



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

CONTRIBUCIÓN DE LA DANZA EN LA INCLUSIÓN: EL CEREBRO QUE
APRENDE CON LA DANZA

TESIS

MODALIDAD: DISEÑO DE PROGRAMA O PROYECTO EDUCATIVO

PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA EDUCATIVA

PRESENTA

MARÍA FERNANDA MAYA GONZÁLEZ

ASESORA

NAYELI DE LEÓN ANAYA

México, CDMX, 2022

ÍNDICE

Introducción	5
---------------------------	----------

CAPÍTULO I. REFERENTES CONCEPTUALES

1. Educación inclusiva.....	9
1.1 Rol del Docente en la Educación Inclusiva.....	12
1.2 Rol del Arte en la Educación Inclusiva.....	14
2. La danza en la educación.....	16
2.1 ¿Qué es la danza?.....	16
2.2 Historia de la Danza	18
2.3 Estilos de enseñanza	19
2.4 Proceso de la Danza en el Cerebro.....	21
2.4.1 El Cerebro en la Danza	25
2.5 La Danza en la Educación	43
2.5.1 La Danza en la Educación Inclusiva.....	44
3. Estructura curricular de educación primaria.....	46
3.1 ¿Cómo está estructurado el modelo curricular de educación primaria?.....	46
3.1.1 Componentes Curriculares.....	46
3.2 Estructura curricular de 3° de primaria.....	47
4. Sustento del Programa.....	49
4.1 Modelo de Diseño curricular.....	49
4.2 Modelo de Diseño instruccional.....	53

CAPÍTULO II. PROCEDIMIENTO.....	56
a) Detección de necesidades.....	56
b) Planteamiento del Objetivo general.....	58
c) Delimitación y contenidos.....	58
d) Seguimiento y Evaluación.....	58
CAPÍTULO III. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA.....	59
CONCLUSIONES.....	75
REFERENCIAS.....	78
ANEXOS.....	86

RESUMEN

En la presente tesis se diseñó un programa educativo con base en la necesidad de mostrar la danza como un elemento educativo muy relevante para el desarrollo de la inclusión, construcción de conocimiento y el desenvolvimiento de los alumnos. Por ello en este trabajo se dan a conocer varios de los beneficios que aporta este arte, tales como el desarrollo de habilidades y destrezas básicas tal es la disciplina, la expresión, las emociones, el conocimiento del cuerpo, la salud tanto física como mental, el desarrollo de la coordinación y habilidades perceptivo-motrices, el conocimiento y control corporal, la mejora del proceso de socialización y de interrelación entre alumnos y la estrecha relación con los objetivos de las áreas de educación básica.

Por lo tanto, se presenta un acercamiento a lo que es la danza, cómo ésta influye en la interacción del alumno con la escuela, en el proceso de inclusión y cómo se lleva a cabo en el cerebro. Para esto, se realizaron entrevistas individuales a profesores de educación primaria, de las cuales se obtuvo la información que dejó ver la manera en que la danza es tomada como una clase más sin mayor trascendencia. La idea de que materias artísticas no tengan un gran peso curricular ya que se consideran poco relevantes es transformada en el proceso de desarrollo de esta investigación, concediendo un lugar principal al desarrollo de un programa de estudios en donde la danza se tome como estrategia para demostrar que puede ser una herramienta clave en el proceso de aprendizaje de los alumnos y la inclusión, pudiendo ser aplicada en el mundo académico como un elemento educativo favorecedor.

INTRODUCCION

La danza es un arte que brinda muchos beneficios al ser humano, el lenguaje simbólico que utiliza requiere la integración de todas las facultades de una persona, tanto cognoscitivas como físicas y afectivas, además de que a todas estas las beneficia; lamentablemente se han hecho a un lado esos beneficios y se ha perdido el aprovechamiento de esta misma. Las artes son una gran herramienta en el proceso de enseñanza, Bordón en 2013 menciona que la danza va más allá de verse bonita y elegante, y en algunos casos motivadora, sino que detrás de todo eso que se ve, existe una serie de procesos, conexiones y muchas otras cosas más, que crean algo impresionantemente único.

Lo anterior no sólo se presenta en el simple movimiento, o la expresión facial, o inclusive el ritmo, sino que es más profundo, ya que implica la conexión para después expresar y transmitir, la cual se presenta en la conexión entre la conexión sonora y el movimiento. Son procesos tan detalladamente exactos, los cuales hacen ver este arte tan natural y llamativo a la vista; aunado a eso, no solo se manifiesta como un logro personal alcanzado mediante la disciplina y el esfuerzo, sino que además de su valor artístico, promueve una serie de conexiones cerebrales las cuales permiten enriquecer el bagaje de experiencia que se vincula a la inteligencia del sujeto. (Megías, 2009).

El motivo por el cual este tema resulta atractivo, es por el amor a la danza que he podido experimentar a lo largo de la vida lo cual de igual manera he podido observar cómo el arte no se valora dentro del sistema educativo a pesar de los beneficios directos de la propia disciplina artística pues desde niña he sido testigo de los beneficios de la danza, ya que mi desarrollo se vio favorecido por ésta. Por lo que puedo dar testimonio de que hoy en día, diversos factores como el aprendizaje y consciencia del cuerpo, toman sentido de manera personal gracias a la danza.

Es maravilloso todo lo que ocurre tras los procesos que se dan al danzar, cómo es el funcionamiento del cerebro y las diversas conexiones que se provocan al trabajarla. Por eso mismo, se cree que hay mucha información que puede respaldar el por qué la danza podría ayudar al proceso de aprendizaje y de interacción al hacerlo de una manera no tradicional. Como menciona González (2020), sería salirse de todo tabú donde únicamente es un bonito

adorno, y tomaría rumbo hacia una visión en donde la danza brinda recursos suficientemente fundamentados para que haya inclusión, para tener un aprendizaje, e incluso uno significativo, en donde la información se convierte en movimientos fluidos, solo sería cuestión de estudiar, desarrollar y profundizar bien este tema para encontrar una forma eficaz para que eso suceda.

Con base en las ideas de González (2020), el objeto de estudio de esta tesis es mostrar cómo la danza puede ser una herramienta que coadyuve en el desarrollo integral de las personas, aspecto que es altamente considerado por la inclusión educativa. A lo largo de este trabajo tanto por la revisión teórica como el trabajo de campo, se puede observar como la danza favorece a la educación, empezando por el ser mismo, y dadas las demandas que exige la educación por tantas carencias que sufren los modelos actuales y la necesidad de nuevos recursos pedagógicos alternativos.

Actualmente la educación en México sigue sin darle un peso fundamental a la danza y al arte en general, tomando estos elementos como una técnica educativa. Prácticamente, el baile lo tenemos como algo muy cotidiano, que está vigente todo el tiempo, es una manera de sentirse presente en el mundo y en contacto con el mismo, incluso de relación con otras personas y consigo mismo (Megías, 2009).

Al momento de implementarla como disciplina, estos beneficios se ampliarán y enriquecerán más a la persona. Se cree que siempre será mejor una educación dinámica, en donde el niño tenga la libertad de expresarse e interactuar a través del baile, incluso no solo a nivel personal, sino a nivel grupal, ya que se piensa que es una herramienta que promueve y beneficia los valores como la convivencia, la integración, entre otras, y también ayuda a habilidades que se requieren en todo tipo de aprendizaje, como lo es la atención, la observación, inclusive el análisis y resolución de problemas (López, 2019).

Al indagar desde lo que pasa en el cerebro cuando se danza, se genera una idea sobre las características que pueden beneficiar el proceso de aprendizaje, desde lo que promueve hasta lo que aporta a la educación. Gracias a la exploración bibliográfica que se expone en el presente trabajo, se tocan temas como la memoria, la atención, percepción, entre otras, teniendo mayor fundamento para constatar que efectivamente la danza resulta tener un alto

valor dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, y así poder proponerla en un futuro ya como herramienta educativa esencial (Nicolás, Ureña, Gómez, Carrillo, 2010).

La necesidad de ver a la danza como una propuesta pedagógica se inclina a lograr que haya espacios de creación artística en las escuelas y que se les dé el valor que merecen, donde la danza sea una propuesta integradora, haciendo que el uso de la imaginación, la creatividad, el juego y el movimiento den sentido al trabajo pedagógico resaltando su importancia dentro de la educación (Vasco y Pineda, 2015).

Con base en los autores anteriores, la finalidad de que se involucre a la educación artística en la educación básica de los niños no es formar artistas, lo cual podría suceder, pero ese no es el fin, el objetivo es beneficiar el desarrollo integral del alumno, favoreciendo la condición biológica, el desarrollo de habilidades motrices, y el desarrollo de la personalidad, los cuales abarcan los procesos físicos del pensamiento que van de la mano con el aprendizaje escolar.

Por lo anterior, el objetivo de esta tesis es diseñar un programa utilizando la danza como elemento para la inclusión y el aprendizaje, definiendo las aportaciones de la danza al proceso educativo del ser humano, en el cual se valora la adquisición, el desarrollo de habilidades y destrezas básicas, el desarrollo de la coordinación y habilidades perceptivo-motrices, el conocimiento y control corporal, la aproximación a aspectos históricos, sociales, culturales y artísticos, la mejora del proceso de socialización y de interrelación entre los alumnos y la posibilidad de ofrecer un medio de expresión personal diferente a los lenguajes convencionales. Básicamente se apoya al alumno a tener una mejor disponibilidad desde lo corporal, para acceder a todos los aprendizajes que demanda el proceso educativo dentro del aula (Nicolás et al, 2010).

Para lograr el objetivo, esta tesis se divide en tres capítulos, el primer bloque aborda el tema de la inclusión educativa en donde se explica el rol de docente y el rol del arte, un segundo bloque que abarca el aprendizaje significativo, el cual habla de los diferentes tipos de aprendizaje, las etapas y fases que éste contiene y, como tercer bloque está la danza en la educación, donde se explica el concepto e historia de la danza, los estilos de enseñanza, el proceso de la danza en el cerebro, cómo funciona ésta en la educación inclusiva y en el aprendizaje significativo, por último el cuarto bloque explica el sustento del programa.

En el capítulo dos se aborda el procedimiento para el diseño de un programa educativo, utilizando la detección de necesidades recabadas de entrevistas a docentes de educación primaria, basadas en un objetivo general, así como cartas descriptivas en donde se plantean diversas actividades a realizar para que se lleve a cabo un aprendizaje en los alumnos dependiendo los temas de las materias de tercero de primaria.

Capítulo I

REFERENTES CONCEPTUALES

1. EDUCACIÓN INCLUSIVA

¿Qué es la Inclusión?

La mayoría de las veces se utiliza el concepto de inclusión como forma de adición de alguien o algo, cuando ciertamente es un tema que abarca aspectos sociales bastante más amplios.

Durante la primera mitad del siglo XX inició un proceso de consolidación de la educación como derecho humano. La Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 concibe el derecho a la educación como esencial para el pleno desarrollo de las personas y para garantizar estados libres y democráticos. Bajo esta premisa, los gobiernos de prácticamente todos los países desarrollan sistemas de educación que aspiran a cubrir las necesidades de todos sus habitantes (Bucio, 2013, p. 50).

Como se menciona en el párrafo anterior, las sociedades están conformadas por personas diferentes, las cuales tienen iguales derechos, sin embargo, la posibilidad que estos se respeten, consiste en las oportunidades que las sociedades otorgan a cada individuo.

Actualmente, la escuela requiere hacer frente a grandes desafíos en relación con políticas internacionales y nacionales, las cuales promueven una educación para todos (Declaración Mundial Sobre Educación para Todos, 1990 citado en Fonseca et al. 2019), en donde es muy importante tener en cuenta que la exclusión educativa no solo se limita a aquellos quienes quedan por fuera de la escuela, sino que también afecta a quienes, estando escolarizados, son discriminados o segregados por su etnia, género, procedencia social, capacidades o características personales (Blanco, 1999, citado por Fonseca et al., 2019).

La UNESCO en el 2008 define:

La inclusión como el proceso de identificar y responder a la diversidad de las necesidades de todos los estudiantes a través de la mayor participación en el

aprendizaje, las culturas y las comunidades, y reduciendo la exclusión en la educación. Involucra cambios y modificaciones en contenidos, aproximaciones, estructuras y estrategias, con una visión común que incluye a todos los niños/as del rango de edad apropiado y la convicción de que es la responsabilidad del sistema regular, educar a todos los niños/as. (p. 13)

La educación inclusiva debe tener principalmente un objetivo muy claro, y este es el que todos los niños y jóvenes de una determinada comunidad desarrollen su etapa escolar en un mismo centro y aula ordinaria, sin que haya algún tipo de separación en función de determinadas condiciones personales, sociales o culturales. El concepto de inclusión es integral y completo, a lo que se incluye de la misma manera a aquellos niños que presentan algún tipo de discapacidad o trastorno del aprendizaje (Universidad Internacional de Valencia, 2014).

Por lo anterior dicho por UIV (2014), se puede afirmar que uno de los más recientes paradigmas educativos de la educación inclusiva, es el proceso de cambio, el cual promueve la igualdad, equidad y justicia social en el derecho de todos a que tengan una educación con calidad.

La educación inclusiva no se puede conseguir sin un conjunto de ajustes integrales que se brinden dentro de las escuelas, éstas se deben realizar de manera sucesiva; básicamente, el lograr una educación inclusiva puede prevenir cambios radicales, pero eso no quiere decir que serán inmediatos, por otro lado, se deben ir consiguiendo a través de avances progresivos. Este es muy necesario y permanente; constantemente deben actualizarse los elementos que impulsan la educación inclusiva para adaptarse a las exigencias del grupo y necesidades particulares (Bucio, 2013).

Desde otra perspectiva, Ainscow et al. (2006, citado por Dueñas, 2010) destacan:

La confluencia de tres elementos (presencia, aprendizaje y participación) en la noción de inclusión, a la que consideran como un proceso de mejora sistemático que deben afrontar las administraciones educativas y los centros escolares para intentar eliminar

las barreras de distinto tipo que limitan la presencia, el aprendizaje y la participación del alumno en la vida de los centros en que están escolarizados (p. 362).

