

# LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO HERRAMIENTA LÚDICA EN LOS ESTUDIANTES DE DANZA

**Sandra Janneth Becerra Pineda <sup>1</sup>**

**Irma Belén Chaves García <sup>2</sup>**

Recepción: 19 de marzo de 2018

Aprobación: 27 de septiembre de 2018

Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

1 Licenciada en Educación Artística, Corporación de Educación Nacional CENDA. Especialista en Lúdica Educativa, Fundación Universitaria Juan de Castellanos. Docente de Danza, Escuela Normal Superior Distrital María Montessori. sandrabe7007@hotmail.com.

2 Licenciada en Ciencias de la Educación con especialidad en Educación Física Recreación y Deportes, Universidad de Cundinamarca. Especialista en Educación y Orientación Sexual, Universidad Manuela Beltrán. Docente de educación física, Escuela Normal Distrital María Montessori. irmachg@gmail.com.

### Resumen

La educación se ha centrado en la trasmisión y reproducción de conocimientos y de verdades únicas, dejando de lado la creatividad y la infinita posibilidad de respuestas; por ende, la formación en danza no está exenta de incurrir en los mismos desaciertos, lo que revive la necesidad de recurrir a través de las diferentes técnicas y los contextos escolares, a explorar nuevas formas de comunicación y expresión corporal como la lúdica. En la presente investigación, se muestran los resultados de la intervención pedagógica que tuvo como propósito fortalecer la expresión corporal como herramienta lúdica en los estudiantes del grado décimo de la materia Lenguaje de Danza, de la Escuela Normal Distrital María Montessori, el diseño fue investigación acción en educación de enfoque cualitativo. Se dio inicio reconociendo el nivel de expresión corporal en que se encontraban los estudiantes, se diseñaron e implementaron 8 talleres lúdicos orientados desde sus experiencias, emociones y sentimientos, en aras de fortalecer la expresión corporal y enriquecer los patrones de movimiento a través de la danza libre, la creatividad y la lúdica. Se registraron las observaciones realizadas en diarios de campo, uno por taller, y se realizó una encuesta de 5 preguntas cerradas para evaluar los resultados. Se pudo corroborar la importancia de la lúdica en la expresión corporal, puesto que fomentan en los estudiantes interés, disposición, creatividad y libertad de expresión, en una nueva forma de acudir a sus sentimientos y emociones para expresarse corporalmente con seguridad, confianza, autonomía y reconocimiento de sí mismo y de los otros.

**Palabras clave:** danza libre, danza creativa, formación danzaría, libertad de expresión, movimiento cotidiano.

## BODY EXPRESSION AS A PLAYFUL TOOL FOR DANCE STUDENTS

### Abstract

Education is focused on the transmission and replication of knowledge and unique truths, ignoring creativity and the countless possibilities of answers; therefore, dance training is not exempt from making the same mistakes, which revives the need to use different techniques and school contexts to explore new ways of communication and body expression such as playfulness. In the following research, the results of the pedagogical intervention are shown, which had the purpose of strengthening the corporal expression as a fun tool of students of the tenth grade of Dance Language subject, at Escuela Normal Distrital María Montessori. The design was action research in education with a qualitative approach. It began by recognizing the students' abilities to express themselves with their bodies. Eight workshops were designed and implemented, based on the students' experiences, emotions and feelings, to strengthen body expression and to enrich movement patterns through free dance, creativity and play. Observations were recorded in field diaries, one per workshop, and a survey of 5 closed questions was carried out to evaluate the results. It was possible to corroborate the importance of playfulness in body expression, since it encourages in students interest, willingness, creativity and freedom of expression, through a new way of turning to their feelings and emotions to express themselves bodily with security, confidence, autonomy and recognition of themselves and others.

**Keywords:** free dance, creative dance, dance training, freedom of expression, daily movement.

## EXPRESSÃO CORPORAL COMO UMA FERRAMENTA DE PLAYGROUND PARA ESTUDANTES DE DANÇA

### Resumo

A biblioteca escolar pode ser vista como um ambiente extremamente importante para a busca do conhecimento, que suporta os processos educativos das instituições. Na presente, são apresentados os resultados de um exercício de pesquisa desenvolvido sob a linha da abordagem qualitativa do tipo pesquisa-ação, a fim de permitir, observar a realidade e coletar dados, para descrever os hábitos de leitura de alunos do 6º ano do ensino fundamental. Instituição Educacional Distrital (IED) Los Naranjos, e identificar o nível de utilização da biblioteca escolar. Com os resultados, foram propostas atividades que promovam a cultura da leitura e o prazer de ler livros, foram aplicados quatro instrumentos de coleta de informações: entrevista aberta com o bibliotecário da instituição, questionários fechados aos alunos, oficinas de leitura e diário de campo com as quais estratégias de análise foram utilizadas durante as atividades. Foi possível concluir que os alunos gostam de ir à biblioteca, mas não frequentam as atividades de leitura que esta oferece, são motivados a ler principalmente narrativa e texto escrito, não digital; e que essa ação é realizada prioritariamente em casa, pois na biblioteca escolar, apesar das atividades propostas pelo acervo bibliográfico, ela é escassa e dirigida às crianças, o que gera desmotivação; enquanto, as atividades com leituras corretas para a idade do grupo e interesses escolhidos, evidenciam grande aceitação e motivação para a palavra oral e escrita como instrumento de comunicação e reflexão do contexto.

