reconocer e identificar la alegría y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Reconocer e identificar la tristeza y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Ser capaz de realizar una danza como actividad de movimiento que requiere coordinación, equilibrio, control y orientación.
- Expresar la alegría mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Expresar la tristeza mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Demostrar con confianza sus posibilidades expresivas.

Contenidos:

- Expresión de la alegría mediante:
 - o Movimientos rápidos y enérgicos de brazos.
 - o Movimientos amplios y enérgicos de piernas.
 - o Amplia sonrisa y ojos entrecerrados.
- Expresión de la tristeza mediante:
 - o Movimientos pesados y con inercia de brazos.
 - o Pasos pesados y cortos.
 - o Sonrisa inversa, ojos perdidos y sin tensión en el rostro.
- Conocimiento de la música de:
 - o Gambia
 - o Turquía
 - o Hawái
 - o Mongolia
 - o Alaska (Inuit)

Recursos:

Reproductor de música, puede ser una radio o el propio ordenador.

Espacios:

Aula de expresión corporal o la propia aula.

Actividades:

Actividad de danza guiada: Bailando con diferentes partes del cuerpo: Las alumnas danzan con las diferentes partes del cuerpo que va indicando el maestro, estos movimientos de danza deben ser expresivos acordes a la emoción que sienten.

Actividad de danza libre: Te invito a bailar: Repartidas por el espacio las alumnas van bailando y cuando conecten con los movimientos de una compañera se pueden poner de frente a ella y bailar como ella.

Cantos inuits: como actividad final, con una finalidad más lúdica, voy a reproducir canciones de canto inuit, y luego vamos a improvisarlas, el canto inuit se realiza por parejas, una persona en frente a otra y mediante sucesiones de sonidos onomatopéyicos se busca la risa del otro.

Música:

Sufi splendor - Allaho Akbar, Ya Rahimo Ya Rahman	Turquía	Movimientos fluidos suaves
Sona Jobarteh – Jarabi	Gambia	Movimientos pesados de vaivén repetitivos
Ke Kaua A Kukauakahi-Mark Keali'i Ho'omalu	Hawái	Movimientos fluidos y rápidos
Inuit Throat Singing - Katajjaq	Inuits	Movimientos rápidos y repetitivos con la boca
Batzorig Vaanchig - Morin Khuur	Mongolia	Movimientos muy suaves al principio después activos desplazándose

Evaluación:

Lista de control de las sesiones 1 y 2 (Anexo III.1.1)

3ª Sesión: Calma e intranquilidad

Objetivos:

- Reconocer e identificar la calma y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Reconocer e identificar la intranquilidad y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Ser capaz de realizar una danza como actividad de movimiento que requiere coordinación, equilibrio, control y orientación.
- Expresar la calma y la intranquilidad mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Demostrar con confianza sus posibilidades expresivas.

Contenidos:

- Expresión de la calma mediante:
 - o Movimientos circulares y lentos de brazos.
 - o Movimientos suaves y delicados de piernas.
 - o Ligeras sonrisas, pómulos alzados y ojos ligeramente entrecerrados.
- Expresión de la intranquilidad mediante:
 - o Movimientos rápidos y repetitivos de brazos.
 - o Movimientos rápidos de piernas.
 - o Movimiento constante de mandíbula.
- Conocimiento de la música de:
 - o Sudáfrica
 - o República Democrática del Congo
 - o Estados Unidos (Tribus nativas de Norteamérica)
 - o Australia
 - o Turquía

Recursos:

Reproductor de música, puede ser una radio o el propio ordenador.

Espacios:

Aula de expresión corporal o la propia aula.

Actividades:

Actividad de danza guiada: Espejo guiado por el alumnado: En esta actividad cada alumna se coloca por turnos de cara al resto del alumnado mientras suena música y propone movimientos que las el resto del grupo repetirá.

Actividad de danza libre: Te invito a bailar: Retomamos esta actividad de la sesión previa para preparar la siguiente actividad. Repartidas por el espacio las alumnas van bailando y cuando conecten con los movimientos de una compañera se pueden poner de frente a ella y bailar como ella.