Asimismo, las características que según UIV (2014) deben formar una educación inclusiva son:

- La escuela debe ser flexible en su currículo, evaluación, promoción y organización, facilitando la diversificación de la enseñanza y la personalización de las diversas experiencias de aprendizaje.
- Se debe estar enfocada y poner atención a la diversidad de intereses, capacidades, ritmos y necesidades de aprendizaje de cada alumno de manera individual.
- La escuela debe promover valores como la humanización, libertad, democracia, justicia e igualdad de oportunidades deben ser por los que se rijan las actividades de la escuela, creando lazos de convivencia y tolerancia entre toda la comunidad escolar.
- El enfoque metodológico debe centrarse en las características del alumno y no tanto en los contenidos, fomentando la participación de los padres en las actividades escolares, para su apoyo en determinados aprendizajes y control de los progresos de sus hijos.
- Debe haber un constante diálogo y consenso de todos los miembros de la comunidad educativa: profesores, padres y todos los alumnos, el centro debe estar abierto a su entorno y realizar acciones conjuntas con instituciones, asociaciones culturales, empresas, entre otras. Generando una relación cálida y de confianza entre los profesores y los alumnos y sus familias.
- Debe prevenirse la exclusión por motivos culturales, favoreciendo la adaptación de los alumnos inmigrantes y efectuando actividades que fomenten la aceptación de la diversidad y la interculturalidad (visión positiva y enriquecedora de la mezcla de culturas).
- La escuela debe contar con los recursos necesarios para poder satisfacer las necesidades de cada uno de los alumnos con necesidades educativas especiales, ya sea profesores de apoyo, material informático y didáctico, clases especiales para llevar a cabo algún tipo de aprendizaje específico,

aunque lo ideal sería que la mayoría de las clases se realicen en el aula ordinaria.

La progresiva toma de conciencia en la sociedad sobre las desigualdades sociales que existen, y el creciente fortalecimiento de los derechos humanos, particularmente el derecho a la educación, a la igualdad de oportunidades y sobre todo a la diversidad, vienen favoreciendo en la sociedad actual, el surgimiento y uso del término inclusión. Con este término, se pretende poder dar un paso más en todo el proceso de integración, para así extenderlo a los diferentes ámbitos de la vida, como es el social, laboral, familiar, etcétera, siendo el referente más básico el social, y que de ahí se contraponga al de exclusión social. Es la sociedad la que propicia y da modelo de las necesidades, los valores y los principios inclusivos, en otras palabras, la inclusión no se reduce al contexto educativo, sino que constituye una idea transversal que debe de estar presente en todos los ámbitos: comunidades escolares, familiares y sociales (Parrilla, 2002, citado por Dueñas, 2010).

De todos los contextos que abarca la educación de un alumno, el escolar es el que se considera la dimensión más fuerte para la construcción de un ambiente inclusivo, ya que este espacio incluye los valores que intervienen en la no discriminación entre la comunidad escolar. Así mismo, hace alusión a todo el entorno que rodea al centro. Con esto se está refiriendo al nivel social y económico de las familias, a la localización geográfica, a todos los servicios con los que cuentan las escuelas, tanto internos como externos, al proyecto de centro, la diversidad que hay en el alumnado y a la accesibilidad a los recursos humanos y materiales (Arnaiz, De Haro, Guirao, 2015; Bell, Illán y Benito, 2010; Brown, 2009; Escudero, 2012, citado en Arnaiz et al., 2017).

1.1 Rol del Docente en la Educación Inclusiva

El rol del docente juega un papel fundamental en la consecución de metas y objetivos propuestos, siendo un factor de gran importancia en la formación de los alumnos.

Castillo (2006) menciona:

Hay cuatro aspectos que debe reunir un profesor; actitudes, conocimientos, habilidades y competencias docentes; es decir, el profesor es pieza clave en la

transformación de la educación, pues debe contar con una visión integral, ser mediador, un guía, con espíritu de servicio, aprendiz de sus estudiantes, observador, investigador; claro que estos y otros aspectos se complementan a lo largo de su práctica profesional docente, al trabajar día a día con sus estudiantes, colegas y padres de familia. (p. 265)

El docente actúa como un modelo y mediador de los aprendizajes, de ahí su gran importancia en la transformación de una sociedad incluyente, que tiene la capacidad de valorar, que permite y promueve la participación de todos sus ciudadanos en el desarrollo del país. De manera que existe una enorme necesidad para la formación de profesionales de la educación que comprendan y valoren la diversidad; en su conjunto, deben también tener o adquirir la capacidad de emplear estrategias que promuevan y hagan exitosa la educación inclusiva como se ha intentado efectuar (Ramírez, 2020).

El arte es una forma de expresión, y como ya se mencionó con anterioridad, el docente puede ser el mediador, gestor o facilitador de los procesos educativos, en este caso, que vinculan los afectos con los conceptos, es decir, no solo se trata de hacer arte, sino de ser en el arte en relación con otras personas. Así mismo, no exclusivamente se trata de elevar la labor de los docentes interpretando su ocupación desde una práctica artística al generar algún tipo de resultado o imagen para desarrollar su propia expresión personal en el contexto escolar, sino que va mucho más allá y tiene otro significado, ya que hacer arte en educación, según Molina (s.f.) significa tomar una opción entre muchas otras posibles, de pensar, actuar y crear sentido en comunidad. Es decir, de generar una acción intencionada y que se signifique como cambio, mejora y posibilidad a través de la práctica de una ética en resonancia con una estética.

Lo anterior implica que los profesores replanteen su trabajo ya que es fundamental tener el conocimiento del tipo de contexto en el que se desenvuelven los alumnos que integran las aulas, sus niveles y el ritmo de aprendizaje, los conocimientos que tienen adquiridos hasta ese momento, al igual que las situaciones sociales y culturales en las cuales estos están sumergidos, de tal forma que se pueda ser factible desarrollar con mayor autenticidad una práctica más adecuada al proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos a quienes se haga

referencia (Muñoz, Ríos y Espiñeira, 2002; Muntaner, Roselló y De la Iglesia, 2016 citado en Arnaiz et al., 2017).

Queda claro que el docente debe de ser inclusivo, para tener un aula inclusiva, pero no solamente de palabra o teóricamente hablando, sino con acciones que involucren a los alumnos en el respeto, la sensibilización, la empatía, el aprendizaje y la enseñanza colaborativa, promoviendo así un trabajo completo e integrado. Por este motivo, para que haya un logro, es necesario que los profesores hagan un cambio de paradigmas y adquieran competencias que les permitan entrar en un cambio educativo, manifestando una actitud positiva ante el cambio, desde el aula (Castillo, 2016).

Al haber un cambio en la práctica de los docentes, se puede discutir la idea de que el arte este muy relacionada con la inclusión educativa como se verá a continuación.

1.2 El rol del arte en la educación inclusiva

La danza desarrolla capacidades que favorecen el desarrollo personal y, en consecuencia, permite que los estudiantes tengan una formación integral en el entorno en el que viven, favoreciendo el reconocimiento de sus talentos. Así mismo, la danza facilita el desarrollo de la autoconfianza, a través del control del propio cuerpo se propicia la creencia y el conocimiento en uno mismo, además que incrementa la destreza de expresar y desenvolverse en el tiempo y en el espacio, favorece la capacidad de relacionarse con los demás ayudando a vencer la timidez y a desinhibirse, así mismo promueve la superación de estereotipos y prejuicios que se dan por cultura o sexo. Y, por último, brinda una alternativa de ocio saludable y establece modelos de identificación social (Fernández-Carrión, 2011).

Núñez (2015) menciona que es más fácil en los niños y niñas el adquirir conocimientos a partir de sus vivencias, mediante actividades y ejercicios que le ayuden a desarrollar su personalidad y su seguridad. Donde se les incentive para que puedan tener una facilidad al incorporarse a la sociedad, fomentando lo principal que es su propia autonomía, haciéndolos independientes en sus actividades del hogar y escolares. Dando como resultado personas que no tengan que depender de alguien o de algo para alguna toma de decisión o realizar alguna actividad, ya que se ha constatado que los alumnos de temprana edad, en su

gran mayoría necesitan de un apoyo externo, puesto que no puede concluir solos sus actividades básicas.

Tomando en cuenta que, si lo anterior no se trabaja, como menciona el autor Núñez (2015), se verá afectado en un futuro con la inclusión de los niños en la sociedad teniendo como principal problema la inseguridad, y la dependencia de alguien para realizar sus acciones y decisiones. Es por ello que no solo se enfoca en el ámbito educativo, sino en todo el contexto de los alumnos, en lo que las personas desarrollan en vivir diario ya sea de forma actitudinal, procedimental, y sobre todo lo cognitivo, todo con fin de mejorar su bienestar, su calidad de aprendizaje y de vida.

Hay gran importancia en el docente para que el alumno genere la capacidad de reconocer sus límites, sus espacios, las habilidades que posee, así como sus destrezas, el conocimiento y representación de su cuerpo, los elementos y funciones de este, descubriendo sentimientos e identificando los que pueden sentir y aprender a expresar, donde puede inventar e imaginar libremente con ayuda de la coordinación y control de gestos y movimientos. Al igual que en favorecer su autoestima desarrollando diversas habilidades autónomas, dando herramientas para afrontar situaciones, para elegir y decidir, propiciando la convivencia y participación, dando oportunidad de conocer, de descubrir y explorar, ayudando a su creatividad, desarrollando la habilidad de empatizar, crear o fortalecer vínculos dando un sentido de pertenencia (Cáceres y Fonseca, 2015).

Por lo tanto, se puede decir que la práctica de las artes, en este caso específicamente la danza, influye mucho en el desarrollo de la personalidad, de carácter, en sí en el desarrollo de la propia autonomía tanto emocional como intelectual, que se facilita cuando se le alienta a que sea independiente y curioso, a que tenga iniciativa en el logro de sus objetivos, a tener confianza, seguridad y convicción, aceptar aciertos y desaciertos, no desanimarse frente a situaciones cotidianas, permitiendo ir por la inclusión y generarla, no solo demandarla. A través de la danza se trabajan todas estas habilidades, por lo que implicaría en que el sistema curricular le dé más peso del que se les da a asignaturas que tienen que ver con el arte (Forero, 2018).

2. DANZA EN LA EDUCACIÓN

2.1 ¿Qué es la Danza?

La danza es una disciplina artística que complementa la enseñanza básica retomando la teoría, el estudio científico y el ejercicio con el deporte, aquí, se crea un conjunto de habilidades en donde los alumnos puedan optar por créditos académicos, además el cuerpo adopta una nueva disciplina que complementa a la persona (Pérez, 2020).

“La danza es acción, es movimiento, y el movimiento humano es un fenómeno de adaptación en sí misma” (Ferreira, 2009, p. 9).

Bailar es dejar que el cuerpo hable por uno mismo, es una experiencia enriquecedora desde cualquier perspectiva por donde se mire. Más allá del tipo de música que se decida por disfrutar, dejarse llevar por la música es una experiencia creativa, emocional, y también cognitiva. En realidad, es una experiencia integral, por lo que su práctica constante traerá múltiples beneficios (González, 2020).

Con base en el autor mencionado, para que haya un beneficio de este tipo de disciplina, no hace falta ser un bailarín profesional, de hecho, en la antigüedad no fue diseñada pensando en ellos. En definitiva, la danza se ha revelado como una forma de expresión de emociones y sensaciones que no encuentran un espacio de expresión en otras versiones o lugares.

Hay que recordar que la danza no solo beneficia al mantener activos físicamente, porque también desarrolla la conciencia de los estados internos, ejercita la memoria, afina la motricidad, permite la expresión emocional y aproxima a otros seres humanos. En palabras del doctor Francisco Gómez-Mont, investigador mexicano que se interesa en la relación entre neurociencia y danza, esta “conjuga tres elementos cuyo beneficio para la salud se ha documentado por separado: la experiencia musical, el ejercicio físico y el estado mental tipo meditación” (Citado por Gay-Juárez, 2020, párr. 19).

Como se puede observar con la información del autor mencionado, la danza brinda un conjunto de beneficios, el estado físico y mental van tomados de la mano, se pueden ver favorecidos si se les da el aprovechamiento físico que aporta, y al experimentar con las

emociones, teniendo una expresión de ellas e interactuando algunas, hay un proceso de conciencia que mantiene al ser humano y ayuda a mantenerlo activo dentro de sus hábitos rutinarios.

Los sentimientos y experiencias de vida viven dentro del cuerpo y pueden haber quedado atrapados en él haciendo que en cualquier momento sean recordados por él mismo. El cuerpo puede tener las claves necesarias para desbloquear nudos emocionales a niveles profundos. Se puede entender como un proceso que habla a través del cuerpo, que es muy diferente a hablar solo a través de la cabeza (Budner, 2019).

Desde esta perspectiva que da Buhner (2019), se puede observar que la aportación en la vida del ser humano pasa de ser una fuente de entretenimiento y canalización de emociones, hasta incluso llegar a cumplir un objetivo terapéutico. Y es que bailar, como se mostró, involucra una serie de procesos cognitivos, emocionales, físicos y neuropsicológicos que potencian el desarrollo general.

Actualmente, el ser humano de cualquier edad, por el avance de la tecnología y la aldea global en la que vivimos, ha dejado a un lado cosas que también son importantes en la vida del ser humano como lo menciona el autor Beruben (2016). Hoy en día, se ha dejado a un lado el ejercicio, los hábitos cotidianos, las relaciones con otras personas, incluso el mismo comportamiento ha tomado diferentes rumbos y se han visto alterados por las medidas que se tomaron por la pandemia, por obvias razones se escasea de flexibilidad, de condición física, inclusive algunos no refuerzan habilidades como la atención, memoria y concentración, ya que es difícil teniendo la tecnología si se utiliza como distractor.