**Palavras-chave:** biblioteca, prática, animação, leitura.

## L'EXPRESSION CORPORELLE COMME OUTIL LUDIQUE POUR LES ÉTUDIANTS DE DANSE

### Résumé

L'éducation s'est focalisée sur la transmission et la reproduction de connaissances et de vérités uniques, sans tenir compte de la créativité et de la possibilité illimitée de réponses ; la formation en danse n'est donc pas exempte d'erreurs identiques, ce qui ravive la nécessité de faire appel à des techniques et des contextes scolaires différents, pour explorer de nouvelles formes de communication et d'expression corporelle comme le ludique. La recherche actuelle montre les résultats de l'intervention pédagogique qui avait pour but de renforcer l'expression corporelle en tant qu'outil ludique chez les élèves de dixième année du sujet Langage de la danse, de la Escuela Normal Distrital María Montessori, le concept a été la recherche-action dans l'éducation avec une approche qualitative. Tout d'abord, le niveau d'expression corporelle des élèves a été reconnu. Huit ateliers ludiques ont été élaborés et mis en place à partir de leurs expériences, émotions et sentiments, dans le but de renforcer l'expression corporelle et d'enrichir les schémas de mouvement par la danse libre, la créativité et le jeu. Les observations ont été consignées dans des carnets de terrain, un avec chaque atelier, et une enquête de 5 questions fermées a été menée pour évaluer les résultats. Il a été possible de confirmer l'importance de l'aspect ludique de l'expression corporelle, car il favorise l'intérêt, la disposition, la créativité et la liberté d'expression des élèves, dans une nouvelle façon de se tourner vers leurs sentiments et leurs émotions pour s'exprimer physiquement avec sécurité, confiance, autonomie et reconnaissance d'eux-mêmes et des autres.

**Mots clés:** danse libre, danse créative, formation à la danse, liberté d'expression, mouvement quotidien.

## Introducción

El concepto de expresión corporal es relativamente nuevo en la historia de la educación en general, y en la danza en particular. Para Sánchez y Ruano (2009), este inicia como una práctica sugerida para romper con los patrones de movimiento en el que el danzante solo imitaba concentrando toda su atención en las indicaciones del coreógrafo, director o maestro; la participación del danzante se limitaba a interpretar lo indicado y pocas veces exploraba sobre otras opciones, concentrado en mejorar y perfeccionar la técnica.

Al inicio del siglo XX, surge un nuevo movimiento con el expresionismo en Europa que revela una reflexión sobre la fragilidad de los individuos en relación con los procesos de industrialización, en el campo de la danza se desarrolla inicialmente con el pedagogo Laban (1978), quien estudió el movimiento a partir de la observación centrándose en la creatividad, y sugirió la importancia de expresar la libertad a través del movimiento danzado, bajo esa influencia; Wigman, quien estudió con Laban desde 1916, fascinada por los instrumentos musicales de flautas y tambores, e influenciada por sus enseñanzas, debuta con danza sin música o con acompañamiento de tambores, así como con el uso de máscaras, propuestas para la época innovadoras y salidas del esquema artístico regular, lo cual creó amores y desamores en la nueva postura hacia la danza y el movimiento.

Así, se desarrollan propuestas como la de Isadora Duncan quien rompe con los esquemas del ballet, el cual, consideraba rígido y cuadrículado; Moshe Feldenkrais, investigador de la dinámica del movimiento y muchos otros que impulsaron la danza libre, danza expresiva o danza creativa iniciada por Laban.

Este es el escenario de influencia de Stokoe (1967). Ella inicia su formación de danza en Inglaterra al terminar sus estudios secundarios en Argentina su país de origen, y luego continua en diferentes técnicas, ballet, zapateados, café concert y otros que le permitieron diversas experiencias sobre la pedagogía del movimiento; se interesó por investigar lo corporal influenciada por Laban y los principios de: danza libre, danza al alcance de todos y la inclusión de esta en el currículo escolar; emprende la búsqueda de la libertad expresiva personal en el control del cuerpo para la danza, vuelve a Argentina a impartir clases a las que llamó danza libre, con hijos de amigos y familiares, incurre en la escuela formal y continúa sus investigaciones que la llevan a cambiar el nombre de sus clases a expresión corporal, es aquí cuando aparece por primera vez dicha nominación.

En consecuencia, se convierte en la precursora de la expresión corporal incluida en el currículo escolar, gracias a sus investigaciones, esta como concepto cobra un lugar relevante en la escuela y en la formación de artistas y bailarines. Ella ve en la expresión corporal una finalidad en sí misma que contribuye a la formación integral del ser, que traduce su faz anímica a través del cuerpo como un todo armónico y la considera una forma artística, más allá de los impulsos de expresión inconscientes, entonces la expresión corporal es una forma organizada, rítmica e intencionada de expresar y comunicar.

El objetivo, entonces, de la expresión corporal es potenciar y mejorar la expresión, la creatividad a través del movimiento, diferente al objetivo del lenguaje corporal, que es por el mismo y comunica de manera intencionada o no la expresión corporal como una disciplina que se desarrolla, que permite comunicarse con el mundo desde la estética del movimiento, se trata de las emociones, sensaciones, conocimientos y posibilidades infinitas del movimiento según quien lo ejecute.

En esa misma línea y siguiendo los principios de Laban (1978), Stokoe (1967) y Ridocci (2009), quienes concibe la expresión corporal como un mundo complejo, sistémico, donde entra en juego lo físico, lo psíquico y lo cultural en una relación constante; se considera que es un encuentro entre el interior y el lenguaje que permite sea expresado, a través de la sensibilización, el conocimiento y la experimentación del movimiento, en una acción comunicativa desde la profundidad de lo emocional y propio de la esencia del ser.

De igual forma, Ridocci (2009) adhiere a su trabajo la corriente del movimiento orgánico, donde reconoce dos elementos fundamentales: lo orgánico que es la estructura corporal y la movilidad concebida como la energía que impulsa el movimiento, en una comunión que se potencia y se condiciona mutuamente, él encuentra en la práctica del movimiento orgánico la forma de desarrollar la expresión corporal en tres ejes fundamentales: el sentir del cuerpo, la conciencia de las posibilidades del movimiento y el adueñarse del territorio corporal; entonces, la sensibilización, el conocimiento y la experiencia son los factores que componen el movimiento.

Los diferentes autores e investigadores coinciden en ver la expresión corporal como una unidad que comprende lo sensible, lo motriz, lo psicológico y lo social en interrelación continua e irrompible con una carga e implicación emocional y lúdica de la vivencia del tiempo y del ritmo en movimiento, y

revelan la importancia de educar tanto al danzante en formación como al niño desde edades tempranas en la expresión corporal.

