

DEL DEPORTE A LA DANZA; UNA PROPUESTA HACIA LA CREATIVIDAD EN LA FORMACIÓN INICIAL DEL MAESTRO Y LA MAESTRA DE EDUCACIÓN FÍSICA

AURORA LLOPIS GARRIDO

Licenciada en Educación Física

Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Sevilla

Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal

Resumen

Esta experiencia que presentamos hay que concebirla en el amplio marco de un intento de establecer una vía metodológica hacia la enseñanza de la danza en la escuela.

Una de las razones de la baja motivación de los alumnos y alumnas en edad escolar por las actividades de danza, o incluso de expresión corporal, es la falta de interés por dichos temas y el desconocimiento de los mismos que les son lejanos a su realidad motriz, en la cual los deportes, principalmente los colectivos como el fútbol, baloncesto, voleibol, etc, acaparan la mayor atención.

Este trabajo tiene como objetivo comprobar si una serie de movimientos corporales, específicos de algunos deportes colectivos, en este caso voleibol y baloncesto, organizados de una forma estratégica, si queréis coreográfica, y aliñados con un poco de música, son capaces de modificar la actitud del alumno y/o la alumna hacia la danza.

"Parece verdad que los centros de creatividad tienden a estar en la intersección de culturas diferentes, donde creencias, estilos de vida y conocimientos se mezclan y permiten a los individuos ver nuevas combinaciones de ideas con mayor facilidad".

M. Csikszentmihalyi

Introducción

El presente trabajo se ha llevado a cabo en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla y en dos Centros escolares de dicha ciudad (C.P. Miguel Hernanded y C.C. Santo Ángel de la Guarda), gracias a la participación de dos estudiantes que actualmente se encuentran realizando el tercer curso de la diplomatura de Educación Física, y a la colaboración de los maestros de Educación Física correspondientes a los centros escolares anteriormente citados, que han facilitado la labor docente de los estudiantes durante las prácticas de enseñanza.

Para comprender mejor la finalidad y el desarrollo de esta actividad, es necesario exponer algunas cuestiones referentes al contexto educativo en el que se enmarca.

Con los nuevos planes de estudios implantados en el curso académico 98/99, la materia Expresión Corporal adoptó una nueva dinámica; se produjeron algunas modificaciones pasando de ser una asignatura anual de carácter obligatorio y con

una carga lectiva de 9 créditos (3 teóricos y 6 prácticos), a desglosarse en dos asignaturas: Expresión Corporal I y Expresión Corporal II; la primera con carácter obligatorio y 4,5 créditos (3 teóricos y 1,5 prácticos) se imparte en el primer cuatrimestre, y la segunda de carácter optativo y con idéntico creditaje que se desarrolla en el segundo cuatrimestre. Todo lo cual señalamos para que se conozca que de alguna manera, cuando nuestros estudiantes superan la asignatura ubicada en el primer cuatrimestre se supone que han recibido los conocimientos básicos para afrontar la materia en cuestión; sólo aquellos que quieren ahondar en conocimientos y presentan mayor interés por estos temas continúan su formación en este ámbito durante el segundo cuatrimestre. Las asignaturas siguen desarrollándose en el tercer curso de la carrera.

Las Prácticas de enseñanza tienen la duración de un mes durante el segundo curso y de otro mes en el tercer curso de la carrera; suelen realizarse entre los meses de febrero y marzo una vez que ha finalizado el primer cuatrimestre, con lo cual y refiriéndonos a la materia que nos compete, acaban de recibir su formación básica.

Dicho todo ésto volvemos a nuestra experiencia. Durante la primera semana del Practicum los estudiantes deben realizar una observación del centro a todos los niveles, esto implica desde la anotación de materiales e instalaciones que pueden utilizar, hasta la revisión de la biblioteca del centro para conocer si existe bibliografía alguna sobre actividad física y deportes, pasando por la observación de las sesiones desarrolladas por el profesor o profesora del centro, su programación, etc.