Actividad de danza libre: La sala de baile: se acota una zona de acción y otra de observación, por turnos dos alumnas se encargan de observar mientras la otra dispone de dos minutos para entrar por una esquina, realizar una danza en la que muestre lo que siente y salir por la esquina opuesta. Se realizarán dos rondas completas.

Música:

Sufi splendor - La Illaha Illa Allah	Turquía	Movimientos fluidos suaves
Cantos de guerra Ekonda	República democrática del Congo	Movimientos activos y repetitivos, actividad ascendente
Cantos de guerra Sudafricanos	Sudáfrica	Movimientos activos y repetitivos, actividad ascendente
Australian Aboriginal Music: Song with Didgeridoo	Australia	Movimientos repetitivos y fluidos
Wayra Ly-O-Lay Aleloya	Tribu no específica	Movimientos suaves y repetitivos en el desplazamiento

Evaluación:

Lista de control de la sesión 3 y 4 (Anexo III.1.2)

4ª Sesión: Calma e intranquilidad

Objetivos:

- Reconocer e identificar la calma y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Reconocer e identificar la intranquilidad y ser capaz de expresarla corporalmente.
- Ser capaz de realizar una danza como actividad de movimiento que requiere coordinación, equilibrio, control y orientación.
- Expresar la calma y la intranquilidad mediante la lengua oral y la expresión corporal.
- Demostrar con confianza sus posibilidades expresivas.

Contenidos:

- Expresión de la calma mediante:
 - o Movimientos circulares y lentos de brazos.
 - o Movimientos suaves y delicados de piernas.
 - o Ligeras sonrisas, pómulos alzados y ojos ligeramente entrecerrados.
- Expresión de la intranquilidad mediante:
 - o Movimientos rápidos y repetitivos de brazos.
 - o Movimientos rápidos de piernas.
 - o Movimiento constante de mandíbula.
- Conocimiento de la música de:
 - o India
 - o Estados Unidos (Tribus nativas de Norteamérica)
 - o Australia

Recursos:

Reproductor de música, puede ser una radio o el propio ordenador.

Espacios:

Aula de expresión corporal o la propia aula.

Actividades:

Actividad de danza guiada: Bailando con diferentes partes del cuerpo: las propias alumnas proponen con que parte del cuerpo quieren bailar en cada canción, siempre mostrando las emociones que sienten en cada momento.

Actividad de danza libre: Sillas danzarinas: se disponen varias sillas en el espacio, cuando deja de sonar la música cada participante se sienta en una de las sillas. A medida que transcurre el tiempo disminuirá el número de sillas y tendrán que colaborar para que todas se puedan sentar.

Actividad de danza libre: Bailando con estatuas: por parejas o tríos, un miembro o dos del grupo se colocan formando una estatua que represente la emoción que sienten, la otra alumna del grupo debe bailar alrededor suyo, después se cambian los roles.

Música:

Tribal War Didgeridoo:	Australia	Movimientos activos y repetitivos
Spirit medicine healing song - Lakota	Lakota	Movimientos meciendo el cuerpo y de fluidez
Cantos tribales Sioux	Sioux	Movimientos activos, rápidos y repetitivos
Pandit Ravi Shankar - Ind Day Celebrations	India	Movimientos suaves y fluidos

Evaluación:

Lista de control de la sesión 3 y 4 (Anexo III.1.2)

Evaluación final

La evaluación final de la unidad didáctica se obtiene realizando la rúbrica final (Anexo III.2) que se rellena con los resultados de las listas de control. Se pueden hacer las listas de control por duplicado, una evaluación del docente y una autoevaluación del propio alumnado; en ese caso se puede aplicar una media de los resultados obtenidos siempre y cuando estos sean similares a los del maestro. La calificación obtenida en la rúbrica se divide entre 2 y de ahí se obtiene la calificación real sobre 10.

5. CONCLUSIONES

Al inicio del trabajo se presentaban una serie de objetivos que se pretendían lograr. En este punto analizaré en qué punto todos estos objetivos se han cumplido.

En el primer objetivo se buscaba diseñar una unidad didáctica, de educación infantil, que aunara las emociones, la danza libre y la música tribal para trabajar la expresión corporal. La propuesta de intervención presentada da respuesta a este objetivo, en ella se trabaja la expresión corporal de cuatro emociones mediante la danza libre y la música tribal.