Así, al hablar de lúdica en este contexto de lo corporal, se abarca un campo amplio y complejo por la necesidad del ser humano de comunicarse, expresarse y sentir emociones al interactuar con otros. Según la Real Academia de la Lengua Española, el término lúdica proviene del latín *ludus*, que es lo perteneciente o relativo al juego; pero, es válido aclarar que, como lo dice Bolívar (1998), aunque el juego es lúdico, no todo lo lúdico es juego; el juego al ser humano, le produce placer, diversión, esparcimiento, generando emociones como las risas y el llanto, desarrolla el sentido crítico, la percepción y la innovación.

Entonces, el hombre por naturaleza siente agrado por el juego, ya que es una actividad natural que dura toda la vida e incluye conductas a nivel físico, psicológico, social y cultural. La lúdica es un proceso inherente al ser humano en las dimensiones psíquica, social, cultural y biológica, unida a lo cotidiano haciendo parte del sentido de la vida que cada persona le dé, se podría decir que está en su ADN y se manifiesta en cada experiencia cuando se siente tranquilidad, serenidad y placer al realizarla, un ser al que le guste la lúdica es un ser que atrae, seduce y convence.

Para Dinelo, Jiménez y Motta (2005), la lúdica conlleva alegría, placer, goce y hace parte de la existencia más primaria del ser en su esencia y es propia del ser humano. La lúdica es como el universo del juego, es una dimensión del ser humano, donde se aprende jugando, donde se demuestra el placer, la creatividad y el conocimiento.

También, Bolívar (1997) reconoce en la lúdica un carácter natural del ser humano, donde el goce, la entretención y la diversión son una necesidad que requiere de una aptitud de disposición para que surja. Jiménez (2000a) ve la lúdica como una función del cerebro, donde al estimular las conexiones cerebro cortical, el ser humano entra en una sensación placentera, un estado de felicidad y alegría, capaz de hacer que este se vuelva recursivo y creativo.

De acuerdo con Jiménez (2000b), el estado lúdico que genera el juego se da por la mayor secreción a nivel cerebral, de sustancias endógenas como las endorfinas, generando placer, felicidad, goce, euforia, creatividad y aprendizaje, elementos fundamentales para ser humano a través de su vida. Al igual, Díaz (2001) asegura que la lúdica se da a partir de las experiencias

y el aprendizaje que cada día enfrenta el ser humano en su diario vivir, al realizar prácticas cotidianas como bailar, ver un partido de fútbol, socializar con amigos e interactuar en un contexto cultural y social.

Según Caillois, “el origen del juego reside una libertad primordial, una necesidad de relajamiento y en general de distracción y fantasía” (1994, p. 65). Entiende el juego entre dos vocablos, el primero *paidia*, diversión, turbulencia, libre improvisación y plenitud de desbocada fantasía; y el segundo, *ludus*, un extenso placer por superar las dificultades; siendo complementarios el uno del otro. Asimismo, Huizinga (citado en Caillois, 1994) define el juego como una acción libre, como parte de la vida diaria, el ser humano se puede dejar absorber por este simplemente por placer, es un momento en el que se olvida de todo y centra su atención en la diversión, creación y alegría.

Por otro lado, se encontró que la danza es uno de los medios que permite el desarrollo de la expresión corporal, razón por la cual se ha convertido en una actividad que usualmente es practicada por los estudiantes desde muy corta edad en las instituciones educativas y en escenarios externos a la actividad escolar.

Además, es considerada una de las acciones más antiguas de la humanidad. Dallal la define como “El arte de la danza consiste en mover el cuerpo guardando una relación consciente con el espacio e impregnando de significación el acto o acción que los movimientos desatan” (2001, p. 12).

Esta definición permite su aplicación a cualquier pieza de danza; sin embargo, se hace necesario realizar la revisión de los elementos que la componen. De esta manera, el autor especifica dichos elementos iniciando con el cuerpo como materia prima de la acción danzaria, se convierte en la herramienta fundamental para permitir el desarrollo y proyección de la mente; la conciencia y la sensibilidad del ser humano; hacer significativo el movimiento surge cuando el entrenamiento corporal manipula hacia la expresividad deseada y opera en la cultura de concebir dichos cuerpos.

El segundo elemento obedece a esa cultura del cuerpo, que no es más que la influencia del contexto para asimilar movimientos comunes que luego se convierten en técnicas; el tercer elemento es el espacio que permite la prolongación del cuerpo en el ir y devenir en este; que, finalmente, se enlaza con el cuarto elemento, el movimiento, que es la acción desde la quietud hasta los desplazamientos, pasando por todas las vibraciones que puede enviar

un cuerpo en dinámica. Esta dinámica está enmarcada en el impulso del movimiento que tiene un significado y juntos crean un lenguaje. El quinto elemento, es el movimiento cargado de significación, no son los movimientos cotidianos, sino aquellos cargados de expresividad, con un lenguaje dancístico; y, finalmente, el sexto elemento es la duración en dicha acción.

Gracias a estas bases teóricas, se fundamentó el presente estudio y partiendo del análisis del concepto expresión corporal, lúdica y danza, en la historia, el cuerpo como medio de expresión ha sido considerado inherente al ser humano; sin embargo, hablar de expresión corporal nos deja en un escenario diferente y sus inicios como práctica y como concepto son más recientes de lo que se puede creer.

Aun cuando el mundo de hoy se ha construido básicamente gracias al desarrollo de la ciencia que ha brindado soluciones a la mayoría de los problemas que han surgido, los que han ocasionado que se estructuren nuevas rutas para enfrentar los desafíos de cada área disciplinar; la educación, por ejemplo, ha sido un lugar de transmisión y reproducción de dichos conocimientos que han tratado de generar modelos estandarizados de ciudadanos, lo que ha bloqueado el desarrollo adecuado de las particularidades de cada ser, puesto que se otorga prioridad a la lógica, al ideal y a una única forma de avanzar, cohibiendo el potencial creativo y la capacidad de imaginar. Esta alineación desconoce un ser con emociones y sensaciones diversas, desconoce la espontaneidad, pone en primer y único lugar la razón y la argumentación científica.

Pero, la danza es un medio que permite que el ser explore distintas posibilidades de expresión y creación; sin embargo, el mundo global ha influenciado de alguna manera a los jóvenes convirtiendo la expresión corporal, en un referente de formas y estilos cerrados con limitantes encasillados en estructuras inflexibles y estáticas, lo que la aparta de su verdadera intención de creación; la intención única del movimiento corporal, en la actualidad, es responder al consumo de productos artísticos que no involucran realmente la sensibilidad y la expresión humana, sobre todo sin el propósito de la intimidad de quien lo realiza.