En la realidad actual, el uso de tecnología se ha vuelto algo esencial, donde la mayoría de las veces el celular u otro aparato electrónico tiene el poder y control mental, basada en esta realidad, todos los medios electrónicos lejos de favorecer para el desarrollo motriz intelectual, nos está frenando, el hecho de quedarnos esclavos a una silla o cama, hace que todas las capacidades mencionadas anteriormente se vayan deteriorando y alejándonos de no solo una salud física, sino de una salud mental. La tecnología nos está haciendo sedentarios, por lo que, si se implementa el baile en la educación, ayudará a fomentar y contribuirá a retomar las capacidades y habilidades que se han ido perdiendo y olvidando (Maugeri et al., 2020).

La danza como mencionan Nicolás et al. (2010), es una de las áreas olvidadas y descuidadas dentro del sistema educativo, es estereotipada como un adorno de la educación, cuando esta tiene diversas contribuciones al proceso de socialización y de interrelación, a través de ella se adquieren patrones de movimiento aceptados por una sociedad determinada y por las implicaciones de contacto corporal, coordinación grupal, comunicación y expresión que la danza conlleva.

Además de diversas aportaciones educativas y su gran importancia en el desarrollo físico, intelectual y afectivo-emocional. La enseñanza de las artes como en este caso la danza carece de relevancia educativa y eso ha provocado un descuido en las estrategias que se utilizan.

Men (2000, citado por Ramírez, 2007) menciona que la educación se ha quedado con métodos tradicionales, que pretendiendo ser promotores y novación e integridad, lo cierto es que continúan trabajando al niño en la repetición de ejercicios y tareas de forma rutinaria para el logro de los objetivos propuestos. No se le da la oportunidad de explorar nuevas opciones y alternativas, y en consecuencia se limita su capacidad de desarrollar un pensamiento creativo, divergente, de socialización dinámicamente. Siendo que en los lineamientos curriculares se dice que en trabajos con estudiantes se ha comprobado como la educación en danza es una dialéctica permanente que lleva a que la desarrolle equilibradamente, propiciando su salud psicológica, tan anhelada en las actuales y circunstancias sociales del país, motiva la autovaloración, enseña la comprensión, el respeto y entre toda la valoración del otro.

2.2 Historia de la danza

Según Vasco y Pineda (2015), la danza es una actividad muy antigua, tal que no se podría realmente ratificar en dónde ni cuándo emergió. En algunos países se han encontrado algunas siluetas de hombres y mujeres danzando, reales aspectos que hace suponer que la danza estaba dentro de las actividades cotidianas. La danza entonces se podría suponer que es tan antigua como el hombre. Lo que lleva a pensar es que la danza es algo fundamental para el hombre.

Durante el siglo XX, los conceptos de movimiento y danza se han desarrollado como especialidad en el campo de la psicología, y la neurociencia está aportando muchos datos sobre cómo se relacionan el cerebro y la danza. Cuando una persona baila, varias entidades psicológicas emergen: su guion de vida, la forma en que conecta con el mundo y hasta sus principales áreas de problemas (Budner, 2019, párr. 4).

A través de la danza se han podido mostrar toda clase de sentimientos a nivel religioso, social y cultural, para cada suceso se tenían una danza adecuada, para el nacimiento, pubertad, cortejo, casamiento, fertilidad, cosecha, siembra, enfermedad, conjuro y sanación entre otros; así mismo se utilizaba como medio de comunicación entre los espíritus del bien y el mal. Por ello la danza es una forma de comunicación al servicio de las personas (Vasco y Pineda, 2015, p. 12).

Al darle importancia a la danza dentro de la educación se pueden favorecer diferentes tipos de inteligencia como lo menciona Howard Gardner, quien sostiene que no existe un modo único de inteligencia para lograr éxito en la vida. Se refiere a la teoría de las inteligencias múltiples, indicando siete categorías que son la lógica matemática, lingüística, espacial, musical, kinestésica-corporal, interpersonal, y la intrapersonal (Nadal, 2015). Esto implicaría enseñar de diferentes maneras.

2.3 Los estilos de enseñanza

Aprendemos en función de cómo percibimos la realidad y cómo la procesamos. Según Ferreira (2009), la dimensión del desarrollo de la persona que se ve involucrada se divide en los dos estilos siguientes: (pp.12-13)

- 1) Estilos convergentes:
 - a) Los estilos tradicionales
 - b) Los estilos que incentivan la participación del alumno

Tales como:

- El mando directo que abarca la repetición y la imitación.
- Asignación de tareas en donde se presenta la sensopercepción, la evocación, la investigación, la reflexión, el análisis, la síntesis y la solución de problemas.
- Enseñanza recíproca que se ve reflejada en el juego, en talleres de parejas o en pequeños grupos.
- Enseñanza autovalorada a través de la sensopercepción, la repetición, la investigación, la reflexión, la autoevaluación.
- La inclusión es mejorada con el juego cooperativo, la incorporación de todos respetando la diversidad, las diferentes maneras de expresar y crear, desde la propia voluntad.
- El descubrimiento guiado tiene relación a partir de consignas específicas, la evocación, la improvisación, la capacidad de relacionar, la repetición, la exploración.

2) Estilos divergentes:

- a) Los estilos que propician la individualización del alumno
- b) Los estilos que favorecen el desarrollo del pensamiento (dimensión cognitiva)
- c) Los estilos que estimulan el desarrollo de la creatividad

Los cuales clasifica en:

- Resolución de problemas a través del juego, la imaginación, la investigación, la exploración, la improvisación.
- Programa individualizado: la exploración, la imaginación, la indagación, la solución de problemáticas.
- Alumnos iniciados: la exploración, la imaginación, la indagación y la solución de problemáticas.
- Auto-enseñanza: la exploración, la imaginación, la solución de problemáticas planteadas por el alumno mismo, la investigación.

El profesor Kolb (1994, citado por Jericó, 2016) menciona otros dos estilos más, ya que, según él, los individuos captan la realidad fundamentalmente a través de la experiencia y otros, creando teorías. Estos dos estilos son:

- **Adaptadores:** en donde el sujeto trata de implantar soluciones manteniéndose activo, abierto e inquieto, así mismo consigue recursos y que se hagan las cosas asumiendo riesgos, prácticamente es multitareas.
- **Asimiladores:** son aquellos que formulan, desarrollan y planifican teorías, así como crean modelos con un pensamiento más reflexivo y conceptual, tienen mayor unicidad en el pensamiento que les ayuda a definir problemas

Al ser estos estilos de enseñanza utilizados de manera general, el docente puede diversificar sus estrategias incorporando a la danza como parte de estas sin que necesariamente sea un experto en danza. A continuación, se presentará la importancia que tiene la danza en el cerebro.

2.4 Proceso de la danza en el cerebro

¿Cómo funciona?

Los niños prácticamente pueden empezar a bailar desde temprana edad, incentivar este arte ayuda a preparar a desarrollar diferentes habilidades en los pequeños. Al estudiar danza se podrá tener mayor y mejor enfoque, se tiene mayor disciplina, porque se requiere un control sobre el cuerpo a niveles muy altos, ampliando la concentración, atención y memoria, por lo que es esencial para la formación del ser humano (Vega, 2013).

Parte de la comunicación del ser humano es el lenguaje no verbal, mediante el cual se expresan sentimientos y estados de ánimo a través de gestos y movimientos. Esta manera de transmitir información se utilizó en un principio como una forma de ritual social a lo largo de la historia de la humanidad, dándole vida a lo que se conoce hoy en día como danza. Es

una de las expresiones más antiguas que caracterizan al ser humano, una manifestación artística en donde la experiencia estética se desprende de la expresión en un movimiento corporal rítmico que acompaña la música. La capacidad humana para el movimiento rítmico y espontáneo resulta de una novedad evolutiva.

“La danza es el desplazamiento efectuado en el espacio por una o todas las partes del cuerpo del bailarín, diseñando una forma, impulsado por una energía propia, con un ritmo determinado, durante un tiempo de mayor o menor duración” (Antón, 2015, citado por Megías, 2009, p. 31).

Por otra parte, el baile no solo es energía con ritmo, el simple hecho de bailar hace que se produzcan endorfinas, como mencionan Brown, Martínez y Parsons (2005), este neurotransmisor no solo se le conoce por el hecho de hacernos sentir bien, sino que brinda ayuda a la capacidad de concentración, a la igual manera que mejora la calidad del sueño. Es así como aportan mucha energía para poder afrontar desafíos mentales y emocionales.

La habilidad de concentración sobre la atención, apunta al control voluntario de los procesos de la percepción y el pensamiento, a través de la dirección de los medios atencionales disponibles hacia un determinado foco, ya sea de la realidad exterior o interior, seleccionado de acuerdo con los requerimientos de la actividad que se realiza, a las que se integran las peticiones peculiares de la situación ambiental en que transcurre (De Vega, 1984).

La danza, como mencionan Cooley y Morris (1990) da la maravillosa capacidad de poder copiar movimientos con el cuerpo, por lo que la concentración y observación del mismo es esencial para que se pueda recrear, o simplemente a través de los sentimientos, el que se creen movimientos nuevos requiere de mucha facilidad de concentración, y según los autores, no es algo fácil de hacer.

El cerebro tiene alrededor de cien millones de neuronas, las cuales se encuentran conectadas haciendo miles de decenas de sinapsis. Esas unidades de pensamiento, son conjuntos de información, que mediante descargas energéticas y eléctricas se convierten en expresiones del movimiento. La neurona se conforma de un núcleo, en donde se halla la información genética de la neurona, el pericarion, que es el espacio que rodea al núcleo y

compone el cuerpo celular, en el que se hallan los diversos orgánulos de la neurona. Las dendritas, que son prolongaciones del citoplasma de la célula, envueltas en una membrana plasmática desprovista de mielina, abundante en orgánulos y vesículas que permiten la interconexión y la sinapsis. Y, por último, el axón, que es una prolongación tubular del cuerpo de la neurona, cubierta de mielina y abundante en microtúbulos, que permite el paso del estímulo eléctrico de un extremo a otro de la célula. Al final del axón hay una serie de terminales que le permiten conectarse físicamente con otras neuronas y células de otro tipo (Guyton, 2006).

El movimiento es regulado por mecanismos neuronales controlados por el sistema nervioso. Cualquier sensación, pensamiento, emoción o movimiento nacen de un proceso en el cual explica Guyton (2006) en el texto anterior, da un impulso eléctrico que atraviesa la neurona y transfiere energía. Cuando estos se disparan juntos, se conectan de la misma forma y, en consecuencia, se ve reflejado en una afectación a nuestra percepción, comprensión y memoria.

Como menciona Pinós (2018), cada vez que una persona repite un patrón, una emoción es disparada en su cerebro, puede ser también una memoria, un pensamiento, incluso un tipo de aprendizaje. Por lo tanto, cada vez que se aprende un baile, una coreografía o estilo de danza, se están aprendiendo nuevos patrones. Un ejemplo es cuando asustan, el primer movimiento que se hace como reflejo es causado por una reacción a un estímulo, así sucede esto en la danza cuando se bailan y se asocia un patrón de música o un ritmo a la danza, por eso que se hacen ese tipo de patrones y coreografías sean capaces de reproducirse una y otra vez.

Una analogía que se puede emplear basada en el autor Pinós (2018) para entender mejor, es cuando además de la lengua materna se aprende un segundo idioma o más, para que este aprendizaje se lleve a cabo, la parte funcional y la parte estructural del cerebro deben pasar por un proceso, en el cual se realizarán una serie de tareas sumamente complejas. Esto hará que permita que el individuo adquiera ese nuevo conocimiento. Para que este proceso se realice de una manera adecuada, se necesita que la información venga del exterior. Hay ciertas características que ayudan a traspasar todas las barreras, como por ejemplo la

información que se propicia de una forma novedosa, didáctica y dinámica, y así lo que sucede es que se amplía el conocimiento.

Los movimientos como la rotación de cada una de las partes del cuerpo, las piruetas y giros en el mismo eje, la alineación de caderas y hombros, capacidad de control de giros, distribución de peso, equilibrio, concentración, entre otros, han sido parte de los movimientos que se han observado en los bailarines profesionales, específicamente a los de ballet (Golomer et al., 2009, citado por Bläsing et al., 2012).

La danza es una manera de expresión, de liberación de energía e incluso hasta una realización de impulsos para el que la práctica, o sea, para el bailarín, y de otra forma para un espectador es un espectáculo visual reflejado en el cuerpo humano, basado en la admiración de las diversas posibilidades de movimiento que tienen los músculos y articulaciones. La danza es un lenguaje cerebral, compuesto de gestos, emociones, sentimientos, movimientos, gramática del movimiento y significados (Pinós, 2018).

En sí, como bien mencionaron Golomer et al. (2009, citado por Bläsing et al., 2012), los giros, las piruetas y spot con la velocidad e impulso preciso, junto con el equilibrio que los bailarines muestran al estar sobre un escenario, son producto de un trabajo neuropsicológico extremo, al conjuntar cada uno de los sentidos. El coordinar los movimientos, controlar el peso y equilibrarlo, también la escucha de la melodía para programar el ritmo, entre otras.

Cada vez que se baila, los sistemas cerebrales interactúan, sobre todo el sistema nervioso que es el principal encargado de producir el movimiento, pero ¿Cómo es que nuestro cerebro coordina tan específicamente los patrones de movimiento que permiten al sujeto llevar a cabo una pieza de danza?, es aquí donde la neurociencia cognitiva ha explorado los cambios de estructura y función que suceden cuando se pone en práctica la danza.

Brown et al., 2005 explica que:

La danza, al igual que numerosas actividades sensoriomotoras naturales y complejas (por ejemplo, el deporte, el trabajo físico grupal y la interpretación musical), requiere la integración del patrón espacial, el ritmo, la sincronización con los estímulos

externos y la coordinación de todo el cuerpo. Nuestros hallazgos sugieren que muchas de las áreas del cerebro activadas para la danza también se reclutan en actividades sensoriomotrices elementales (p. 1165).