El segundo objetivo buscaba indagar en los sonidos tribales. Este objetivo me ha llevado a manejar una diversa bibliografía que habla sobre el tema, así como a investigar una gran cantidad de música, así como a indagar en que movimientos invita a realizar cada música y las emociones que hace sentir. El trabajo ha sido plenamente vivencial.

El tercer objetivo perseguía justificar porque usar la danza como medio para trabajar las emociones. Por todo lo que hemos podido ver a lo largo del trabajo, la danza es capaz de vivenciar y expresar las emociones que nos transmite la música. Además la danza libre nos predispone a trabajar de forma introspectiva por lo que nos permite sentir las emociones de una forma más cercana.

El último objetivo buscaba mostrar la danza como un puente de culturas. Al trabajar desde la danza libre y con música multicultural sin danzas estructuradas permite que cualquier persona sea capaz de bailar con cualquiera de estas músicas buscando solo el hedonismo mismo en su danza y trabajando fuera del prejuicio.

6. LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO

A partir de todo lo presentado hasta ahora surgen varias posibilidades para proseguir con la propuesta presentada. A continuación se presentan las posibles líneas futuras de trabajo que derivan del presente TFG.

- El trabajo extraescolar: se presenta la posibilidad de trabajar fuera del entorno académico como medio de iniciación a la danza y como método de gestión emocional.
- Llevar a cabo la propuesta: esto permite realizar un análisis que permita conocer las ventajas e inconvenientes de este método de trabajo.
- Indagar en otros estilos musicales: la propuesta se lanza desde la perspectiva de los sonidos tribales y tradicionales, pero de la misma forma podría aplicarse con otros estilos y corrientes.
- Comparativa de estilos: siguiendo la línea anterior se puede realizar una comparativa que permita realizar a modo de estudio que estilo permita un mejor trabajo de danza libre a nivel emocional.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Abardía Colás, F. (2014). *Pedagogía Corporal Meditativa. La METTASESSION como recurso para una Expresión Corporal Consciente*. Palencia: Re-Quality SL.
- Abardía Colás, F. (2019). *Apuntes inéditos. Expresión y comunicación corporal en educación infantil. Grado de Educación Infantil, mención en Expresión y comunicación*. Facultad de Palencia: Universidad de Valladolid.
- Akoschky, J. A. (2008). *La música en la escuela infantil (0-6)*. Graó.
- Alemaný Lázaro, M. J. (2009). *Historia de la Danza*. Valencia: Piles.
- Aucouturier, B., & Lapiere, A. (1977). *La educación psicomotriz como terapia*. Barcelona: Médica y Técnica.
- Aucouturier, B., & Lapiere, A. (1985). *Simbología del movimiento*. Barcelona: Editorial Científico- Médica.
- Berruezo, P. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. *Psicomotricidad Revista de Estudios y Experiencias*, 49, 15-26.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bock, F. G. (1948). Elements in the Development of Japanese Folk Song. *Western Folklore*, Vol. 7, 4, 356-369.
- BOCYL de 2 enero 2008. REAL DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre
- Cañal Santos, F., & Cañal Ruiz, M. (2001). *Música, danza y expresión corporal en educación infantil y primaria. Tomo 1*. Junta de Andalucía.
- Castañer Balcells, M. (2000). *Expresión corporal y danza*. INDE Publicaciones.
- Chaiklin, H. (1975). *Marian Chace; her papers*. Columbia Md: American Dance. Therapy Association.
- Chóliz, M. (1995). Expresión de las emociones. En E. Fernández-Abascal, *Manual de motivación y emoción* (págs. 207-230). Madrid: Piramide.
- DeCantazaro, D. (2001). *Motivación y Emoción*. México: Pearson Educación.