De ahí que, en los contextos escolares, muchas de sus prácticas de aprendizaje desconocen el ser con sus infinitas posibilidades de “ser y estar”, enmarcando el movimiento en acciones mecánicas que lo llevan a realizar lo “*correctamente indicado*”, el movimiento correcto, la coreografía determinada, tal ideal aparta al ser de crear nuevas soluciones, arrebatando la vivencia de la crisis, la

posibilidad de imaginar y seguir la intuición, de adentrarse en la conciencia para descubrir, preguntar o dudar.

Dado que en la formación de las clases de danza propiamente dichas, pocas veces se realiza un estudio minucioso de la expresión corporal, por considerarse inherente y propia del movimiento danzado, esto es como si por el hecho de bailar se adquirieran habilidades expresivas corporales, los investigadores contemporáneos se han dado a la tarea de introducir nuevas técnicas que permiten, gracias a la sensibilidad artística, al conocimiento acerca del movimiento y manejo corporal, el desarrollo de la expresión corporal en los bailarines, introduciendo así una nueva forma en el ejercicio danzario que lleva al disfrute del aprendizaje en una concepción diferente del ejercicio técnico, lo lúdico aparece en el escenario ya de manera intencionada en el aprendizaje danzario junto a la expresión corporal.

Tal es el caso de un trabajo titulado “El Flashmob como propuesta de innovación educativa en expresión corporal y danza” de Rial y Villanueva (2016), desarrollado en la Universidad de Vigo en la ciudad de México, en el cual los autores plantearon que la implementación del programa de danza ha obtenido resultados satisfactorios en la interacción profesorado-alumnado, y ha favorecido la motivación hacia los contenidos del alumnado.

Asimismo, un trabajo de Arguedas (2004), titulado “La expresión corporal y la transversalidad como un eje metodológico construido a partir de la expresión artística”, desarrollado en la Universidad de Costa Rica, ciudad de San Pedro Montes de Oca, la autora deriva su trabajo de una investigación bibliográfica y del proyecto de investigación en el que plantea la importancia de la expresión corporal como forma de exteriorizar emociones, sentimientos y otros a partir de una metodología sistemática e intencionada de estímulos y materiales adecuados; concluye el aporte al desarrollo del ser, de la sensibilidad y la creatividad en el marco de la educación integral de los estudiantes y de la incorporación en el currículo escolar de la expresión corporal como agente transversal educativo.

Otro estudio hecho por Pabón y Hurtado (2016), titulado “Mi piel es un lienzo”, sentidos de la modificación corporal en jóvenes de la ciudad de Cali, cuyo objetivo fue revisar el sentido de la práctica de la modificación corporal en los jóvenes como sujetos activos que son autónomos de transformar sus cuerpos a través de la metodología fundada; concluye que la modificación

corporal es importante para la obtención de nuevas formas de expresión no homogeneizada, singularizada y subjetiva para afirmarse en la diferencia.

También, en la Pontificia Universidad Javeriana (Bogotá, Colombia), Mora (2015) realizó un trabajo titulado “El cuerpo como medio de expresión y como instrumento de trabajo: dualismos persistentes en el mundo de la danza”, el cual se da como resultado de una investigación etnográfica acerca de la construcción del cuerpo y las subjetividades en la formación con estudiantes de diferentes técnicas de danza (danza clásica, danza contemporánea y expresión corporal), y plantea la subjetividad del ejercicio danzario, los puntos de encuentro existentes teniendo en cuenta la diferencia en las técnicas cuando se trata de corporeidad, y la dualidad entre el cuerpo y el sujeto; y en el cual concluye que:

[...] el cuerpo es en sí mismo la expresión. El cuerpo no solo es algo con lo que se expresa, no solo expresa algo que proviene de una experiencia subjetiva a través del cuerpo en movimiento, sirviéndose de él, sino que él mismo, en su materialidad y en el modo en que ha sido construido, expresa. (p. 127).

Se hace entonces necesario, crear nuevos escenarios que permitan la expresión por sí misma, apartada de códigos correctos, en un rediseño que no desconoce lo que existe en el ser y que permite explorar, encontrar e identificar otras formas en la metáfora del movimiento, otras formas de expresión que entregan al ser, autenticidad, identidad propia y empoderamiento.

Sin embargo, algunas veces se incurre en error cuando en formación danzaría se enseña a los jóvenes, a reproducir de manera simplista coreografías, movimientos, juegos coreográficos, que carecen de intención, de expresión y, por supuesto, de fundamento desde lo sensible del ser. Este es el caso de los estudiantes de la Escuela Normal Superior Distrital María Montessori (en adelante E.N.S.D. María Montessori) que cursan la materia Lenguaje de Danza, con quienes se desarrolló un proyecto de investigación durante el año 2018 y cuyos resultados se presentan en el presente artículo.

Aunque en el proyecto curricular del área en la E.N.S.D. María Montessori, su educación artística (2017) plantea como propósito... “Propiciar experiencias sensibles, artísticas, expresivas, imaginativas, reflexivas y creativas que permitan la apropiación del ser, el autocuidado, el auto-reconocimiento, la autoconciencia en relación con sí mismo, con el entorno y con el formarse como maestro para la infancia” (p. 3), y reconoce la importancia en la construcción de sujetos expresivos, capaces de comunicarse a través de una

diversidad amplia de medios y lenguajes; en el desarrollo de las clases, se evidenció la necesidad de explorar nuevas formas que permitan sumergir al ser en experiencias sensibles y descubrir así mismo acciones que contengan dicho fenómeno y fortalezcan la diversidad de la expresión.

Con base en los anteriores argumentos, surgió entonces, la pregunta de investigación que guio la presente investigación: ¿La expresión corporal es realmente una herramienta lúdica en los estudiantes de danza de décimo grado de la E.N.S.D. María Montessori? Para dar respuesta, se propuso una intervención pedagógica de aula, cuyo objetivo fue fortalecer en los estudiantes la expresión corporal mediante la lúdica, de tal manera que se supere la imitación de patrones de movimiento.