Durante el transcurso de esta primera semana dos estudiantes de tercero asistieron a mis tutorías con la idea de realizar una Unidad Didáctica durante sus prácticas de enseñanza sobre el contenido "expresión corporal" y más concretamente sobre danza, para lo cual solicitaban algún manual o en su defecto algún tipo de receta que les ayudara en aquella empresa. Cabe señalar que ninguno de ellos habían tomado clases de danza antes de cursar la asignatura, tan solo uno de ellos recordaba haber realizado alguna coreografía durante el bachiller. Las causas de este repentino interés por la danza se centran por un lado; en el hecho de que en los centros donde desarrollaban sus prácticas no se habían realizado actividades de estas características anteriormente, implicando a todos los alumnos y alumnas de un curso, sin que la actividad estuviera enfocada a la representación para algún día de festejos en el centro; y por otro lado en un desafío personal por parte de los estudiantes en prácticas, que de alguna manera querían demostrar, primeramente a ellos mismos y luego a los demás, que estaban preparados para este trabajo. El problema principal radicaba en que desde la perspectiva de los estudiantes, si bien confiaban completamente en sus conocimientos sobre el contenido "danza", se sentían inexpertos a la hora de llevar a la práctica toda la teoría estudiada y que a primera vista les resultaba fácil de realizar durante las sesiones prácticas de la asignatura Expresión Corporal I.

De tal manera les pedí que pensar en movimientos y/o gestos específicos de algún deporte que practicaran con asiduidad o que dominaran con gran seguridad, una vez que hubieran hecho esta selección de gestos, les sugerí que desglosaran el movimiento, marcando cada una de sus partes con un acento rítmico, y seguidamente que se atrevieran a ponerle música; todo esto sin buscar unir dichos pasos y realizar una construcción coreográfica, la idea sólo era intentar ponerle otro ritmo a los gestos deportivos que habitualmente realizaban de forma autónoma y que les eran fáciles de ejecutar.

METODOLOGÍA

En este apartado describiremos la secuencia de etapas o fases a través de las cuales se desarrolló la experiencia de dichos estudiantes.

1) Revisión bibliográfica sobre la danza en la escuela

En este apartado se consultaron textos como: La danza en la escuela (M.H. GARCÍA RUSO 1997); La danza y el lenguaje del cuerpo en la educación infantil (A. HUGAS I BATLLE 1996); Danza educativa moderna (R. LABAN 1993); Técnica de danza para niños (M. JOYCE 1987); Gimnasia Jazz I y II (M. BECKMAN 1979); Expresión corporal: ritmo y movimiento (A. LLOPIS 1998; en S. ROMERO (coord)).

2) Selección del grupo o los grupos con los cuales se iba a realizar la actividad.

Para esta fase tuvimos en cuenta diferentes criterios de selección:

- Intereses de los alumnos y alumnas, comprobado tras haber realizado alguna actividad cercana al contenido que pretendíamos desarrollar, durante las sesiones habituales de Educación Física.
- Aquellos grupos en los que el estudiante en prácticas se encontraba a gusto, con mayor seguridad, en los que existía un clima de trabajo adecuado.
- Atender los consejos del profesor del centro, el cuál conocía bien a los alumnos y alumnas.

3) Elección de los deportes de los cuales se iban a obtener los gestos y movimientos que nos servirían como base para los pasos de danza.

Atendimos a los siguientes criterios:

- Deportes ya trabajados por los niños y niñas en las sesiones de Educación Física
- Intereses y gustos de los niños y niñas
- Preferencias de los estudiantes en prácticas
- Indicaciones de los profesores del centro

4) Temporalización de la actividad.

Debido al escaso tiempo de que disponíamos (un mes que se traduce en tres semanas si quitamos la semana de observación), la temporalización quedo de la siguiente manera:

La Unidad Didáctica la constituían cinco sesiones:

Primera- Introducir al niño en el deporte que habíamos elegido

Segunda- Introducir al niño en el mundo del ritmo y la gimnasia-jazz

Tercera- Trabajar los gestos técnicos aprendidos con ritmo

Cuarta- Trabajar los gestos técnicos con música

Quinta- Construir la coreografía

5) Selección de los gestos específicos del deporte elegido

Para lo cuál el criterio principal fue la simplicidad del gesto

6) Análisis de dichos gestos y adaptación del componente rítmico

Cada uno de los gestos seleccionados se estudiaron de manera analítica, dividiendo el gesto en partes las cuales se acentuaban con un golpe rítmico que correspondería a un tiempo musical.