2.4.1 El Cerebro en la Danza

Como bien mencionamos, tanto el arte como el cerebro funcionan gracias a las conexiones, al bailar se activa el cerebro y ocurren millones de sinapsis. Una sinapsis es el espacio que hay de conexión entre dos neuronas o más, esta consiste en la unión de los botones terminales de dos neuronas, con el fin de transmitir información durante la conexión, una neurona envía el mensaje, mientras que una parte de la otra lo recibe. Cada neurona recibe información de los botones terminales de otras células nerviosas, y a sí mismo los botones terminales de estas últimas hacen sinapsis con otras neuronas, creando una red neuronal de conexiones (Gay-Juárez, 2020). La belleza de la danza sucede mediante los espacios de conexiones entre un intérprete, un bailarín, un coreógrafo y un espectador.

Al hacer inferencia sobre lo que sucede dentro del cerebro de los bailarines, basado en el autor anterior, se aprecia que fundamentalmente está involucrado el sistema de control motor del sujeto, el cual es muy complicado, y es el resultado de la integración de las informaciones motrices y sensitivas por el control del sistema nervioso central, esta da la capacidad a un ser vivo para poder desplazarse en el espacio sin tener ninguna dificultad.

El control motor, como menciona López (2015), es el producto de distintos procesos motores, cognitivos y sensoriales, dada la complejidad del movimiento y su naturaleza, así también como de sistemas que interactúan entre sí, para que se lleve a cabo el más mínimo movimiento, como por ejemplo, para los bailarines, lo que más importa es la calidad del ejercicio, no se necesita demasiada fuerza, pero sí un control en la ejecución de los ejercicios, para que haya un movimiento estable y controlado.

El cerebro tiene varios sistemas motores; en la corteza cerebral se posee una de las áreas implicadas en las bases cerebrales de la danza, a la que se le conoce como la corteza motora, la cual lidera el movimiento y elige la parte del cuerpo y la manera en cómo se hace el movimiento, la fuerza de éste, e incluso el desplazamiento. Por supuesto, mientras unas

áreas del cerebro se encargan de nuestra orientación espacial y corporal, y otras se encargan de sincronizarnos con la música y los movimientos que se dan (González, 2020).

Las neuronas que se encuentran en esta zona están organizadas por parte del cuerpo y ellas envían señales a través de sus axones hasta la médula espinal, donde activan otras neuronas que envían a su vez señales a los músculos haciendo que se contraigan, lo que corresponde a la última etapa del proceso motor llamada la ejecución del movimiento (Cowan, Südhof y Stevens, 2001).

Por eso, como refiere Cowan, et al. (2001), la facilidad de movimiento de un bailarín es fundamental, porque requiere de la concentración suficiente para poder llevar a cabo ciertos patrones complicados, lo que lleva a establecer diversas conexiones para ejecutar el movimiento deseado, y también para tener una buena sincronización y ejecución de lo esperado.

El investigador de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México, (UNAM) José Luis Díaz Gómez, explicó que:

Todos los humanos tenemos receptores de movimientos situados en los músculos y tendones, gracias a los cuales podemos saber dónde estamos situados aún si permanecemos con los ojos cerrados. También podemos hablar de la coordinación en grupo, lo cual involucra otro grupo de neuronas que apenas están descubriendo y tienen que ver con observar el movimiento en otro sujeto (Citado en Canal 22, 2019, párr. 6).

Basado en el autor mencionado con anterioridad, este sistema de control motor, lo que hace es recibir información sensorial constante del exterior, a través de los sentidos del oído, tacto y la visión, así mismo se encarga de dar órdenes a los músculos sobre la forma determinada de cómo se deben mover.

La corteza motriz es la parte del cerebro que produce el movimiento voluntario y transfiere la información mediante axones hasta la médula espinal. Ahí hay una segunda neurona que va directamente al músculo para ordenar que se mueva, especificó Díaz Gómez (2018, citado por Quiroga, 2018) en una de sus conferencias.

En la corteza cerebral, como hemos visto con los autores mencionados anteriormente, es en donde se da uno de los niveles de control motor, y también es responsable de planificar, dirigir e iniciar movimientos voluntarios, esto gracias a los lóbulos frontales (planificadores del movimiento), los lóbulos parietales, temporales y occipitales, encargados de modular las emociones, la ubicación espacial, los sonidos, la memoria e interpretación de imagen.

Para la planeación del movimiento que hace el lóbulo frontal, son esenciales la corteza pre motriz y la corteza motriz suplementaria, encontradas cerca de la corteza motriz primaria (González, 2020).

La corteza pre motriz es el área cerebral que está situada en el lóbulo frontal, por delante de la corteza motriz primaria y cerca de la cisura de Silvio, esta zona se encuentra particularmente asociada a la programación y guía del movimiento, y se activa en la planificación de movimientos, al igual que en la toma de decisiones; almacenando programas motores aprendidos mediante la experiencia. Y la corteza motriz suplementaria es la que permite la realización de movimientos voluntarios del sistema músculo-esquelético. Participando también en los aspectos como la adopción de posturas y además tiene influencia en movimientos descoordinados (Castillero, 2017).

Cuando en una evaluación de danza, se pide improvisar una melodía, basado en el autor mencionado con anterioridad, lo más lógico que hace un bailarín es reproducir pasos, secuencia de los mismos, y movimientos aleatorios previamente hechos en alguna clase o alguna presentación coreografía, lo que hace el cerebro es recordarlos y adaptarlos con el ritmo de la melodía, o incluso dependiendo del ritmo, ir seleccionados movimientos almacenados que concuerden según nuestro almacén.

También uno de los elementos que es fundamental en la danza, es la capacidad que debe tener el bailarín para ubicarse y poder moverse en el espacio, para que así las áreas de movimiento realicen su trabajo. Hay que tomar en cuenta que es esencial que reciban información sobre el entorno y la posición del cuerpo, porque no todos los escenarios son iguales, y no es lo mismo bailar en un escenario rectangular con duela, que en uno circular de cemento, el cuerpo, aunque no sea la misma rutina, reacciona diferente (González, 2020).

“La corteza motora no se enciende de repente, sino que otras zonas pre motrices están involucradas en el proceso de intención”, dijo el neurobiólogo Díaz (2018, citado por Quiroga, 2018), y agregó que gran parte del cerebro es asociativo y que existen áreas que se encargan de asociar una esfera sensorial o motriz con otra. Destacó que éstas son las que más se han desarrollado en el cerebro humano (párr. 5).

Dichas habilidades mencionadas con anterioridad como la memoria y la ubicación espacial, etcétera, son esenciales para un bailarín, ya que son usadas la mayoría del tiempo, presentando sus áreas sensoriales y visuales para poder tener desplazamiento. El uso del área auditiva para escuchar la música que está bailando, inclusive se activan las áreas táctiles, el tacto es de suma importancia, puesto que por medio de este es como se transmite la información sobre el movimiento del otro, aprender a bailar *Contact Improvisation* (Brozas, 2017) mencionan que es una técnica de danza en la cual puntos de contacto físico proveen un punto de partida para la exploración del movimiento a través de la improvisación). Según Paxtón (1993, citado en Brozas, 2017 p. 1042), implica perder inhibiciones y tabúes que estén relacionados con el contacto, explorando nuevos movimientos corporales y variaciones de las sensaciones periféricas y alcanzar un estado estable que permita observar y sentir los reflejos.

Las áreas del equilibrio también son parte esencial, ayudan al bailarín a tener mayor estabilidad, que gracias al nervio vestibulococlear, encargado de enviar señales al cerebro para controlar la audición, ayudan con el equilibrio (función vestibular). Este nervio envía información proveniente de la cóclea y el vestíbulo hacia el cerebro, los receptores reciben estímulos primarios, y las neuronas del ganglio vestibular transmiten la información desde los receptores mediante sus dendritas, estos estímulos serán interpretados en forma de sonido y equilibrio, aunque no solo los oídos, sino también las articulaciones y músculos trabajan todos juntos para ayudar a mantener una postura firme y erguida (Montagud, 2019).

Como ya se había ejemplificado, con base en el autor mencionado, hacer una improvisación conlleva mucho esfuerzo y concentración, porque a veces se limitan y reprimen los sentimientos, como mencionan Kenny y Gellrich (2004), normalmente al improvisar un baile, se rescatan pasos que se han hecho alguna vez en el pasado, porque en algún momento se tuvieron que memorizar y se guardaron en la memoria de largo o corto

plazo, lo que se hace es adaptarlos al ritmo de la música. Una vez que ya hay más experiencia en la improvisación, uno puede recrear sus propios movimientos, utilizando la información almacenada con información nueva, e incluso se pueden fusionar las ideas.

Cuando movemos la cabeza, el vestíbulo detecta estos movimientos y envía señales al cerebro para indicar en qué posición nos encontramos o si hemos perdido el equilibrio momentáneamente. Dentro de esta estructura tenemos un líquido que, al moverse, activa unas células, llamadas células ciliares o vellosas del oído, que actúan a modo de sensores. Estas células envían la señal al cerebro, órgano que activará los músculos necesarios para corregir la posición y mantener el equilibrio. (Montagud, 2019, párr.5).

Para un bailarín es primordial tener cierto grado de concentración, porque en la mayoría de las rutinas se necesita mucho equilibrio, si no es que, en todas, y si no se tiene el nivel necesario de la concentración, puede ocurrir un grave accidente.

Todas estas áreas de percepción sensorial ya mencionadas están involucradas, pero así mismo, hay otra parte involucrada en el cerebelo, que está situado en la parte más posterior y basal casi llegando a la nuca, esta parte es muy amplia y es el responsable de la coordinación de movimientos finos. Por ejemplo, la coordinación entre ojos y manos que debe tener un bailarín, además de que en la danza no solo se ejecutan movimientos precisos sumamente delicados, finos y limpios, sino que también debe haber una unión en donde el bailarín sienta su cuerpo. Es algo bastante interesante porque no solo está involucrada la parte motriz como se ha ido viendo, sino que también tiene influencia la llamada propiocepción. Esta es la percepción que tiene el mismo bailarín de su cuerpo, es el sentido de la posición corporal por medio de los receptores nerviosos que se encuentran situados en los músculos, tendones, y ligamentos, que, igual que unos sensores, como su nombre indica, envían información a la corteza sensorial en el lóbulo parietal, lo cual permite generar un esquema corporal, y así se puede saber en qué postura se está aún teniendo los ojos cerrados (González, 2020).

En la danza hay algo que se utiliza llamado el arco reflejo, el cual es un mecanismo que el cuerpo realiza en cuestión automática, se da de manera impulsiva por parte del cuerpo y se ejercita para tener movimiento como reflejo, esto sin que haya la necesidad de pensar en la colocación de cada parte del cuerpo. Tenemos amplia información para decir que el sistema

nervioso no solo examina a un programa de movimiento una vez que se ha logrado, también detecta los errores que se generen en el mismo proceso. Si se llega a aprender un programa de movimiento adecuadamente, las correcciones que tenga que hacer el sistema nervioso son menores (Brown et al., 2005).

Díaz (2018, citado por Quiroga, 2018) menciona que “Al momento de bailar, el sujeto se da cuenta de su expresión y tiene un sistema de retroalimentación del cerebro hacia el músculo y viceversa. Ahí es donde reside la modulación del movimiento” (párr.7).

Por su gran papel que tienen en el movimiento, se deben fortalecer y tonificar poco a poco todos los músculos del cuerpo, porque la fuerza es fundamental para los bailarines. Por ejemplo, la primera enseñanza de ballet que se da, empieza con las cinco posiciones básicas que se utilizan en todo momento, las cuales se encuentran acompañadas por sus correspondientes posiciones de brazos y manos. Inicialmente se enseñan delante de la barra y un espejo, para tener mejor visión de lo que se está haciendo (Mora y Palacios, 1991).

Entonces se fortalecen los músculos y se les mantiene flexibles mediante el ejercicio diario, porque debe haber una constante de ejercitación para que no se pierda la fuerza y flexibilidad ganada, ya que los ligamentos se estiran por completo para lograr mayor flexibilidad. De esta manera, se logra que el cuerpo llegue a tener la habilidad de moverse con el mayor grado posible de rapidez, control, agilidad, gracia y ligereza, como lo hace un bailarín profesional. Si se deja un periodo mediano sin ejercitar las partes que ya tenía elasticidad, esta se pierde y se deteriora, con el paso del tiempo es mal difícil generar cierta flexibilidad y elasticidad, esto por el cambio físico que hay dentro del sujeto al crecer (Fuente, 2008).

Ciertamente, se requiere de un físico especial para realizar cada una de las diversas disciplinas, hay que tener en cuenta que el entrenamiento también produce cambios internos. Estos cambios se deben al entrenamiento sistemático por varios años, los cambios se dan por adaptación al entrenamiento, es decir, el cuerpo se adapta para resistir las cargas de trabajo para funcionar con mayor capacidad y eficiencia.

El ballet es una de las formas más estrictas de entrenamiento. Principalmente es de tipo anaeróbico, es decir, precisa mucha fuerza en poco tiempo, con contracciones

musculares excéntricas, desarrollo de la fuerza de resistencia y rápida, desarrollo de la flexibilidad constante, debe haber una alta coordinación neuromuscular específica dando un control de la contracción muscular para realizar los movimientos con exactitud y en modo refleja. Este entrenamiento nos lleva a un cambio en todos los aparatos y sistemas, músculo esquelético, cardiovascular, respiratorio, nervioso, urinario, endócrino y por supuesto en la forma física (Echegoyen, sf.).

Así es como, con base en Echegoyen (sf.), se puede ver que la danza no solo nos da el beneficio de la libertad de expresión, sino que físicamente mejoramos nuestra condición física, el sistema nervioso a veces es difícil de controlar, conlleva a un reto cuando hay una presentación donde todas las emociones fluyen y todas las extremidades comienza a temblar, haciendo que el cuerpo se entorpezca, así que el control de ellas y aprender a hacerlo nos beneficia no solo en las presentaciones, sino en la vida en general. El sistema urinario lo ejemplifico en que debe haber un control del esfínter, también la respiración es importante porque con esta es la que hacemos que nos cansemos menos, y la fuerza en los músculos que hará que se ejecute el baile con cadencia.