Para lograrlo, fue necesario iniciar por reconocer el nivel de expresión corporal en que se encontraban los estudiantes y, a partir de allí, diseñar ocho talleres lúdicos orientados a fortalecer la expresión corporal, uno por sesión, en las cuales los estudiantes exploraron diversas posibilidades en el movimiento libre y espontáneo, que les permitió usar como referente sus vivencias, disfrutando así de las actividades propuestas sin el juicio de que estuvieran bien o mal; por el contrario, en plena libertad y gozo del momento, para luego encontrarse con una expresión auténtica a través de su cuerpo, y finalizar analizando la influencia de la lúdica en la expresión corporal de los estudiantes.

## **Metodología**

El presente trabajo de investigación pedagógica, está desarrollado bajo la mirada de la investigación cualitativa. Al respecto, Baptista, Fernández y Hernández dicen que esta metodología se enfoca en “realizar observaciones, entrevistas, discusiones en grupo, evaluar experiencias personales y realizar interacción con grupos” (2004, p. 12). Rothery y Grinnell (1997) y Creswell (citados en Baptista *et al.*, 2004) describen a los estudios cualitativos como los que comprenden los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto; es decir, observar cómo los estudiantes perciben su expresión corporal en un primer momento de manera natural, cómo se comportan en la cotidianidad de su vida, y después de experimentar, ser partícipe de una serie de talleres lúdicos para reconocer el avance en ella, verificando sus puntos de vista frente a las acciones realizadas.

El tipo de investigación fue interpretativa. Patton (citado en Baptista *et al.*, 2004) define los datos cualitativos como “descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones, conductas observadas y sus manifestaciones, dando lugar a la interpretación”; al observar a los estudiantes, se puede entender sus aciertos, dificultades y avances respecto a la tarea realizada, cada acción da luces sobre sus intereses, sus formas de relacionarse consigo mismos, con su cuerpo, con los demás y con el aprendizaje.

El diseño metodológico fue investigación acción en educación. De acuerdo con Elliott, la investigación-acción “interpreta lo que ocurre desde el punto de vista de quienes actúan e interactúan en la situación problema” (2000, p. 5); es decir, mediante la observación se describe y explica lo que sucede en cada taller y los estudiantes relataron sus sentires, emociones, experiencias y significados, por su enfoque educativo se pretendía interpretar la influencia de la lúdica, en el fortalecimiento de la expresión corporal en los estudiantes de danza de décimo grado de la E.N.S.D. María Montessori.

Para el estudio, se tomó la expresión corporal en la danza como categoría deductiva, de aquí surgen las subcategorías: *Cuerpo*, entendido como conciencia corporal, es decir el conocimiento consciente de las posibilidades del cuerpo; el *movimiento*, entendido como las posibilidades que tiene el cuerpo en la creación de un lenguaje corporal, de los códigos que puede crear y que se puede sintetizar como lenguaje corporal; y, por último, la *comunicación*, entendida como los significados producto de la expresión del cuerpo. Si bien es cierto se establecen como subcategorías, son dependientes unas de otras e interactúan entre ellas.

En la intervención participaron veintiocho estudiantes de décimo grado de la materia lenguaje de danza de la E.N.S.D. María Montessori, seis hombres y veintidós mujeres en edades comprendidas entre quince y dieciséis años.

Se utilizó la técnica de observación, a través de ocho talleres lúdicos; uno por sesión, teniendo en cuenta las categorías de cuerpo, movimiento y comunicación, en las cuales se encontraron los limitantes de expresión corporal en la ejecución de la danza. Si bien es cierto que han sido estudiantes de danza por tres años, sus aprendizajes han estado enfocados en desarrollar técnicas, apropiar coreografías e incluso crear esquemas, sin hacer algún énfasis en la expresión corporal.

También, se realizaron registros en diarios de campo, uno por taller, de lo observado en los talleres diseñados para el fortalecimiento de la expresión corporal, y como técnica de evaluación se aplicó una encuesta en la que participó una muestra de quince estudiantes que valoraron su percepción frente al mejoramiento de su expresión corporal a través de los talleres lúdicos practicados.

Las observaciones y anotaciones en diario de campo, fueron relevantes para el estudio del contexto de los talleres, así como los diferentes documentos resultantes de algunos de ellos como escritos, carteleros y gráficos permitieron interpretar la relevancia de los resultados y hacer visible la transformación de la expresión corporal al momento de la ejecución danzaria, mostrando en los estudiantes sentimientos, sensaciones y emociones, mediante los procesos de movimiento consciente para resolver problemas corporales y producir cambios escénicos.

En este orden de ideas, el trabajo de intervención pedagógica en el aula del lenguaje de danza, se planteó bajo algunas etapas.

**Tabla 1.** *Etapas de trabajo.*

<b>ETAPA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
Observación	En este primer momento, el objetivo fue indagar el nivel de expresión corporal en que se encontraban los estudiantes de décimo en la materia lenguaje de danza de la E.N.S.D. María Montessori, a través de la observación en la aplicación de talleres de expresión corporal con énfasis en cada una de las subcategorías: Cuerpo, Movimiento y Comunicación, desarrollados durante tres sesiones para describir los alcances y limitantes.
Diseño	Realizada la observación y conociendo el nivel en que se encontraban los estudiantes en su expresión corporal, se diseñaron ocho talleres para mejorarla a partir de la experiencia como docentes y los conceptos básicos de danza (cuerpo, movimiento y comunicación).
Implementación	En esta etapa del proceso de intervención, se aplicaron ocho talleres en los cuales se desarrollaron actividades lúdicas que permitieron explorar la expresión corporal de forma que fluyeran diferentes estados emocionales de los participantes y se convirtieran en referentes en la interpretación danzada para mejorar la expresión corporal. En cada taller, se llevó un diario de campo en el que se registraron las diferentes acciones y reacciones de los estudiantes (emociones, experiencias, significados).