7) Selección de la música

Entre los criterios para su selección señalamos:

- Que fuera conocida y atractiva para los niños y las niñas con los que íbamos a trabajar.
- Que fuera "pegadiza" y fácil de llevar, esto se traducía a que su estructura fuera simple y "cuadrada"; nosotros llamamos música "cuadrada" a aquella cuya estructura musical estaba formada por frases de ocho tiempos organizadas en series, cada serie se compone de cuatro frases musicales con lo

cuál cada serie cuenta con treinta y dos tiempos, además no deberían contener lagunas musicales, es decir frases o series incompletas.

- Que fuera del gusto de los estudiantes, ya que ellos serían los que se iban a enfrentar con la coreografía final.

- Que obtuviera la aprobación del profesor del centro.

8) Adaptación de los gestos a la música

Esta fase fué la llevó mayor tiempo y dedicación; como hemos dicho antes cada gesto fue "desmenuzado" en ocho o en cuatro partes, las cuales se hicieron corresponder con los acentos de las frases musicales, obteniendo así series de movimientos más o menos ralentizados, en función de la capacidad de los bailarines.

9) Organización de la coreografía (estribillo)

Llegado este punto solo restaba unir las diferentes series que representaban los gestos de los deportes seleccionados, pero de alguna manera se vio conveniente introducir un estribillo de movimientos que a la vez que ligaba los gestos diera tiempo para la preparación de los mismos, por ello se optó por introducir un estribillo conocido por la mayoría, ya que estaba de moda en cualquier fiesta, aunque se le introdujo algunas modificaciones.

De esta manera y ya que se habían elegido dos deportes se construyó una coreografía para cada uno de ellos y otra coreografía mixta que tomaba pasos de las dos coreografías anteriores.

En todos los casos se procuró que las secuencias fueran fáciles de ejecutar y de recordar.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Tras la revisión de la bibliografía señalada, con lo cuál los estudiantes tuvieron una idea del tratamiento que recibe la danza aplicada a estas edades, se plantearon la elección de los grupos con los cuales actuar; a este respecto se decidieron por trabajar con niños y niñas de 2º y 3º de enseñanza primaria, a lo que corresponden edades de 7 a 8 años, aunque sostuvieron la idea de que se podría realizar la experiencia con cualquier otro grupo de edad dentro de la educación primaria, es más pensaban que con los niños y niñas de 5º y 6º les sería más fácil y útil por la sencilla razón que ya están en la edad de poder ir especializándose en un deporte determinado y que posee mayores conocimientos, por lo que la colaboración en la construcción de la coreografía sería mayoritaria teniendo más posibilidades de participación en el proceso de enseñanza aprendizaje; al mismo tiempo opinaban que siguiendo los consejos de sus profesores, los niños y niñas de 5º y 6º no mostraban el más mínimo interés por este tipo de sesiones por lo que les sería imposible realizar dicho ensayo con ellos.

Decidieron elegir como deportes base para el desarrollo de su unidad didáctica el voleibol y el baloncesto, tanto por motivos personales como por el hecho de existir instalaciones adecuadas en los centros escolares, y también cabe señalar que en las programaciones de los profesores ya se habían trabajado con anterioridad, por lo tanto los alumnos/as poseían conocimientos.

La temporalización, como señalamos anteriormente, se estableció en cinco sesiones debido a la imposibilidad de utilizar más tiempo de sus prácticas, ya que debían tratar otros contenidos y por otro lado no perturbar la programación del profesor del centro.

La primera sesión se centró en conocer básicamente el juego del deporte elegido (en un caso baloncesto y en el otro voleibol). Aprender a moverse según los distintos tipos de ritmos; y vivenciar el ritmo a través del movimiento.

En la segunda sesión se trabajaron de forma elemental los gestos técnicos básicos.

Durante la tercera sesión se dedicaron a realizar los diferentes gestos técnicos a diferentes ritmos, marcando los acentos en cada una de las partes del movimiento.