- del Barrio, M. (1999). Concepto y técnicas actuales en la evaluación de la depresión infantil. En F. Silva, *Avances en evaluación psicológica* (págs. 50-58). Valencia: Promolibro.
- del Barrio, M. V. (2015). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámide.
- Delalande, F. (1995). *La música es un juego de niños*. Buenos Aires: Ricordi.
- Dropsy, J. (1987). *Vivir en su cuerpo*. Buenos Aires: Paidós.
- During, B. (1993). *La crisis de las pedagogías corporales*. Málaga: Unisport-Junta de Andalucía.
- Fernández Abascal, E., & Martín, M. (1995). Psicología de la Motivación y Emoción. En E. Fernández Abascal, *Manual de Motivación y Emoción* (págs. 22-55). Madrid: Centro de Estudios Ramón Arces.
- Fructuoso C., y. G. (2001). La danza como elemento educativo en el adolescente. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 66, 31-37.
- Fuentes, A. (2006). *El valor pedagógico de la danza*. Valencia: Universidad de Valencia, Servicio de Publicaciones.
- Gajardo Acuña, M. (2019). El Raga Hindú, un mundo en sí mismo. *Revista Musical Chilena*, 24, 39-54.
- García Monge, A., & Bores Calle, N. J. (2004). La Expresión Corporal en la Educación Física Obligatoria: Ideas para organizar el contenido y la práctica. *Revista el patio*, 40-60.
- García Ruso, H. (1997). *La Danza en la Escuela*. Barcelona: Inde.
- García, A. P. (2016). Relación entre música y emociones. *Jornadas: La música en el desarrollo emocional y la comunicación afectiva*. Valencia: CEFIRE.
- Gardner, H. (2011). *Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós Iberica.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Greenberg, L., & Pivio, S. (1999). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.

- Herrero, A. (2000). Intervención psicomotriz en el primer ciclo de Educación Infantil: estimulación de situaciones sensoriomotoras. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 37, 87-102.
- Heth, C. (1992). *Native American Dance: Ceremonies and Social Traditions*. Washington D.C.: National Museum of the American Indian, Smithsonian Institution.
- Ibarra, M. S. (2008). *EvalCOMIX: Evaluación de competencias en un contexto de aprendizaje mixto*. Cádiz: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Cádiz.
- James, W. (1989). *Principios de psicología*. México: Biblioteca de psicología, Psiquiatría y Psicoanálisis.
- Jauset Berrocal, J. (2013). *Música y cerebro, una pareja saludable: las claves de la neurociencia musical*. Almería: Círculo rojo.
- Joyce, M. (1987). *Técnica de danza para niños*. Martínez Roca.
- Koch, G. (2000). *Songs of Tuvalu*. Suva: University of the South Pacific, Institute of Pacific studies.
- Laban, R. (1978). *Danza educativa moderna*. Buenos Aires: Paidós.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press.
- Le Boulch, J. (1969). *Educación por el Movimiento*. Madrid: Paidós.
- Leese, S. y. (1991). *Manual de danza. La danza en las escuelas, como enseñarlas y aprenderlas*. Madrid: EDAF.
- Lení, V., & Wey, W. (2005). *Movimiento y expresión corporal en Educación Infantil*. Madrid: Narcea.
- Lowen, A. (1985). *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona: Herder.
- Malm, W. P. (1985). *Culturas Musicales del Pacífico, el Cercano Oriente y Asia*. Madrid: Alianza.
- Méndez Álvarez, C. (1997). *Como se modela la investigación científica*. Editorial Academia.

- Merriam, A. P. (1959). Characteristics of African Music. *Journal of the International Folk Council*, 11, 13 - 19.
- Miller, A. (2005). *El cuerpo nunca miente*. Barcelona: Tusquets Editores.
- Montesinos, D. (2004). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona: Inde.
- Morgan, M. (2009). *Las voces del desierto*. Ciudad de México: B de Bolsillo.
- Morris, D. (1985). *El cuerpo al desnudo*. Barcelona: Folio.
- Nettl, B. (1956). *Music in Primitive Culture*. Harvard University Press.
- Padilla, C. y. (2003). Siglo XXI: perspectivas de la danza en la escuela. *Tavira: revista de Ciencias de la Educación*, 18, 9-20.
- Pascual Mejía, P. (2002). *Didáctica de la música para primaria*. Prentice Hall.
- Pegg, C. (1992). Mongolian Conceptualizations of Overtone Singing. *British Journal of Ethnomusicology*, 1,, 31-54.
- Piaget, J. (1929). *The child's concept of the world*. Londres: Routledge & Kegan Paul.
- Piaget, J. (1981). *La teoría de Piaget. Infancia y Aprendizaje*.
- Picq, L., & Vayer, P. (1969). *Educación psicomotriz y retraso mental*. Barcelona: Editorial Científico-Médica.
- Robinson, J. (1992). *El niño y la danza*. Barcelona: Octaedro.
- Roth, G. (1994). *Enseñanzas de una chamán urbana. La curación por el movimiento*. Barcelona: Planeta.
- Ruano, K. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental. (Tesis Doctoral)*. Universidad Politécnica de Madrid.
- Scherer, K. (1986). Vocal affect expression: A review and a model for future research. *Psychological Bulletin*, 99,, 143-165.
- Schinca, M. (2011). *Manual de psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Sierra, M. (2001). *La expresión corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física*. Tesis doctoral. Madrid: UNED.