Evaluación	Los talleres fueron evaluados al finalizar cada uno en cuanto a los hallazgos, experiencias e impresiones causadas en los participantes, se usaron diversas formas, como gráfica, escrita, simbólica y verbal. Así como la observación por parte de las docentes de los cambios que pudiesen surgir en la ejecución de danza con relación a la expresión corporal de los estudiantes.
------------	---

---

**Nota.** Para la evaluación de los resultados se diseñó y aplicó una encuesta para conocer cómo los talleres lúdicos aportaron al fortalecimiento de la expresión corporal para la danza en los estudiantes. **Fuente:** elaboración propia.

## Resultados

En la etapa de observación, en donde se buscó establecer el nivel de expresión corporal en que se encontraban los estudiantes de grado décimo de la materia Lenguaje de Danza de la E.N.S.D. María Montessori, y las observaciones registradas en diarios de campo; permitieron encontrar que los estudiantes para la subcategoría de cuerpo, mostraron fluidez en el manejo y conciencia corporal, así como de las técnicas propuestas; en la subcategoría de movimiento, los estudiantes mostraron dificultad para romper con las formas de movimiento establecidas, y para la subcategoría de comunicación solo dos estudiantes, que en adelante se identificarán como M1 y M2, no tuvieron dificultad para crear movimientos que expresarán su sentir, mientras que para los veintiséis restantes fue desconcertante e incluso dejó sensaciones de frustración al no poder lograrlo.

En esta etapa, fue evidente ver en la mayoría de los estudiantes el desconcierto sobre el qué hacer y cómo disponer el cuerpo para expresar justo aquello que se desea comunicar o cuáles son los movimientos asertivos que muestran el sentir o el estado emocional e incluso un estudiante preguntó “¿Cuál es la coreografía nueva que vamos a hacer maestra? ¡Porque no entiendo nada!” Dando respuesta a desarrollo habitual de las clases de danza.

En la etapa de diseño de los talleres, se tomó como base teórica la danza libre propuesta por Stokoe (1967), teniendo en cuenta que ella propone como fundamento el placer y la libertad del cuerpo al moverse, los talleres se formularon rompiendo con las prácticas de formación dancística; es decir, sin determinar esquemas, pasos, rutinas, ubicaciones, se privilegió la libertad del movimiento, se dio validez a todas formas de expresión sin emitir juicios de valoración, lo lúdico es factor determinante para el desarrollo de cada taller y los estudiantes manifestaron sentirse complacidos con las actividades, generó

disfrute y estaban a la expectativa de la siguiente sesión para “¡gozársela!”, fue una de sus expresiones.

Por otra parte, se tomó la experiencia de las docentes en el trabajo corporal desde la danza y la educación física, y el diseño de los ocho talleres que se centraron en evocar o retomar las experiencias de los estudiantes para expresar emociones, sentimientos, estados de ánimo, sin encasillar hacia formas de movimiento preestablecidas en las diferentes técnicas danzarias, el juego infantil y la espontaneidad, fueron elementos importantes, tanto como el uso de recursos cotidianos como el papel periódico, los espejos del salón, los espacios externos al salón, la expresión vocal, ritmos musicales diversos, el silencio mismo y los eventos o expresiones que surgen en el día a día.

Para el cierre de cada taller, se diseñaron diversas formas de socialización: gráficos, escritos cortos, pósteres, expresiones verbales, que permitieron conocer cómo se vivió la experiencia en la intimidad de cada estudiante o de manera colectiva.

Durante la etapa de implementación, se aplicó un taller en cada sesión de clase en los horarios regulares con veintiocho estudiantes de grado décimo de la materia de Lenguaje de Danza, algunos de los talleres iniciaban rompiendo los esquemas tradicionales de movimiento, lo cual generó confusión, apatía, desconcierto en la mayoría de los estudiantes. Uno de ellos, que en adelante se mencionará como H1, manifestó no querer continuar con la actividad, lo que generó malestar en el grupo que estuvo en desacuerdo queriendo continuar, puesto que consideraron novedoso lo que es estaba realizando.

Las estudiantes M1 y M2 quienes desde el inicio fluyen con lo propuesto, mantienen motivado el grupo con su actitud, es de anotar que la estudiante M1 pertenece a un grupo de danza profesional y se mostró durante los talleres sorprendida y complacida de lo novedoso de estos, tanto como de sus propios logros, durante el avance de la implementación el estudiante H1 fue incorporándose a las actividades dependiendo de sus intereses, luego generó una actitud de participación total y manifestó comprender, aún sin lograrlo, la dinámica de libertad de movimiento en la que el resto del grupo ya había entrado.

En la etapa de evaluación, el registro de cada taller que se realizó en diarios de campo haciendo énfasis en una de las subcategorías, en las actitudes de los estudiantes, en el desarrollo mismo de las acciones danzarias, en la capacidad

de creación de movimiento, en los resultados de los ejercicios, en las formas de relacionarse con el cuerpo propio y con los otros, se pudo observar cómo con el avance de cada taller los estudiantes pasaron en su mayoría de la confusión de expresarse a través del cuerpo sin tener una instrucción establecida, a expresarse desde su sentir, donde la evocación de experiencias vividas en torno al juego, generaron placer, desinhibición y permitieron ser referentes de expresión, y se dio un descubrimiento en el uso de las emociones y de los movimientos cotidianos como punto de partida en la creación de movimientos en una expresión intencionada.

Por otra parte, los momentos de socialización que se registraron a través de gráficos, escritos cortos, pósteres, carteles y expresiones verbales, permitieron evidenciar tanto el bajo nivel de expresión corporal de la mayoría de los estudiantes participantes, como los avances en la ejecución de los ejercicios, demostrando adelantos en el fortalecimiento de esta, es de recalcar lo consignado en los escritos y gráficos que va desde momentos de confusión y frustración hasta instantes de diversión.

En la etapa de implementación, se vio cómo a través de los diferentes juegos y acciones lúdicas propuestas en los talleres, los estudiantes adoptaron formas más fluidas de movimiento, encontraron diversas maneras no establecidas de expresión corporal, se dio un descubrimiento de las emociones y sentimientos personales para ser expresados sin requerimientos o movimientos establecidos. De igual manera, los estudiantes encontraron una forma de composición conjunta, armonizada y divertida, que los llevó al reconocimiento de sí mismos y de los otros, de esta forma manifestaron sorpresa por sus propios movimientos y sugirieron realizar una muestra del resultado en un taller para el Día del Idioma.