La cuarta sesión se dedicó a la incorporación de la música, acoplando cada movimiento a un acento musical, trabajando de esta manera con frases de ocho tiempos durante las cuales realizaban el movimiento muy ralentizado si hacían coincidir cada acento con el movimiento, o bien, algo más rápido si trabajaban a doble tiempo (dos movimientos por cada acento musical, repetición del mismo gesto dos veces durante una frase musical).

En la quinta sesión explicaron el estribillo de movimientos, del cual ya hemos hablado, y unieron los diferentes gestos deportivos.

Para las dos siguientes etapas, selección de los gestos de cada deporte; y análisis de dichos gestos y adaptación al componente rítmico consultaron bibliografía referida a los deportes elegidos pero principalmente se dejaron llevar por su propia experiencia. De esa manera el resultado fue el siguiente:

Elegiremos para la descripción de la actividad "voleibol", a modo de ejemplo, señalando que en el caso del baloncesto se actuó de manera similar.

VOLEIBOL

Gestos Técnicos:

a) Posiciones fundamentales:

- Alta: la utiliza el jugador ante balones cuya trayectoria se desarrolla por encima de su cabeza.

Descripción:

- piernas ligeramente flexionadas, abiertas y pies situados a la anchura de los hombros.
- Cabeza alta mirando al balón
- Si se realizase después de un bloqueo los brazos estarán a la altura de los hombros, manos abiertas con los dedos y las palmas mirando al frente.
- Media: para balones cuya trayectoria se encuentra entre la cabeza y la cadera.

Descripción:

- Piernas más flexionadas que en la anterior
- Pies separados a igual distancia que la anterior
- Peso del cuerpo repartido entre los pies
- Tronco ligeramente inclinado hacia delante
- Brazos estirados hacia delante pero no forzados
- Baja: se usa para acudir a balones que nos llegan entre la cadera y el suelo
- Piernas flexionadas al máximo
- Brazos completamente estirados hacia delante
- Tronco flexionado
- Pies a la misma anchura, peso repartido sobre las puntas.

b) Desplazamientos:

- Paso simple: se inicia con la pierna más cercana al lugar del desplazamiento. Una vez realizado se adopta la posición fundamental oportuna. Se utiliza para los desplazamientos adelante, atrás, izquierda y derecha.
- Paso añadido: se inicia con el pie más cercano a la dirección deseada. El otro pie se acerca inmediatamente para mantener la posición base.

c) Toque de dedos:

Es la acción técnica de golpear el balón con las falanges de los dedos de ambas manos, a una altura determinada según finalidad, como resultado de la coordinación de los distintos segmentos del cuerpo.

d) Toque de antebrazos:

Es el gesto técnico realizado con los antebrazos unidos y tensos desde una posición fundamental generalmente media o baja.

e) Bloqueo

Acción técnica de un jugador en suspensión junto a la red con la intención de interceptar un ataque contrario. El salto debe ser vertical, equilibrado y sin carrera previa.

Para la elección de la música optaron por una canción conocida que aún sonaba en fiestas, la cual tenía un "estribillo de movimientos" que sabían todos los niños y niñas. De esta manera la coreografía completa se basó en la canción "Saturday Night".

Cuando llegó el momento de acoplar el gesto a la música se hicieron muchas pruebas, y se fue buscando que el ritmo del gesto fuera el más natural posible, en algunos casos el hecho de desglosarlo en demasía provocaba una ralentización excesiva.

A continuación vamos a intentar describir la coreografía; para su mejor comprensión señalar que los números que aparecen entre paréntesis a lado del gesto corresponden a los tiempos o acentos que ocupa dicho movimiento en la música.

DESCRIPCIÓN DEL ESTRIBILLO DE MOVIMIENTO

- * Apoyo del codo sobre mano contraria, girar antebrazo (2)
 - * Ídem con el otro brazo (2)
 - * Inclinar el tronco adelante al tiempo que se realiza un rodillo de brazos (2)
 - * Ídem hacia atrás (2)
 - * Dos pasos hacia delante cruzando los brazos y apoyando las manos en las caderas (2)
 - * Dos pasos hacia atrás poniendo las manos en el culo (2)
 - * Salto adelante, salto atrás y 1/4 de giro con una palmada (4)
- En total sumamos 16 tiempos o lo que es igual dos frases musicales.