- Skinner Sawyers, J. (2001). *Celtic Music: A Complete Guide*. Boston: Da Capo Press.
- Stefanucci, J., Gagnon, K., & Lessard, D. (2011). Follow your heart: Emotion adaptively influences perception. *Social and personality psychology compass*.
- Strangways, A. H. (1914). *The music of Hindostan*. Oxford: Oxford University Press.
- Tamba, A. (1997). *Músicas tradicionales de Japón: de los orígenes al siglo XVI*. Madrid: AKAL.
- Thodore Levin, V. S. (2006). *Where rivers and mountains sing*. Bloomington: Indiana University Press.
- Thornton, S. (1996). *Dance as you've never danced before!* Londres: Jessica Kingsley Publisher.
- Torres Menárguez, A. (7 de Octubre de 2018). La escuela tiene una visión muy limitada de lo que es la inteligencia. *El País*.
- Vaca, M. (2002). *Relatos y reflexiones sobre el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal en la Educación Primaria*. Palencia: Asociación Cultural "Cuerpo, Educación y Motricidad".
- Vallés, A., & Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.
- Wallon, H. (1976). *La evolución psicológica del niño*. Barcelona: Grijalbo.

Recursos electrónicos

- Redacción Dance Emotion (Mayo 2018) Dancemotion. *Danzas africanas: el origen de todas*.
<https://dancemotion.es/danzas-africanas-el-origen-de-todas/> (Consulta: el 21 de Abril de 2019)
- Anónimo (Diciembre 2008) Elblogalternativo. *La expresión psicomusical de los Indios Norteamericanos*.

<https://www.elblogalternativo.com/2008/12/31/la-expresion-psicomusical-de-los-indios-norteamericanos/> (Consulta: el 21 de Abril de 2019)

- Berastegi, J (Octubre 2007). Inteligencia emocional. *Desarrollo emocional: educación primaria*.
<http://www.blogseitb.com/inteligenciaemocional/2007/10/01/desarrolloemocional-educacion-primaria/> (Consulta: el 9 de Mayo de 2019)

8. ANEXOS

ANEXO I: CATA DE SONIDOS TRIBALES Y TRADICIONALES

AFRICA

Sufi splendor - La Illaha Illa Allah	Turquía	https://www.youtube.com/watch?v=XA6fqbrswKo	Calma	Movimientos fluidos suaves
Sufi splendor - Ya Rabbi Salli Alal Habib Mohammaden	Turquía	https://www.youtube.com/watch?v=wxFKwEPD9_A	Alegría	Movimientos fluidos suaves
Sufi splendor - Allaho Akbar, Ya Rahimo Ya Rahman	Turquía	https://www.youtube.com/watch?v=t-JlhVGzWro&t=36s	Tristeza	Movimientos fluidos suaves
Sona Jobarteh – Jarabi	Gambia	https://www.youtube.com/watch?v=oToZfPGM_MBY	Tristeza	Movimientos pesados de vaivén repetitivos
Sona Jobarteh – Saya	Gambia	https://www.youtube.com/watch?v=muKYuDVs_kk	Tristeza	Movimientos meciendo el cuerpo
Cantos de guerra Ekonda	República democrática del Congo	https://www.youtube.com/watch?v=xKqjj42GinM	Intranquilidad	Movimientos activos y repetitivos, actividad ascendente
Sibiri Samaké - Ladonkan	Mali	https://www.youtube.com/watch?v=dUCAGysDRGY	Desmotivación	Movimientos activos y repetitivos
Marakwet traditional song	Kenia	https://www.youtube.com/watch?v=6H_Ah3w5FBI	Alegría	Movimientos activos y repetitivos
Cantos de guerra Sudafricanos	Sudáfrica	https://www.youtube.com/watch?v=-kqhvhecfmE	Intranquilidad	Movimientos activos y repetitivos, actividad ascendente