El estudiante H1 durante esta etapa inició un cambio de actitud frente a las actividades propuestas, dándose cuenta de las posibilidades corporales que fue encontrando para expresarse, y con agrado manifestó: *“Yo no creí que esto fuera tan bacano”*. Otros por su parte escribieron *“lo último sentía que mi cuerpo volaba por que al hacer las expresiones me sentía libre, y no pensaba nada más que en transmitir lo que sentía”*, *“en el trabajo de expresión corporal siento que estoy enlazando mis sentimientos con mi cuerpo, lo que me permite dar amplitud a mis movimientos”*.

Por su parte, las estudiantes M1 y M2 afirman haberse sentido complacidas con los diferentes talleres en la adquisición de herramientas para su expresión, en el caso de M1 expresó su gratitud, ya que pese a pertenecer a un grupo de

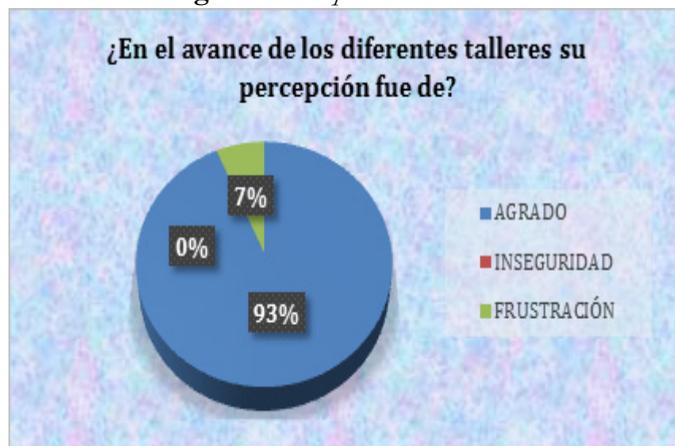
danza profesional no cuenta con clases de formación específica en expresión corporal y da cuenta de sus avances en su nueva forma de expresión en las coreografías que ya conocía con el grupo al que pertenece.

Para evaluar los resultados de los talleres lúdicos implementados, al finalizar estos, se diseñó una encuesta de cinco preguntas cerradas para conocer la percepción de los estudiantes y se aplicó a quince de ellos.

## Análisis de la encuesta

Pregunta N.º 1.

**Figura 1.** *Percepción de los talleres.*

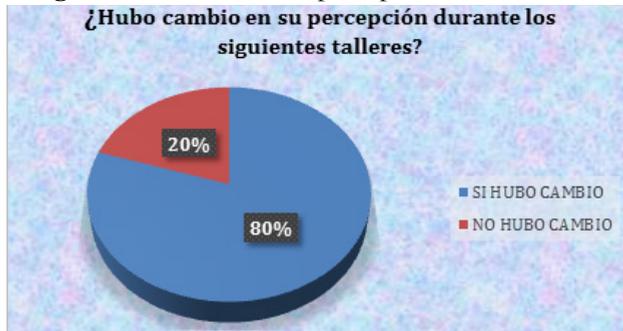


Fuente: elaboración propia.

Para catorce estudiantes, la percepción en el avance de los talleres fue de agrado y solo un estudiante manifestó frustración, ningún estudiante manifestó haberse sentido inseguro, lo cual hace ver la importancia de realizar actividades donde el estudiante se sienta complacido, que los libere del juicio de lo que está bien o mal y los lleve hacia la asertividad en la búsqueda de respuestas propias.

Pregunta N.º 2.

**Figura 2.** Cambios en la percepción de los talleres.



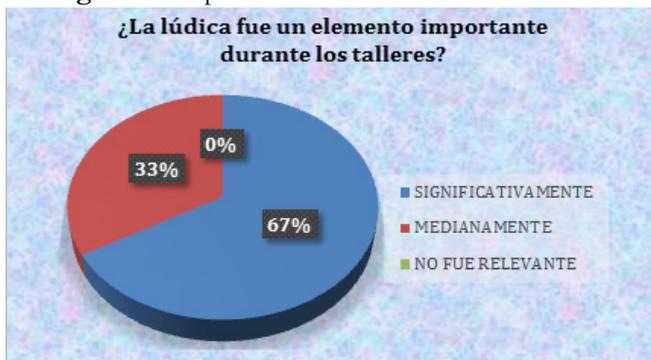
Fuente: elaboración propia.

Tres estudiantes desde el primer taller manifestaron no sentir cambios, los demás sí consideraron el cambio, de los cuales tres los percibieron desde el primer taller, siete desde el segundo taller y dos en el tercer taller.

Al pedir que mencionaran una palabra que los identificara, surgieron las siguientes: funciona, persistencia, seguridad, amistad, lindo, amigo, diferencia, libertad, diversión, entretenimiento, expresión, mejorar; la mayoría de los estudiantes, a través del desarrollo de los talleres, manifestaron emociones y sentimientos que reflejan el progreso y el avance en los objetivos propuestos para el fortalecimiento de su expresión corporal.

Pregunta N.º 3.

**Figura 3.** Importancia de la lúdica en los talleres.

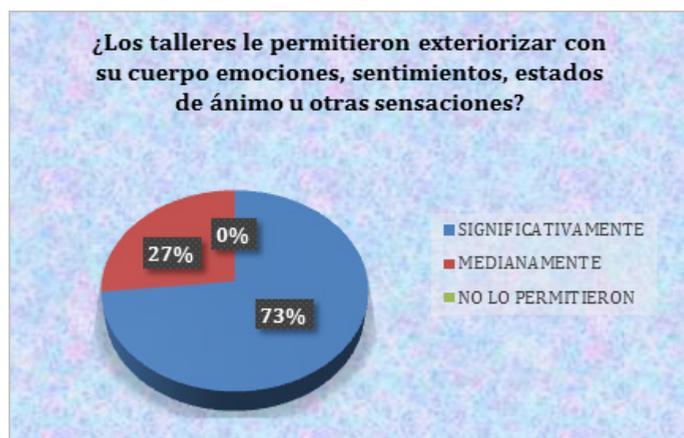


Fuente: elaboración propia.