Como mencionamos recientemente, son los músculos otro tema considerable, ya que representan la parte activa del aparato locomotor, que es el conjunto de estructuras que le permiten a nuestro cuerpo realizar cualquier tipo de movimiento, está formado por el esqueleto o sistema óseo (huesos) y el sistema muscular (músculos) (Fuente, 2008).

Es decir, los músculos son aquellos que permiten que el esqueleto se mueva y que, al mismo tiempo, mantenga una estabilidad tanto en movimiento como en reposo. Junto a todo esto, los músculos contribuyen a dar la forma externa del cuerpo humano.

Las extremidades pueden realizar movimientos de flexión o extensión, de rotación (pronación y supinación), de aproximación (aducción) o al contrario (abducción). Las adaptaciones a nivel muscular por el entrenamiento de la danza, llevan a un completo cambio metabólico, que es lo que les permite efectuar el ejercicio sin que haya fatiga, aunque es insuficiente si se piensa en los trabajos coreográficos. Tanto en el ejercicio aeróbico como anaeróbico se necesita un recambio de sustancias y elementos transportadas en la sangre, y por lo mismo, se provoca una adaptación del sistema cardiovascular (Fuente, 2008).

El ejercicio de la danza, requiere totalmente de un aumento de producción de energía por el músculo. Sin importar el tipo de ejercicio, aumenta el riego sanguíneo a los músculos. El incremento de flujo sanguíneo sucede por el proceso en donde se distribuye de nuevo toda la sangre y también por el incremento de bombeo por el corazón para poder llevar a cabo esa redistribución, tanto por la cantidad en cada contracción como por el número de contracciones.

Es sabido que el corazón cambia de acuerdo con el tipo de entrenamiento o de la sobrecarga al que este es sometido, por lo explicado anteriormente. Las adaptaciones que se dan cuando se hace ejercicio son tanto o similares a los dos tipos de entrenamiento, aeróbico como anaeróbico, por el tiempo total de horas de entrenamiento (López, 2015).

Hasta aquí hemos visto la conexión que ocurre en el bailarín con la danza, no solo en el cerebro, sino en el cuerpo del bailarín, la planeación y ejecución de movimiento que va desde el lóbulo parietal, en donde se envía información hacia el lóbulo frontal, permitiendo una comunicación dinámica entre los sistemas motores y las áreas propioceptivas, informando al cerebro sobre la ocupación y movimientos que estamos realizando (González, 2020).

De igual forma, está el sistema vestibular, que como ya habíamos mencionado, permite ubicarnos de forma temporo-espacial mientras estamos realizando los movimientos; los sentidos sensoriales que proveen la información del entorno y de nuestros músculos, y el sistema límbico que coordina y da paso a las respuestas emocionales que presentamos al escuchar la música. Con el fin de que la aplicación de fuerza del movimiento se lleve en forma adecuada, se necesita de una serie de patrones coordinados neuromusculares (Montagud, 2019).

Haciendo un breve recuento de los autores anteriores, cuando se baila, toda la información sensorial, propioceptiva, y visual, llega a la parte posterior de nuestro lóbulo parietal donde se procesa y se envía a las áreas de planeación y ejecución de movimiento en el lóbulo frontal, mientras nos movemos en coordinación al ritmo musical, estas estructuras se comunican en modo de circuito, la corteza motriz envía señales para contraer los músculos

y mover las articulaciones, éstas a su vez envían señales propioceptivas de regreso al cerebro para informar de una nueva posición y poder continuar el movimiento con buena coordinación o buen ritmo.

Por otra parte, áreas como el lóbulo parietal superior, las áreas de Brodmann, la corteza pre motriz, área suplementaria motriz y el área superior parietal cingulada se activan en el momento en el que se empieza a moverse al ritmo de la música (o incluso cuando no la hay). Posteriormente, el tálamo permite integrar toda esta información para poder dar paso al movimiento (Calderón y Gil, 2018, pp. 144-145).

Retomando al cerebelo, que es otro sistema que regula la actividad de la corteza motriz, recibe información tanto de las cortezas motrices como de los órganos de propiocepción y también del oído interno, anteriormente se mencionó que es el encargado del balance y del equilibrio. Esto permite al cerebelo integrar toda información para coordinar movimientos complejos, prediciendo y corrigiendo posibles errores de ejecución (González, 2020).

La primera percepción es esencial, afecta la respuesta propioceptiva para dar la sensación de tensión en un músculo y la sensación de localización de las extremidades en relación con otras partes y el espacio. La acción muscular no ocurre de manera aislada, varios músculos alrededor de una articulación se involucran para coordinar toda una extremidad. Por eso se dice que el movimiento es una cadena de acciones deseadas (Echegoyen, sf., párr. 16).

Cuando se danza en un lugar pequeño, se debe aprender a medir bien el espacio y guiar muy bien el movimiento, utilizando la perspectiva de la fuerza y la coordinación que se da para no chocar contra la pared, como por ejemplo, el dar una pirueta en un principio es muy complicado, porque al querer hacer una se debe medir la fuerza que se le da y que movimiento va primero, al acomodarse en la posición inicial (doblando las piernas), si no se coordinan los movimientos, esto se volverá una larga repetición del mismo, hasta que se cae en cuenta de que los movimientos no son aislados, sino uno tras otro dando fluidez y buena posición al movimiento.

Gracias a la práctica de baile, los bailarines mejoran las funciones que tienen que ver con el control sensoriomotor que están relacionadas al equilibrio estático y dinámico, dando así un incremento en el control de la postura que influye con otros procesos sensoriales como la visión, el tener una mayor precisión y sentido de posición (Bläsing et al., 2012).

Bailar implica conciencia espacial, sentido de la posición corporal, balance, coordinación y métrica (Gay-Juárez, 2020), para bailar se vuelve esencial aquello que caracteriza la práctica artística, la intención y expresión emocional a cargo de la interacción de las redes motrices con el sistema emocional de nuestro cerebro, llamado el sistema límbico, el cual hace visible la diferencia entre la danza y una serie de movimientos complejos como la gimnasia (Alarcón, 2009).

Otra parte importante de la coordinación que hay en la danza es la coordinación en grupo, normalmente el baile se realiza entre dos o más personas, y es aquí donde se beneficia nuestra capacidad de interactuar y relacionarnos. Cuando uno baila en grupo, pero no interactúa con nadie más que con su persona, se involucran otras zonas y neuronas que se han descubierto recientemente que tienen que ver con el observar el movimiento en el otro, esto para poder repetir movimientos (Nicolás et. al, 2010).

Las neuronas que se activan durante el proceso anterior son las llamadas neuronas espejo, éstas se encuentran situadas en el cerebro, ya que son pequeñas células denominadas neuronas motrices. Generar disparos eléctricos es una de sus principales características, haciendo que se produzca una acción al observar un acto efectuado por otro. El mecanismo que hacen las neuronas motrices es la transformación sensorial, proveniente de los sentidos, en información motriz, también puede ser la planificación del movimiento en sí mismo (Rodríguez y Rodríguez, 2019).

Gay-Juárez (2020) explica que la evolución del cerebro dancístico está asociada con el cerebro lingüístico, ambas se encuentran basadas en la imitación, la representación y de igual manera, se utilizan como forma de comunicación social; la danza y el lenguaje verbal tienen gran similitud, más de lo que se puede llegar a creer.

De la misma forma Gay-Juárez (2020) tenía un gran cuestionamiento sobre qué pasa en los cerebros de los bailarines, por el continuo movimiento que tienen ellos mismos, era

todo un reto analizarlos y tenía cierta dificultad para estudiarlos, ya que los aparatos requerían que hubiera cierta inmovilidad por parte del sujeto de estudio, por eso se focalizó en analizar qué era lo que sucedía en el cerebro de los bailarines cuando se encuentran observando a otras personas bailando. Gran parte del aprendizaje dancístico ocurre por medio de la observación, esto con fin de poder imitar los movimientos de los demás, en los estudios se aprecia cómo es que los bailarines tienen activa la red de observación de la acción o sistema de neuronas espejo.

Así, compuesta por las cortezas frontales de movimiento y parietales que procesan la información visual y espacial, esta red se activa cuando se observa a los demás moverse, incluso aun cuando se simula mentalmente la acción o el movimiento, participan las cortezas motoras primarias y suplementaria, al observar la danza, los bailarines tienen una mayor actividad significativa en estas redes de acción, participando particularmente la corteza promotora, en consecuencia, el grado de actividad cerebral, depende de su entrenamiento. Un dato interesante es que, para los bailarines, observar un movimiento conocido es suficiente para practicarlo mentalmente (González, 2020).

Los bailarines tienen mayor actividad no solo en las cortezas motrices y sensoriales que están involucradas en las redes de acción, sino también del giro temporal superior, que es el responsable de la audición, al igual que los músicos, los bailarines tienen mayor capacidad de integrar la información auditiva con los patrones de movimiento, algo esencial para poder sincronizarse con la música y reaccionar a cambios de ritmo y melodías (Díaz, 2018, citado por Quiroga 2018). A esto en el ámbito de la danza se le conoce como la musicalidad, que conforma parte importante de las características esenciales encontradas en los bailarines. Significa la percepción auditiva con un alto nivel de discriminación, en cuanto a los elementos de la banda sonora y sus interrelaciones temporales, como sustento para la sincronización de un esquema coreográfico de posiciones, movimientos y desplazamientos coordinados, que en conjunto expresen el sentido de la misma (Manzano, 1998).

Para esto, basado en el autor anterior, se deben tener en cuenta varias características como la función y naturaleza psicológica del personaje, los elementos peculiares de la obra y el momento en que se encuentre su representación, convirtiéndose entonces en una verdadera conversión de las transformaciones musicales al lenguaje corporal. Y así es como

los bailarines pueden dar seguimiento a un movimiento de manera simultánea, y una interpretación de la música.

La danza no es solo un ejercicio físico, sino que genera nuevas neuronas (neurogénesis) y sus correspondientes conexiones. Estas conexiones son las responsables de adquirir el conocimiento, el pensamiento y la acción. El aprendizaje de la danza genera cambios en las redes del cerebro gracias a la neuroplasticidad, ya que como vimos, es la que se encarga de estimular la vibración del factor neurotrópico de proteínas derivadas del cerebro; un dato interesante es que esto ayuda a los bailarines a recordar los pasos hechos previamente, promoviendo el crecimiento, el mantenimiento y la plasticidad de las neuronas, imprescindible para el aprendizaje y la memoria (Gil, 2018).

La plasticidad neuronal o neuroplasticidad, es la capacidad que tiene el cerebro para cambiar a lo largo de la vida, por lo tanto, no hay mejor medicina para una persona de la tercera edad, que bailar (Pinós, 2018).

Algo importante de mencionar sobre la memoria, es que a veces la carga de movimientos y pasos es tan grande que es indispensable retener grandes cantidades de información sobre diversas secuencias de acciones coreográficas, lo cual implica la activación intensa de la memoria, lo que hace es recuperar todos los elementos almacenados de acciones o secuencias de acciones aprendidas, de modo automático, un bailarín al oír cierta melodía, reconoce los pasos de esa coreografía por asociación, lo que hace que se active esa información almacenada y se reproduzca (Sabat, 2015).

“A ello se agrega la necesidad de reproducir el significado de cada estructura gestual, los sucesos e ideas de la historia danzada que se simbolizan en cada evolución, la intención racionalmente elaborada de cada balance, salto y giro, con lo cual queda también involucrada la memoria semántica" (Manzano, 1998 citado en Febles y Wong, 2002, p. 31). A la cual accedemos a ella de una forma consciente.

Basado en el autor anterior, al mezclar la educación tradicional en las escuelas con la danza, se requiere de una gran capacidad de memoria para tantas rutinas que a veces en un mismo instante se presentan, incluso hasta la fecha se podrían recordar varias partes de coreografías que se han tenido incluso desde inicios en la práctica de danza. Se pueden ir

deteriorando al paso del tiempo, pero aún se podrían llegar a lograr recordar algunos movimientos de varias coreografías, y más de las que fueron recientemente.

Además, como menciona Gay-Juárez (2020), bailar hace que todas las conexiones que se producen hagan a las neuronas más ágiles, provocando un circuito de uniones en donde se conectan entre sí creando nuevas sinapsis.

Maugueri, et. al. (2020) mencionan que el ser humano puede empezar a bailar a cualquier edad, aunque la danza tiene diversas ramas y ritmos, tendrá los mismos beneficios, tal vez en diferentes niveles, pero dependería si se hace profesionalmente o no, pero al ser una herramienta formativa, se podría empezar con algo de bajos niveles, para que el cuerpo se vaya acostumbrando, aunque también dependerá de la capacidad de aprendizaje de la persona, ya que todo cerebro trabaja a diferentes ritmos.

La danza no únicamente sirve para aprender movimientos o desempeñar alguna actividad física, sino que tiene efectos beneficiosos en ciertas estructuras o procesos de aprendizaje, cuando se va a clases, al momento de estar captando alguna información mientras algún evento inesperado pasa, se recuerda por ciertos detalles específicos, por ejemplo si se estudió alguna asignatura mientras se escucha una canción, lo más seguro es que esa canción haga que se recuerde la información que se estaba estudiando (Calderón y Gil, 2018).

La planificación del movimiento se produce en el lóbulo frontal, donde la corteza promotora situada sobre la cara externa no visible y el área motriz suplementaria evalúa las señales procedentes de cualquier otro lugar que informan de la posición espacial y del recuerdo de acciones anteriores. Esas dos áreas se comunican luego con la corteza motriz primaria, que músculos deben contraerse y en qué grado, y envía instrucciones a los músculos a través de la médula espinal (Castañar 2020).

Otro tipo de memoria que utiliza el cerebro de un bailarín, basado en Alarcón (2009), es la corporal y se trata de un registro de información del cuerpo que se guarda en el inconsciente. Habla sobre una dinámica de movimiento sentida y que ese a su vez es implícita. Esta forma de memoria sustenta la mayoría de nuestros movimientos y hábitos gracias a los cuales actuamos y vivimos en el mundo. La memoria corporal es sumamente

importante para los bailarines, ya que a través de esta es como se incorpora una serie de movimientos que van ligados a sonidos, los cuales son los que dan las pautas de suavidad, rapidez o cambios dentro de la danza.