OCEANIA

Tribal War Didgeridoo:	Australia	https://www.youtube.com/watch?v=mOITXkzoeVA	Intranquilidad	Movimientos activos y repetitivos
Na Hana Nui A Maui - Mark Keali'i Ho'omalua	Hawái	https://www.youtube.com/watch?v=JKms_AtWWzs	Alegría	Movimientos fluidos
Ke Kaua A Kukauakahi- Mark Keali'i Ho'omalua	Hawái	https://www.youtube.com/watch?v=HjxhZdYUVCU	Alegría	Movimientos fluidos y rápidos
Australian Aboriginal Music: Song with Didgeridoo	Australia	https://www.youtube.com/watch?v=N8Oof5uNGAk	Calma	Movimientos repetitivos y fluidos

NORTEAMÉRICA

Danza con tambor:	Inuits	https://www.youtube.com/watch?v=M1GUengQGAQ	Indiferencia	Movimientos repetitivos de actividad ascendente
Inuit Throat Singing - Katajjaq	Inuits	https://www.youtube.com/watch?v=hWN36wBKFBM	Alegría	Movimientos rápidos y repetitivos con la boca
Wayra Ly-O-Lay Aleloya	Tribu no específica	https://www.youtube.com/watch?v=Ud3ExgetzUI	Calma	Movimientos suaves y repetitivos en el desplazamiento
Spirit medicine healing song - Lakota	Lakota	https://www.youtube.com/watch?v=NwUxXQIKvHs	Paz	Movimientos meciendo el cuerpo y de fluidez
Cantos tribales Sioux	Sioux	https://www.youtube.com/watch?v=8TagAnliGo	Intranquilidad	Movimientos activos, rápidos y repetitivos

ASÍA

Anoushka Shankar – Lasya	India	https://www.youtube.com/watch?v=wLAXfkK-DPg	Armonía	Movimientos fluidos y rápidos de bamboleo
Pandit Ravi Shankar - Ind Day Celebrations	India	https://www.youtube.com/watch?v=kCsmvK06SCA	Calma	Movimientos suaves y fluidos
Mongolian Throat Singing-Batzorig Vaanchig	Mongolia	https://www.youtube.com/watch?v=1rmo3fKevo&t=91s	Paz	Movimientos meciendo el cuerpo
Batzorig Vaanchig - Morin Khuur	Mongolia	https://www.youtube.com/watch?v=8MLrWgXAoyo	Alegría	Movimientos muy suaves al principio después activos desplazándose
Ensemble Nipponia - Kumoi Jishi	Japón	https://www.youtube.com/watch?v=bCLITGugt0Y	Tristeza	Movimientos suaves y fluidos con cambios de trayectoria bruscos
Ensemble Nipponia - Ozatsuma	Japón	https://www.youtube.com/watch?v=FUBNv7IIm8g	Indiferencia	Movimientos suaves y fluidos que se aceleran y vuelven a la calma
Ensemble Nipponia - Ogi no mato	Japón	https://www.youtube.com/watch?v=WebV3h4F264	Amargura	Movimientos suaves y fluidos

EUROPA

Clanadonia – Hamsterheid	Pictos (Escocia)	https://www.youtube.com/watch?v=vZoAeOO73R0	Alegría	Movimientos seguros y repetitivos
Clanadonia - Tu-Bardh	Pictos (Escocia)	https://www.youtube.com/watch?v=d2mWMKTzUt8	Euforia	Movimientos seguros y repetitivos
Música tribal Germánica	Alemania	https://www.youtube.com/watch?v=3qgCk9jZH4Q	Añoranza	Movimientos pesados y lentos