Para diez estudiantes, la lúdica fue un valor importante durante los talleres y para cinco estudiantes fue medianamente importante. La lúdica como estrategia fue determinante para lograr, durante los talleres, desinhibición, fluidez y la aceptación frente a una nueva forma de explorar las posibilidades de expresión corporal individuales y colectivas.

Pregunta N.º 4.

**Figura 4.** Emociones que pudo exteriorizar con los talleres.

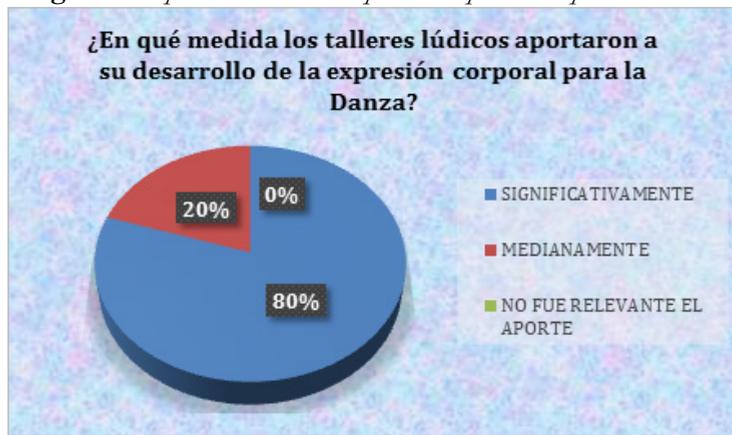


Fuente: elaboración propia.

A once estudiantes, los talleres les permitieron exteriorizar con su cuerpo significativamente emociones, sentimientos, estados de ánimo u otras sensaciones, y solo para cuatro lo fue medianamente. Los estudiantes expresaron haber sentido seguridad, confianza, felicidad, autonomía, creatividad, libertad, alegría, expresión, motivación, diversión, todas estas importantes y referentes al momento de expresarse corporalmente.

Pregunta N.º 5.

**Figura 5.** *Aportes de los talleres para la expresión corporal.*



Fuente: elaboración propia.

Doce estudiantes manifestaron que el desarrollo de los talleres lúdicos aportó significativamente a su desarrollo de la expresión corporal para la danza, y solo tres manifestaron que aportó medianamente; por lo que, se puede decir que al aplicar la lúdica durante los talleres se hace un aporte significativo para que el estudiante del lenguaje de danza logre expresar su sentir de una manera espontánea, natural y acorde con sus expectativas.

## Conclusiones

La lúdica se convierte en un factor determinante al momento de acceder a las emociones, sentimientos y evocaciones de las experiencias cotidianas, para lograr desinhibición, espontaneidad, libertad de movimiento, creatividad y autenticidad en la expresión corporal y en la ejecución danzaría, así como permite encontrar nuevas formas de relacionarse con el cuerpo, el movimiento y la comunicación a través de este, lo que deja ver que es importante incluir en la formación escolar la expresión corporal para la formación dancística.

Por otra parte, se demuestra como la danza libre, cuyo principio es el disfrute y la libertad de expresión, no solo tiene cabida en la escuela regular actual, sino que es necesaria para incentivar el desarrollo del cuerpo para la danza, el encuentro con formas infinitas de movimiento y sobre todo que desarrolló

un lenguaje corporal auténtico de cada estudiante en formación danzaria, puesto que no desconoce a la persona en sus particularidades y de hecho la resalta, permitiendo el disfrute y la plenitud del ser en la ejecución danzada.

## Referencias bibliográficas

- Arguedas, C. (2004). La expresión corporal y la transversalidad como un eje metodológico construido a partir de la expresión artística. *Revista Educación*, 28(1), 123-131. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44028110>
- Baptista, P., Fernández, C., y Hernández, R. (2004). *Metodología de la investigación* (3.ª ed.). McGraw-Hill.
- Bolívar, C. (1997). Una aproximación al concepto de lúdica. *Revista Kinesis. Enseñanza y aprendizaje*, (22), 33-39.
- Bolívar, C. (1998, noviembre). Aproximación a los conceptos de Lúdica y Ludopatía. Trabajo presentado en V Congreso Nacional de Recreación de Coldeportes Caldas. Universidad de Caldas/FUNLIBRE, Manizales, Colombia.
- Caillois, R. (1994). *Los Juegos y los Hombres. La Máscara y el Vértigo*. Fondo de Cultura Económica.
- Dallal, A. (2001). *Cómo acercarse a la danza*. Plaza y Valdés S. A.
- Díaz, H. (2001). *Categorías y principios para la comprensión de la acción lúdica. Una reflexión epistemológica sobre el conocimiento de la lúdica*. Cencad.
- Dinelo, R., Jiménez, C., y Motta, J. (2005). *Lúdica, Cuerpo y Creatividad*. Editorial Magisterio.
- Elliott, J. (2000). *La investigación-acción en educación* (4.ª ed.). Ediciones Morata.
- Escuela Normal Superior Distrital María Montessori. (2017). *Proyecto de área, Educación Artística*.
- Jiménez, C. (2000a). *Cerebro creativo y lúdico*. Editorial Magisterio.

- Jiménez, C. (2000b). *Neuropedagogía, lúdica y competencias*. Editorial Magisterio.
- Laban, R. (1978). *Danza educativa moderna*. Paidós.
- Mora, A. (2015). El cuerpo como medio de expresión y como instrumento de trabajo: dualismos persistentes en el mundo de la danza. *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, 10(1), 117-130. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297042319007>
- Pabón, A., y Hurtado, D. (2016). “Mi piel es un lienzo”. Sentidos de la Modificación Corporal en Jóvenes de la Ciudad de Cali. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 477-491. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a33.pdf>
- Rial, T., y Villanueva, C. (2016). El Flashmob como propuesta de innovación educativa en expresión corporal y danza. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 126-128. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/35394>
- Ridocci, M. (2009). *Expresión corporal, Arte del Movimiento*. Biblioteca Nueva.
- Sánchez, G., y Ruano, K. (2009). *Expresión corporal y Educación*. Wanceulen Editorial Deportiva S.L.
- Stokoe, P. (1967). *La Expresión corporal y el niño*. Melos (Ricordi Americana).