COREOGRAFÍA DE VOLEIBOL

- * Introducción de la música marcando el ritmo con los pies sobre el suelo, como si marchásemos en el sitio.
- * Estribillo de movimientos, repetir dos veces (32)
- * Dos pasos laterales a la derecha y una detención con palmada hacia la derecha (2)

Dos pasos laterales a la izquierda y una detención con palmada a la izquierda (2)

(Repetir 4 veces (32))

- * Estribillo de movimientos, repetir dos veces (32)
- * Toque de dedos:
 - 4 toques (2 al centro y 2 arriba) en dos tiempos (8)
 - 1/4 de giro a la derecha 4 toques (2 laterales y 2 arriba) en dos tiempos (8)
 - 1/2 giro a la izquierda 4 toques (2 laterales y 2 arriba) en dos tiempos (8)
 - 4 toques (2 al centro y 2 arriba) en dos tiempos (8)
- * Estribillo de movimientos, repetir dos veces (32)
- * Adelanto pierna derecha, luego pierna izquierda, salto de bloqueo (4), al caer abro brazo derecho, después el izquierdo (2), seguidamente cierro brazo derecho e izquierdo (2)

(Repetir cuatro veces (32))

* Estribillo de movimientos, repetir dos veces (32)

La coreografía queda formada por 7 series de 32 tiempos cada una, empezando por un estribillo de movimientos y alternando sucesivamente, paso de voleibol con estribillo hasta finalizar con un estribillo.

Siguiendo este tipo de construcción podemos ir incorporando nuevos pasos (del mismo deporte o de otros) que pueden ser creados por los propios niños y niñas, dándole así la opción de participar en la elaboración de la coreografía del grupo.

Conclusiones

Con este tipo de trabajo lo que se pretendía era despertar el interés de los niños y las niñas hacia las actividades de danza o similares, quizás deberíamos llamarlo "actividades rítmicas" sin llegar a la categoría de danza; nunca se ha buscado la mejora del gesto técnico en sí, ya que el movimiento poco a poco se va diferenciando del que adoptamos en su forma original.

Cabe señalar que los estudiantes que realizaron dicha experiencia durante sus prácticas, eran neófitos en este tipo de actividades, y sus conocimientos sobre el tratamiento de la danza en la escuela se remontaba a principios del curso académico actual.

Este trabajo nos ha demostrado que la danza, o las actividades rítmicas, está al alcance de todos, sólo necesitamos cierta organización y mucha motivación. Al no pretender desarrollar una danza académica con estructuras rígidas, tiene cabida en esta actividad cualquier tipo de movimientos corporales, que si bien en este caso los hemos tomado del ámbito deportivo, también podrían proceder de otros campos; lo realmente interesante sucede al incorporarle a estos gestos un ritmo externo, ya que de esta manera se nos obliga a buscar una solución realizando modificaciones en el movimiento corporal que potenciarán la creatividad de nuestros alumnos y alumnas.

Agradecer a Daniel C. Goncé Rodríguez y Jose A. Espinar Losa su colaboración en esta actividad, ya que sin su dedicación hubiera sido imposible la realización de la misma.

"La creatividad es el resultado de la interacción de un sistema compuesto por tres elementos: una cultura que contiene reglas simbólicas, una persona (o un grupo de personas) que aporta novedad al campo simbólico y un ámbito de expertos que reconocen y validan la innovación."

M. Csikszentmihalyi

Bibliografía

- BECKMAN, M. (1979). Gimnasia Jazz I y II. Stadium. Buenos Aires.
GARCÍA RUSO M. H. (1997). La danza en la escuela. Inde. Zaragoza.
HUGAS I BATLLE, A. (1996). La danza y el lenguaje del cuerpo en educación infantil. Celeste. Madrid.
JOYCE, M. (1987). Técnica de danza para niños. Martínez Roca. Barcelona.
LABAN, R. (1993). Danza educativa moderna. Paidós. Barcelona
LLOPIS, A. (1998). Expresión corporal: ritmo y movimiento. En ROMERO, S. (Coord) Fundamentación de los contenidos en Educación Física escolar. Copyrex. Sevilla, pp 211-230.