Hay ocasiones en la que se escucha hablar sobre la memoria “fotográfica”, la cual se basa a partir de las teorías acerca del formato representacional de la información. “Se trata del reconocimiento de la acumulación de contenidos a modo de imágenes visuales” (De Vega, 1984); las cuales permiten construir mentalmente esquemas de movimientos, luego observables y modificables a lo interno, junto a la revisión introspectiva de la orientación de las ejecuciones corporales en el espacio (Bakker, Whiting y Van Der Brug, 1993, citado por Flebes & Wong, 2002).

La intención de ejecutar una acción determinada recuerda la sensación de una dinámica de movimiento. Sheets-Johnstone denomina, de manera certera a este tipo de memoria, memoria cinestésica: *La memoria kinestésica es, por lo tanto, [...] la dinámica espacio-temporal-energética de los auto-movedores.* (Sheets-Johnstone, 2003, p. 89).

Otra memoria mencionada, definida como kinestésica no consiste en una repetición muscular automatizada, sino en el recuerdo de una dinámica corporal sentida. Es por esto que podemos realizar la escritura en un pedazo de papel. En todos estos casos trabajar músculos muy diferentes y, sin embargo, somos capaces de hacerlo sin ningún problema. Esta secuencia de movimientos es compleja, pero una vez aprendida disponemos de ella sin mayor esfuerzo y podemos aplicarla en diferentes situaciones.

Cuando un bailarín se mueve, produce una manera momentánea en el espacio. Esta forma puede ser observada desde diversas perspectivas por los espectadores, o por los otros bailarines. El bailarín mismo puede mirar partes de los movimientos y de su cuerpo, pero de manera limitada, como por ejemplo sus brazos, manos, dedos, parte de sus piernas y pies, sin embargo, no pueden mirar ni su espalda ni su rostro.

Durante la danza, el bailarín tiene una sensación actual-kinestésica de sí mismo y de sus movimientos, que, por lo tanto, los reconoce como suyos. Mientras realiza un movimiento, es ya pasado. El bailarín tiende durante ese movimiento ir hacia el siguiente. No obstante, no realiza múltiples pasos independientes entre sí, sino un continuo de

movimientos que poseen un ritmo determinado, por lo que la conexión entre un paso y otro es primordial. La danza es posible gracias a la retención del pasado y la proyección en el futuro, esta extensión del presente, lo que permite ver en los diferentes pases una coreografía (Alarcón, 2009). El bailarín se mueve en el espacio, ejecuta una acción. El inicio del movimiento es el bailarín mismo, pues este no es movido por una causa ajena, sino que él se mueve a sí mismo.

El hecho de que una persona pueda hacer una coreografía, es porque siempre hay una conexión en ella, una continuidad entre los pasos, y eso es lo que la hace maravillosa, para poder generar los movimientos que se quiere, debe haber una propia conciencia de cómo se deben hacer, cómo se quieren hacer y cómo se deben ejecutar.

En las etapas iniciales de formación de cualquier movimiento esta cadena debe consistir en una serie de impulsos aislados; con el desarrollo de las habilidades motoras los impulsos individuales se sintetizan y combinan en estructuras kinestésicas integrales o melodías cinéticas ganar un solo impulso es suficiente para activar un estereotipo dinámico completo de elementos que intercambian automáticamente (Lurija, 1973, p. 176).

Esto que menciona Lurija (1973) se podría asociar a cuando se baila, el estar utilizando la escucha, se activa la habilidad de conciencia, el estar presente en el cuerpo, agregando la capacidad de registrar los sentimientos que surgen en el momento, los movimientos que fluyen en sintonía revocando una conexión con el mismo cuerpo.

En la realización de todo movimiento voluntario actúan dos sistemas sensorio motrices muy diferentes en el sistema alfa y el sistema gama. Mientras que el alfa tiene que ver con nuestra percepción consistente y movimientos iniciados voluntariamente, gama actúa a un nivel que normalmente no es consciente. La coordinación efectiva entre estos dos sistemas es la razón por la cual todo movimiento bien ejecutado puede ser entendido como una melodía cinética (Alarcón, 2009, p. 5).

Por ejemplo, aquí podría retroceder a la improvisación, comentada con los autores anteriores, donde al observar se perciben los movimientos y comienza el seguimiento de los

mismos, hasta que se hacen parte del cuerpo. Cuando se improvisa, se retoman movimientos que se tienen almacenados y se usan para crear nuevos, los cuales fluyen inconscientemente.

De las características psíquicas esenciales que el bailarín debe poseer para su óptimo desempeño artístico, se encuentra el rendimiento cognitivo, compuesto por el nivel de desarrollo intelectual elevado, este se refiere a la facultad de los individuos de procesar información a partir de la percepción, el conocimiento adquirido por experiencias y características subjetivas que permiten valorar la información. Básicamente hace referencia a la consecución de un funcionamiento óptimo y eficaz de las capacidades cognitivas y funciones ejecutivas.

Otra característica psíquica es la capacidad mnémica, que es la capacidad para generar recursos que permiten memorizar una información, esta abarca una secuencia de recursos mnemotécnicos, los cuales corresponden a técnicas de memorización que agilizan la recuperación de los elementos almacenados en el cerebro. Además, estimulan la memoria, debido a que multiplican las conexiones sinápticas, las cuales aumentan la eficacia de los circuitos mnémicos (Sabat, 2015).

Parte de la memoria corporal que no solo los bailarines tienen, menciona Sabat (2015), es la capacidad de almacenar en el inconsciente las necesidades que se presentan, las emociones que a veces se reprimen como las aspiraciones, tanto como los temores; cuando se baila, el cuerpo se sistematiza mentalmente, relacionando toda información que va captando nuestro cerebro, y es así como los movimientos se van incorporando al cuerpo.

También se encuentra la capacidad de concentración de la atención, que es una función neuropsicológica que requiere de un esfuerzo neurocognitivo, antecede a la percepción, a la intención y a la acción y tiene un papel importante en la capacidad de memoria y aprendizaje. La atención, por tanto, es el mecanismo regulador que, además de regular la entrada de información, está también implicada en su procesamiento (Cooley y Morris, 1990).

Por ello es relevante porque a través de su control se podrán incorporar series de movimientos que normalmente van ligados a un sonido o melodía, facilitando al bailarín

poder tener suavidad de movimiento, controlar la rapidez y todos los cambios que se puedan surgir.

La capacidad de coordinación psicomotriz, el desarrollo psicomotor, refieren Mora y Palacios (1991); es el control del propio cuerpo hasta ser capaz de sacar de él todas las posibilidades de acción y expresión que a cada uno le sean posibles. Es decir, el saber hacer eficiente en cuanto al ajuste y la sincronización entre sí de diferentes movimientos o ejecuciones parciales con áreas corporales distintas, de manera que devengan en un plan de acción único, coherentemente presentado. Un todo dinámico y orgánico (Bakker, et al., 1993). Refiere Wallon, H. (1954), que el niño se construye a sí mismo a partir del movimiento; es decir, que el desarrollo va del acto al pensamiento, de lo concreto a lo abstracto, de la acción a la representación, de lo corporal, a lo cognitivo (citado en Fernández, 2007).

Parte del lenguaje dancístico del bailarín, basado en los autores anteriores, es a través de ciertos movimientos y gestos, representan sentimientos, expresiones y hasta palabras concretas, además como se proyecta para un escenario amplio, los movimientos deben ser precisos para transmitir lo deseado, así como la capacidad de sincronizarlos con uno mismo y con los demás cuando se requiere danzar en grupo.

La capacidad de interiorización es otra característica, y es la acción a través de la cual una persona asimila un hecho o información dada. Elementalmente, el ser humano que vive de forma consciente y se refleja en sus propias experiencias, también interioriza su propia vida, asimilando información teórica y práctica sobre esta misma. Esta capacidad de interiorización designa la construcción voluntaria de representaciones mentales dinámicas sobre realidades existentes, en inicio, en el ámbito inter psicológico, y que de este modo son reproducidas creadoramente en el espacio interno-individual; esto, claro está, mediatizado por la economía de recursos, ya sean subjetivos, fisiológicos, o físicos (Newman et al., 1991).

Retomando los autores anteriores, a todos les pasa que cuando recuerdan algo se le viene una imagen a la mente o de vez en cuando un pequeño video que se reproduce en el interior, que, aunque no se pueda ver físicamente, se sabe que está ahí, esto se da por la capacidad de interiorización, entre otras cosas, en donde incorporamos ese recuerdo a nuestra memoria, y así se puede imaginar una serie de eventos con bases en lo ya conocido.

El nivel de desarrollo intelectual, que hace referencia a la capacidad para identificar problemas e idear y materializar soluciones para los mismos, con eficiencia, a partir de los procesos del pensamiento (Gardner, 1994); especialmente respecto a aquellas dificultades que la actividad dancística impone, como es la superación de limitaciones físicas, la realización de coreografías complejas, la elaboración de personajes, entre otros.

El bailarín debe tener un coeficiente intelectual medio-alto para poder desarrollar esta carrera, ya que el trabajo no solo consta de repeticiones, sino también de aplicar la inteligencia y los conocimientos adquiridos, para que la evolución sea más rápida y tenga mejores resultados (Torrado, citado por Flebes y Wong, 2002, p. 30).

Si uno quiere dedicarse profesionalmente a la danza, se requiere mucha disciplina, pero eso no quita los beneficios que esta brinda por sí sola.

Otra característica es la capacidad de apropiación estética de la realidad, que muchos la nombran como sensibilidad. Dicha característica se basa en la comprensión valorativa de los objetos, fenómenos o componentes cualquiera de la realidad, a partir del nivel de emocionalidad que produzcan, del carácter y la fuerza del sentimiento experimentado, a razón del contacto perceptivo con los mismos en sus formas, lo que va a estar condicionado por el desarrollo de la conciencia estética, lo que es el sentido, la necesidad, el gusto, el ideal y la teoría, estéticos, los cuales se hallan determinados desde lo social, en función del momento histórico (Peramo, Rodríguez y Martín, 1992).

Basado en los autores anteriores, el hecho de que haya una apropiación estética en la educación y sobre todo en la didáctica, hace que se presenten con mayor intensidad las relaciones a lo largo del proceso formativo de la persona, además de que ofrecen capacidades favorecedoras para el aprendizaje.

Y, por último, la cultura general y específica, esto es esencial porque desde la antigüedad, el baile ha servido en diversas sociedades y culturas para expresar emociones o estados de ánimo. Así, esta actividad podría ser parte de ritos religiosos, culturales o simplemente artísticos, buscando la belleza mediante la expresión corporal.

2.5 La danza en la educación

Acerca del lenguaje del cuerpo ha existido gran cantidad de mitos, la escuela no promueve el desarrollo en el niño a usar su cuerpo como medio de expresión abierto y libre, y se queda con el pensamiento de que es privilegio de bailarines y actores, por lo tanto, el currículo, se enfoca en otras dimensiones (Ramírez, 2007).

La danza se inspira en los ritmos de las sociedades primitivas y de las propias raíces culturales (folklore, danzas tradicionales, etc.) de los que guarda su carácter colectivo, lúdico, entusiasta y festivo (Castañar, 2000).

Se puede determinar la danza como una herramienta importante dentro del aula de clases, no solo para el tiempo libre de esparcimiento, sino para el aprendizaje, pues al ser una forma de aflorar lo interior del hombre a partir de estiramientos y relajamientos, siguiendo un patrón, acompañado generalmente de música; se da lugar a un enriquecimiento motriz, comunicativo, socio-afectivo que provee al alumno de elementos importantes para la construcción de conocimientos más complejos (Ramírez, 2007, p. 23).

Bailar es dejar que el cuerpo hable por nosotros, es una experiencia enriquecedora desde cualquier perspectiva por donde la miremos. Más allá del tipo de música que se decida por disfrutar, dejarse llevar por la música es una experiencia creativa, emocional, y también cognitiva. En realidad, es una experiencia integral, por lo que su práctica constante nos traerá múltiples beneficios (González, 2020), como el desarrollar formas de expresión, relación y comunicación, así mismo, el poder establecer relaciones de reciprocidad y participación, teniendo un respeto, solidaridad y convivencia.

Los sentimientos y experiencias de vida viven dentro del cuerpo y pueden haber quedado atrapados en él. El cuerpo puede tener las claves necesarias para desbloquear nudos emocionales a niveles profundos. Podemos entenderlo como un proceso que habla a través del cuerpo, que es muy diferente a hablar solo a través de la cabeza.

Desde esta mirada, la aportación que tiene en la vida, pasa de ser una fuente de entretenimiento y canalización de emociones, hasta incluso llegar a cumplir un objetivo

terapéutico. Y es que bailar, como se pudo ver, involucra una serie de procesos cognitivos, emocionales, físicos y neuropsicológicos que potencian nuestro desarrollo general.

2.5.1 La Danza en la Educación Inclusiva

Según Pérez-Roux (2010, citado en López, 2019), la danza es una práctica entre comunicación, expresión y simbolización. Por medio de la danza se pretende representar lo real a través del proceso de simbolización y del respaldo en lo imaginario. Gracias a estos elementos, el bailarín utiliza su cuerpo mezclándolo con el espacio, la energía y el tiempo.

La enseñanza de la danza posibilita que todo el alumnado comience de condiciones similares, iniciando con una respuesta natural de acciones corporales. Mediante estas se provoca la creatividad, transformando las imágenes que se producen mentalmente en movimiento. A esto se le suma la concientización de las limitaciones corporales, de las cuales cada alumno poco a poco se irá percatando. Entrando a una faceta de crecimiento, es donde los niños organizan su tiempo, espacio y energía produciendo una continuidad de movimiento. Partiendo de este momento empiezan las producciones colectivas, conectando con el resto de los compañeros y comenzando el proceso comunicativo. (López, 2019)

De esta manera Stardanze (2019, citado por Muñoz, 2019) menciona:

La danza está presente en nuestra vida desde que nacemos hasta que morimos, es una forma de goce y disfrute que proporciona a su vez la relación con los demás, por ello y como afirma en su página web la Escuela de Danza Stardanze, con la danza trabajas bailando para que en conjunto sea un todo, pero también para superarte a ti mismo día a día. (p.18)

De este modo, comprendiendo la cita anterior, la danza se concibe como una actividad inclusiva, en donde el sujeto es capaz de conectar con el otro compartiendo así sus sentimientos y sensaciones sin necesidad de que haya una comunicación verbal.