ANEXO II: ALFABETO EXPRESIVO

Elemento	Descripción	Mensaje	Energía
Mejillas	Elevación de las mejillas	Me siento lleno de vida y celebro esa sensación. Estoy bien conmigo mismo y con mi entorno.	Alegría
Labio	Su curva se desplaza hacia arriba y hacia atrás		
Ojos	Mayor apertura ocular		
Cabeza	Echada hacia atrás		
Hombros	Bajos y cuadrados		
Voz	Aumento del volumen		
Brazos	Movimientos ágiles y fluidos		
Piernas	Movimientos seguros		
Parpados	Caídos	Siento pesar en mi interior, algo me preocupa y limita mis movimientos.	Tristeza
Ojos	Ángulo hacia abajo		
Cejas	Levantadas y unidas		
Labios	Descenso de la comisura de los labios		
Mandíbula	Cae por su propio peso		
Cabeza	Inclinada hacia abajo		
Hombros	Encorvados		
Pecho	Contraído		
Voz	Baja y con apenas sonoridad		
Brazos	Caídos, los movimientos son pesados		
Piernas	Pasos pesados y dubitativos		

Elemento	Descripción	Mensaje	Energía
Ojos	Entrecerrados	Me siento Tranquilo y relajado, fluyo con mis emociones y con mi entorno.	Calma
Cejas	Caídas hacia los lados		
Cabeza	Echada hacia atrás		
Hombros	Bajos y cuadrados		
Labio	Su curva se desplaza suavemente hacia atrás		
Voz	Suave y con poca sonoridad		
Brazos	Movimientos decididos y lentos.		
Piernas	Movimientos delicados.	No soy capaz de parar, algo me mantiene nervioso.	Intranquilidad
Labios	Comisura tensa		
Ojos	Muy abiertos		
Cabeza	Echada hacia adelante		
Músculos	Tensos		
Voz	Seca y sonora		
Brazos	Movimientos rápidos y repetitivos		
Piernas	Movimientos rápidos y fuertes		

La descripción de como interactúa el cuerpo al sentir las distintas emociones se basa en los trabajos de: Scherer (1986); Chóliz (1995); Fernández-Abascal y Martín (1995); Morris (1985); Lowen (1985); del Barrio (1999); Greenberg y Pivio (1999); Vallés y Vallés (2000); DeCantazaro (2001); recogidos por Kiki Ruano (2004).

ANEXO III: EVALUACIÓN

ANEXO III.1: LISTA DE CONTROL

ANEXO III.1.1: Sesión 1 y 2

		Alumna 1	Alumna 2	Alumna 3
Alegria	Eleva las mejillas			
	Curva los labios hacia arriba y hacia atrás			
	Abre mucho los ojos			
	Echa la cabeza hacia atrás			
	Baja los hombros y los mantiene cuadrados			
	Aumenta del volumen de la voz			
	Realiza movimientos ágiles y fluidos de brazos			
	Realiza movimientos seguros con las piernas			
Tristeza	Mantiene los párpados caídos			
	Mantiene los ojos en un ángulo hacia abajo			
	Coloca las cejas levantadas y unidas			
	Desciende la comisura de los labios			
	Deja caer la mandíbula por su propio peso			
	Inclina la cabeza hacia abajo			
	Encorva los hombros			
	Contrae el pecho			
	Baja la voz y emite sonidos con apenas sonoridad			
	Mantiene los brazos caídos y los mueve de forma pesada			
Da pasos pesados y dubitativos				

ANEXO III.1.2.: Sesión 3 y 4

		Alumna 1	Alumna 2	Alumna 3
Calma	Entrecierra los ojos			
	Deja caer las cejas hacia los lados			
	Echa la cabeza hacia atrás			
	Baja los hombros y los deja cuadrados			
	Curva los labios suavemente hacia atrás			
	Su voz es suave y con poca sonoridad			
	Mueve los brazos de forma decidida y lenta			
Mueve las piernas de forma delicada				
Intranquilidad	La comisura de los labios se mantiene tensa			
	Abre mucho los ojos			
	Echa la cabeza hacia adelante			
	Tensa los músculos			
	La voz suena seca y sonora			
	Mueve los brazos rápido y repetitivamente			
	Mueve las piernas rápido y fuerte			

ANEXO III.2: RÚBRICA

	0	1	2	3	4	5
Sesión 1 y 2	No cumple ninguno de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 4 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 8 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 12 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 16 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 19 de los ítems de la lista de control
Sesión 3 y 4	No cumple ninguno de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 3 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 6 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 9 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 12 de los ítems de la lista de control	Cumple al menos 15 de los ítems de la lista de control