No obstante, en la actualidad la danza ha perdido su protagonismo dado que se apuesta más por un sistema educativo intelectual, por una parte, la danza es considerada una forma de expresión artística y está incluida en actividades extraescolares y/o en instituciones

especializadas en ella (Fuentes, 2006, citado en Muñoz, 2019). “Entonces si la educación y el arte están diseñados para ayudar a desarrollar la personalidad de los niños/as, ¿por qué no se trabaja la danza como una forma de educar?” (Muñoz, 2019, p.19).

Como menciona Muñoz (2019), el hecho de que la danza no tenga alguna relación con algún tipo de característica puntualizada, es lo que hace que se puedan dar las interrelaciones entre personas de diferentes edades, etnias, idiomas, culturas, características físicas y psíquicas.

Por todos los beneficios mencionados en el apartado anterior, se puede observar que, al relacionar la danza con la educación básica o general, se brinda una “herramienta eficaz de atención, una herramienta para el trabajo físico, psicológico, intelectual y emocional; una herramienta para desarrollar habilidades comunicativas, expresivas y creativas; una herramienta para el desarrollo del trabajo colaborativo, y una herramienta multicultural” (Martínez, 2012, citado por Vega, 2015, p. 17).

3. ESTRUCTURA CURRICULAR DE EDUCACIÓN PRIMARIA

3.1 ¿Cómo está estructurado el modelo curricular de educación primaria?

La educación básica, el currículo se organiza a partir de aprendizajes clave, los cuales se concentran en los campos de formación académica, las áreas de desarrollo personal y social, y los ámbitos de la autonomía curricular.

Según explica la Secretaría de Educación Pública (2017), la forma en que se propone articular los componentes del diseño curricular para lograr el máximo logro de aprendizaje es en cuatro grandes ejes, el currículo inclusivo, relación global local, habilidades socioemocionales, y criterios INNE, el diseño curricular responde a esta estrategia de inclusión y sobre todo a la relación global local a partir de los estudiantes. Contiene un planteamiento curricular para la educación básica y la media superior, y abarca tanto la estructura de los contenidos educativos como los principios pedagógicos que la sustentan.

3.1.1 Componentes Curriculares

El programa de educación básica vigente en la actualidad, se divide en 3 componentes curriculares: Formación académica, Desarrollo personal y social y Autonomía curricular. Cada componente incluye sus espacios curriculares específicos: asignaturas, en el caso del componente Formación académica; Áreas de Desarrollo, en el caso del componente Desarrollo personal y social, y ámbitos, en el caso del componente Autonomía curricular.

El Campo de Formación Académica está organizado en tres campos: Lenguaje y Comunicación, Pensamiento Matemático y Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social. Cada campo se organiza a su vez en asignaturas.

Un complemento de la formación integral y académica del alumno dentro de las Áreas de Desarrollo Personal y Social es el desarrollo de otras habilidades como la creatividad, apreciación y la expresión artística, para que puedan ejercitar su cuerpo y mantenerlo saludable, y así mismo aprendan a reconocer y manejar sus emociones, aportando las capacidades de aprender a ser y aprender a convivir. Este componente curricular se organiza en tres Áreas de Desarrollo: Artes, Educación Socioemocional y Educación Física.

El componente de Autonomía Curricular se rige por los principios de la educación inclusiva, ya que busca atender las necesidades educativas e intereses específicos de cada alumno, está organizado en cinco ámbitos: “Ampliar la formación académica”, “Potenciar el desarrollo personal y social”, “Nuevos contenidos relevantes”, “Conocimientos regionales” y “Proyectos de impacto social”.

En el caso de la danza, las actividades referentes entrarían dentro del componente de desarrollo personal y social.

3.2 Estructura curricular de 3° de primaria

Lengua materna

- **Propósitos**

Que los estudiantes avancen en la apropiación y el conocimiento de prácticas sociales del lenguaje vinculadas con su participación en diferentes ámbitos, para satisfacer sus intereses, necesidades y expectativas, así como que continúen desarrollando su capacidad para expresarse oralmente y por escrito, considerando las propiedades de distintos tipos de texto y sus propósitos comunicativos.

- **Estructura**

Inician con una tabla que indica las prácticas sociales del lenguaje que se abordarán durante el ciclo escolar, distribuidas en cinco bloques, que corresponden a un bimestre cada uno. Cada bloque se conforma por tres proyectos didácticos, uno por cada ámbito: Estudio, Literatura y Participación social; con excepción del bloque V, que presenta dos proyectos.

La Entidad donde Vivo

- **Propósitos**

Se pretende que los alumnos sean capaces de identificar temporal y espacialmente características del territorio y de la vida cotidiana de los habitantes de la entidad a lo largo del tiempo. Emplear fuentes para conocer las características, los cambios y las relaciones de los componentes naturales, sociales, culturales, económicos y políticos de la entidad, así

como participar en el cuidado y la conservación del ambiente, así como respetar y valorar el patrimonio natural y cultural de la entidad.

- **Estructura**

El programa está organizado en cinco bloques, cada bloque presenta los siguientes elementos: aprendizajes esperados, contenidos y proyecto.

Formación Cívica y Ética

- **Propósito**

Que los alumnos desarrollen su potencial personal de manera sana, placentera, afectiva, responsable, libre de violencia y adicciones, para la construcción de un proyecto de vida viable que contemple el mejoramiento personal y social, el respeto a la diversidad y el desarrollo de entornos saludables, que conozcan los principios fundamentales de los derechos humanos, los valores para la democracia y el respeto a las leyes para favorecer su capacidad de formular juicios éticos, así como la toma de decisiones y la participación responsable a partir de la reflexión y el análisis crítico de su persona y del mundo en que viven. Adquieran elementos de una cultura política democrática, por medio de la participación activa en asuntos de interés colectivo, para la construcción de formas de vida incluyente, equitativa, intercultural y solidaria que enriquezcan su sentido de pertenencia a su comunidad, a su país y a la humanidad.

- **Estructura**

Comprende seis cursos, la organización de los contenidos posee las siguientes características: la distribución de las competencias en los bloques y el desarrollo de los contenidos.

Analizando el modelo curricular de educación básica, se puede observar como pareciera que las materias que tienen que ver con aspectos artísticos o incluso deportivos se tienen menos carga horaria, ya que les dedican menos horas, entre mayor grado de estudios dentro de la educación primaria menor es el porcentaje que se le dedica a los aspectos fuera del concepto académico. El currículum es más sobre forma y función, es literal y no tiene cabida para la creatividad o expresión.

Con base en lo anterior, se puede afirmar que es necesario fomentar que en las áreas de artes se estimule la creatividad, ya que esto permite atender la necesidad de una formación en la educación sensible.

4. SUSTENTO DEL PROGRAMA

4.1 MODELO DE DISEÑO CURRICULAR

Para sustentar la presente propuesta, se tomó como base el modelo de diseño curricular de Hilda Taba (citado por Meza, 2012, p.42), quien ve al currículo emerger de la cultura y del contexto social, considera dos niveles, uno trata del desarrollo del currículo y su relación con lo que exige la sociedad y el sujeto con la institución escolar y el otro proporciona las fases para desarrollar un proyecto curricular. Básicamente, el modelo técnico que propone Hilda Taba tiene muy en cuenta la cultura y las necesidades de los estudiantes y de ahí es que se derivan las metas y los objetivos específicos.

Para la elaboración de la teoría del currículo, Taba plantea que esta debe basarse en la sociedad, la cultura, el aprendizaje y el contenido, vinculando la teoría y la práctica. De igual forma, los programas educacionales deben permanecer, desaparecer o modificarse a partir de la evaluación educativa que permite “determinar qué cambios se producen en la conducta del estudiante como resultado de un programa educacional y el de establecer si estos cambios suponen realmente el logro de los objetivos sugeridos (Taba, 1974, citado por Vélez y Terán, 2010).

Hilda Taba considera al currículo como un plan de aprendizaje, de manera que en el terreno de la práctica destacan tres elementos importantes: los objetivos, las actividades de aprendizaje y la manera como se apropian los conocimientos a través de esas actividades (Meza, 2012, p.42).

Basada en una teoría coherente para diseñar el currículo, Taba plantea que esta teoría debe definir los problemas en los que se sustenta, y además, elaborar un sistema de conceptos

que deben emplearse para determinar su relevancia educativa: por consiguiente, la evolución científica del currículo debe partir del análisis de la sociedad y de la cultura, de los estudios sobre el alumno, el proceso del aprendizaje y el análisis de la naturaleza del conocimiento, con el objeto de determinar los propósitos de la escuela y la naturaleza de su currículo (Taba, 1974, p. 25).

La propuesta de Taba cuenta con tres criterios para la elaboración del currículo. El primero consiste en investigar cuáles son las demandas y los requisitos de la cultura y de la sociedad, tanto para lo presente como lo futuro; el segundo, contar con la información sobre el aprendizaje y la naturaleza del estudiantado; el tercero, se refiere a la naturaleza del conocimiento y sus características específicas, así como las contribuciones únicas de las disciplinas de las cuales se deriva el contenido del currículo.

Taba (1974, citado por Vélez y Terán, 2010, pp. 26-29) establece que se debe llevar un orden para elaborar un currículo más consciente y planeado y más dinámicamente concebido. Así, para el diseño del currículo plantea siete pasos:

- El primer paso es el diagnóstico de necesidades, en este se analiza la importancia y la función de la escuela dentro de la sociedad, como institución transmisora de conocimientos ante una sociedad en constante movilidad; permite definir cómo debe ser el currículo para una población determinada.
- El segundo paso se refiere a la formulación de objetivos claros y amplios que brinden una plataforma esencial para el currículo, y los pasos que deben seguirse en la elaboración del mismo; determinan en gran parte, qué contenido es importante y cómo habrá de ordenárseles, siendo el inicial el que se refiere como diagnóstico de necesidades, a las demandas de la sociedad y a demandas de los sujetos que aprenden.
- La selección del contenido constituye el tercer paso, donde se da la formulación de objetivos educacionales y el modo de formular estos objetivos. La noción de diferencias concretas entre los diversos niveles de contenido, su continuidad y secuencia son indispensables para la validez e importancia.

- El cuarto paso lo constituye la selección y organización del contenido, reflexionando los criterios para seleccionar los temas o subtemas, permitiendo los cambios que experimenta la capacidad para aprender, entre otros.
- La selección de las actividades de aprendizaje constituye el quinto paso, el cual implica las estrategias para la elaboración de conceptos, la planificación de estas experiencias se convierte en una estrategia importante para la formulación del currículo: se debe buscar el modo más apropiado para trasladar el material de estudio a una experiencia de aprendizaje adecuada, o la manera de proyectarlas para adaptarlas a las variaciones en cuanto a la capacidad de aprender, las motivaciones y las estructuras mentales (Taba, 1974, citado por Vélez y Terán, 2010, pp. 58-59).
- El sexto paso: la organización de las actividades de aprendizaje, consiste en el establecimiento de los contenidos y las estrategias de aprendizaje para la formación de conocimientos, actitudes y sensibilización; las actividades de aprendizaje permiten alcanzar algunos objetivos, por lo cual es importante una buena organización de las mismas.
- La determinación de lo que se va a evaluar, de las maneras y los medios para hacerlo, integran el séptimo paso. En este paso se deben hacer planes que contesten preguntas sobre la calidad del aprendizaje; la consecución de los fines de la educación, y la certeza de compatibilidad entre las metas, los objetivos y lo que los estudiantes han pretendido. Juzgar la organización curricular y las experiencias ofrecidas para el alcance de los objetivos.

Aunque muchos estudiosos del campo curricular consideran la obra de Taba como un documento ineludible de leer y analizar, la puesta en marcha de su propuesta incluye un arduo trabajo y una disposición institucional sumamente comprometida con la sociedad y con la disciplina en la que otorga formación.

“La propuesta de Taba es trascendental porque fue la primera en proponer el desarrollo de una teoría curricular; una integración interdisciplinaria basada en las

necesidades sociales, de la cultura, del aprendizaje; la vinculación entre teoría y práctica; la modificación de los programas educativos basados en una evaluación educativa.” (Vélez y Terán, 2010: pp. 59).

4.2 MODELO DE DISEÑO INSTRUCCIONAL

Del mismo modo, este trabajo se sustenta con un modelo de Diseño instruccional denominado Modelo de ADDIE.

Según Belloch (2013), se trata de los primeros modelos de diseño instruccional empleados y que, hoy en día, es el centro de debate sobre su efectividad. Mientras, continúa siendo el modelo más empleado en el ámbito de la docencia para desarrollar métodos de eLearning. ADDIE hace referencia cada una de las fases que debe cubrir este modelo de eLearning:

Análisis: Recopilando información, perfiles de estudiantes para analizar al alumnado, el contenido y el entorno cuyo resultado será la descripción de una situación y sus necesidades formativas, esto para saber a qué cuestiones responde cada proyecto formativo.

Diseño: Donde se plantea todo lo necesario para desarrollar la estrategia, especialmente con el enfoque pedagógico y en modo de secuenciar y organizar el contenido, desde los objetivos a los recursos necesarios.

Desarrollo: Dar forma y crear todos los materiales de los cursos, aquí se producen los contenidos y los materiales de aprendizaje, todo basado en la fase de diseño.

Implementación: El curso se pone en marcha y en práctica. Se realiza un seguimiento para la corrección y mejora de la acción formativa con la participación de los alumnos.

Evaluación: Comprobar si se cumplen los objetivos del curso, evaluar los objetivos cumplidos y recoger el feedback de los estudiantes y profesores implicados para analizar los resultados de la acción formativa.

La siguiente tabla (modificada de Seels & Glasgow, 1990, citado por Steven, 2000) muestra las tareas específicas para cada paso y los resultados generados después de que la tarea ha sido completada.

Paso	Tareas	Resultados
<p>Análisis El proceso de definir qué es aprendido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación de necesidades • Identificación del Problema • Análisis de tareas 	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil del estudiante • Descripción de obstáculos • Necesidades, definición de problemas
<p>Diseño El proceso de especificar cómo debe ser aprendido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Escribir los objetivos • Desarrollar los temas a evaluar • Planear la instrucción • Identificar los recursos 	<p>Objetivos medibles</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estrategia Instruccional • Especificaciones del prototipo
<p>Desarrollo El proceso de autorización y producción de los materiales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajar con productores • Desarrollar el libro de trabajo, organigrama y programa • Desarrollar los ejercicios prácticos • Crear el ambiente de aprendizaje 	<ul style="list-style-type: none"> • Storyboard • Instrucción basada en la computadora • Instrumentos de retroalimentación • Instrumentos de medición • Instrucción mediada por computadora • Aprendizaje colaborativo • Entrenamiento basado en el Web
<p>Implementación El proceso de instalar el proyecto en el contexto del mundo real.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entrenamiento docente • Entrenamiento Piloto 	<ul style="list-style-type: none"> • Comentarios del estudiante • Datos de la evaluación
<p>Evaluación El proceso de determinar la adecuación de la instrucción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Datos de registro del tiempo • Interpretación de los resultados de la evaluación • Encuestas a graduados • Revisión de actividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Recomendaciones • Informe de la evaluación • Revisión de los materiales • Revisión del prototipo

Para que el programa tenga una estructura congruente a nivel curricular e instruccional, se recuperaron elementos de Taba (1974) y ADDIE.

En el caso de Taba se recupera el diagnóstico de necesidades para la formulación de objetivos, la selección y organización de contenido, para posteriormente recopilar las actividades que se propondrán, así como la organización de las mismas, así como la determinación de lo que se va a evaluar.

Mientras que en el modelo de ADDIE se recupera el análisis, recopilando información, con las entrevistas a docentes analizando las necesidades formativas, el diseño de programa en donde se plantea lo necesario desarrollando y creando todos los materiales de las sesiones, así como la evaluación de cada sesión y una general para comprobar si se cumplen los objetivos propuestos.

CAPÍTULO II. PROCEDIMIENTO PARA EL DISEÑO DE PROGRAMA EDUCATIVO

Como se mencionó anteriormente la presente propuesta tiene como objetivo diseñar un programa utilizando la danza como elemento para la inclusión y el aprendizaje, definiendo las aportaciones de la danza al proceso educativo del ser humano, en el cual se valora la adquisición, el desarrollo de habilidades y destrezas básicas, el desarrollo de la coordinación y habilidades perceptivo-motrices, el conocimiento y control corporal, la aproximación a aspectos históricos, sociales, culturales y artísticos, la mejora del proceso de socialización y de interrelación entre los alumnos y la posibilidad de ofrecer un medio de expresión personal diferente a los lenguajes convencionales. A continuación, se describirá el proceso que se llevó a cabo para el diseño de programa.

a) Detección de necesidades

Para poder detectar las necesidades en el contexto se utilizó una entrevista, la cual fue aplicada al personal docente de una escuela primaria. (Ver Anexo 1)

Esta necesidad de fomentar la danza como una herramienta para la inclusión y el aprendizaje significativo surgió de la preocupación sobre las carencias que tiene la educación en México, en donde no se prepara al alumno con herramientas para enfrentar situaciones de vida, para ser un ser humano independiente, autónomo, crítico y constructivo, sino que solo se pretende que adquiriera una gran cantidad de información

Al hacer análisis de las entrevistas a docentes fue notorio que existe una gran deficiencia en la práctica y uso de estrategias que conllevan el arte, principalmente la danza, los docentes manifestaron que conocen lo que es la danza, pero su conocimiento es mínimo, escaso y básico en la mayoría, así mismo, su uso es considerado como relleno o algo extracurricular, y si no es por parte de ellos, es por parte de la institución o de los padres de familia, sin embargo, están de acuerdo que la danza sería un recurso más para brindar herramientas y fomentar el desarrollo de los alumnos, inclusive las pocas veces que utilizaron la danza como estrategia tuvieron buenos resultados, obteniendo mayor atención, convivencia, motivación y participación, todos comentaron que utilizan los sentidos y el

cuerpo; ya sea con coreografías, manualidades, escuchar los sonidos como música, pero en su mayoría los llevan a cabo en situaciones muy exclusivas como festivales escolares.

Entre los docentes se presentó un interés hacia el desarrollo de los alumnos, coincidieron que la parte socioemocional es sumamente importante, así como la resolución de problemas desarrollando su autonomía y pensamiento crítico-reflexivo.

Con base en las entrevistas aplicadas, se puede notar que uno de los principales problemas es que no todos los docentes tienen la preparación para transmitir a sus alumnos cada una de las disciplinas, o no están capacitados correctamente con la cantidad de cambios que se hacen al currículo y se les complica dar un seguimiento para el método de la enseñanza artística, Aun sin la capacitación creen que una de las necesidades del ser humano es la educación artística para que los alumnos puedan expresar lo que sienten, lo que creen, y lo que piensa; esto para permitirles percibir el mundo, ya que nos hace enfrentarnos con lo más íntimo, con el pensamiento y los sentimientos.

Hay una enorme falta de tiempo al querer impartir todo el currículo, puesto que existen demasiados contenidos, por lo que los docentes se ven forzados a elegir exclusivamente los temas o aprendizajes más importantes a consideración suya tomando en cuenta las necesidades generales que se presenten en cada grupo, dejando a un lado muchísimos otros que también son importantes, aun cuando saben que una de las necesidades del ser humano es la educación artística para que los alumnos puedan expresar lo que sienten, lo que creen, lo que piensa y logren percibir el mundo, ya que nos enfrenta con lo más íntimo, el pensamiento y los sentimientos, permitiéndoles obtener mayor conocimiento y un panorama general sobre sí mismos.

A partir de las necesidades detectadas, se propuso un diseño de programa educativo donde se permita tomar en cuenta las ventajas y beneficios que se puede obtener por la práctica del arte de la danza dentro del salón de clases tales como los ya mencionados en el trabajo (la lateralidad, coordinación, desarrollo motor, desarrollo de aprendizaje, memoria, socialización, entre otros).

b) Planteamiento del objetivo general del programa educativo

Favorecer la inclusión educativa y el aprendizaje significativo a través de la danza dentro de actividades académicas de tipo artístico en algunas de las materias que componen el plan curricular oficial de tercero de primaria.

c) Delimitación y contenidos

El presente programa trabajará los contenidos que se presentan en el siguiente cuadro

Los contenidos de cada materia fueron elegidos teniendo en cuenta aquellos con los que se consideró que tienen mayor relación con la danza para poder mostrarle al docente que la danza y en general las áreas artísticas las pueden trabajar de manera transversal.

MATERIA	CONTENIDO	ÁREAS QUE FAVORECE LA DANZA
Lengua Materna	De narraciones, cuentos e historias	Articulación entre palabras y movimiento. Comprensión didáctica Organización y planificación. Memoria Coordinación y agilidad mental Imaginación Atención y concentración Creatividad
La entidad donde vivo	Valoramos la diversidad	Integración Inclusión Valores comunicación efectiva Cooperación Participación
Formación cívica y ética	Que nadie quede excluido	Socialización Inclusión Solidaridad Cooperación Participación

d) Seguimiento y Evaluación

La evaluación se hará a través de observación y una rúbrica (Ver anexo 2), el aplicador del programa deberá llevar una bitácora con las observaciones de cada sesión para

ver si realmente están dando los resultados adecuados, si están cumpliendo los objetivos de la sesión.

CAPÍTULO III. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

A continuación, se presentan las cartas de cada una de las sesiones que conforman el programa basado en los modelos de Taba (1974) para el diseño curricular, en cuanto a la estructura de las sesiones (los objetivos, las habilidades y evaluación) y el modelo de ADDIE para el diseño instruccional en cuanto a las fases que se llevaron a cabo para su conformación (análisis, diseño, desarrollo, implementación y evaluación).

CARTAS DESCRIPTIVAS					
SESIÓN 1 “Transfórmate en cuento”					
LENGUA MATERNA Contenido: De narraciones, cuentos e historias					
Objetivo: Articular palabras y su significado por medio de los movimientos, haciéndolo significativo y dando una comprensión más didáctica a lo que es la narración.					
Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia de enseñanza-aprendizaje	Evaluación
“Yo soy...”	El alumno deberá armar una pequeña obra sencilla, improvisada con un texto breve, en donde narre su vida como personaje de un cuento, la cual deberá ser actuada a través de movimientos dancísticos,	20 minutos (para la portada) 40 minutos para que empiecen los	-Cartulinas de colores -Plumones -Hojas blancas -Colores	La estrategia de esta actividad es el Aprendizaje significativo ya que, con ayuda de la danza, se pretende generar un vínculo entre el pensamiento y el lenguaje, utilizando la	Rúbrica (Ver Anexo 2)

	<p>creando así también una coreografía, solo que al mismo tiempo que la interpreta con sus movimientos, la va contando en voz alta. Al utilizar esta conjunción de voz y movimiento, se pretende que el alumno integre la información utilizando su cuerpo y mente, dando mayor comprensión y fluidez.</p> <p>Con una hoja blanca, cada alumno deberá hacer la portada de su cuento, para posteriormente pegársela en el pecho.</p> <p>Dentro del salón de clases se encontrarán seis estaciones, cada una con un cartel distinto donde habrá preguntas guía que deberá ir contestando el alumno por medio de palabras y movimientos, el</p>	<p>niños a presentar su cuento.</p>		<p>organización y producción de texto, además que a través de movimientos se complementara y fortalecerá la comunicación, la expresión, la coordinación, así como la atención, concentración y memoria al ir generando una narrativa y que esta tenga sentido. El poner estaciones con preguntas ayudará a los alumnos a tener una guía y que se enfoquen a planificar y organizar sus ideas. Además de fomentar valores inclusivos tales como el respeto y la valoración de la originalidad y la singularidad de cada individuo con su identidad corporal y expresiva, posibilitando que cada uno</p>	
--	--	-------------------------------------	--	--	--

	<p>tiempo de cada estación es de 1 a 2 minutos, al cambiar de lugar de cada estación se deberá hacer algún movimiento para poder iniciar con la siguiente parte, consta en usar la imaginación para narrar su propia historia a la par de ir apoyándose en sus movimientos, creando un poco una coreografía.</p> <p>Las preguntas dentro de cada estación serán las siguientes:</p> <p>1° ¿Dónde sucede la historia? ¿Qué sucede al principio?</p> <p>2° Describe a los personajes.</p> <p>3° ¿Qué quiere el protagonista?</p> <p>4° ¿Qué hace para conseguirlo?</p>			<p>pueda conocerse y percibirse tal cual es: punto de partida indispensable para el desarrollo de individuos sanos y plenos.</p>	
--	--	--	--	--	--

	5° Dificultades que aparecen y cómo se superan.				
	6° ¿Qué sucede al final? Conclusión.				
<p>Indicaciones de aplicación: Al principio de la sesión se deberán dar las instrucciones solo del dibujo de la portada del cuento de cada alumno. Al terminar, el docente deberá explicar y dar un ejemplo de cómo se hace la actividad, narrando su propio cuento y pasando por cada una de las estaciones. Cada estación deberá tener un límite de tiempo, esto a consideración del docente. (Esta sesión variará de tiempo y/o se agregará una sesión más dependiendo de la cantidad de alumnos que haya para que todos participen)</p>					

SESIÓN 2 “Historia continua”					
LENGUA MATERNA Contenido: De narraciones, cuentos e historias					
Objetivo: Utilizar eficientemente el lenguaje oral haciendo uso de los movimientos del cuerpo para organizar su pensamiento, discurso y participen en la producción original de la trama, escenario y personajes en los cuentos clásicos.					
Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia	Evaluación
“Te toca a ti”	El grupo en equipo deberán recrear un pequeño cuento inventado por ellos mismos, deberán planificar, organizar sus movimientos y narrativa. Se	40-60 minutos.	-Aros de plástico de colores -Una varita de juguete	La danza facilita el desarrollo de la autoconfianza y mediante el aprendizaje significativo se favorece que el control del propio cuerpo permita el	La evaluación será grupal, se harán preguntas como ¿Qué aprendieron?

	<p>colocará aros dispersados por todo el suelo del aula. En cada aro se situará un niño o niña, a excepción de uno, el cual será el que comience la historia desplazándose por toda el aula, narrando y usando movimiento para acompañar la narrativa, llevará una varita mágica con la que irá eligiendo a uno de sus compañeros, al cual se le deberá dar la varita para que este continúe con la historia que acompañará con movimientos (bailando como quieran) y así sucesivamente.</p>			<p>conocimiento de uno mismo, incrementa la habilidad de expresar y desenvolverse en el tiempo y espacio, facilita la capacidad de relacionarse con los demás ayudando a vencer la timidez y a desinhibirse, así mismo promueve la inclusión mediante la superación de estereotipos y prejuicios. También tiene beneficio en la autoestima, desarrollando varias habilidades autónomas, brindando herramientas para desafiar situaciones, para elegir y decidir, motivando la convivencia y participación, dando oportunidad de conocer, de descubrir y explorar ayudando a su creatividad, desarrollando la habilidad</p>	<p>¿Cómo se sintieron? Entre otras. Y se evaluará la interacción entre los alumnos.</p>
--	--	--	--	--	---

				empatizar, de crear o fortalecer vínculos dando un sentido de pertenencia.	
<p>Indicaciones de aplicación: Si los alumnos son más de diez, se aconseja dividir en dos equipos o más, a consideración del docente, dependiendo del número de alumnos que haya en el aula.</p>					

SESIÓN 3 “Máquina en movimiento”

FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA Contenido: Que nadie quede excluido

Objetivo: Establecer relaciones interpersonales en los alumnos favoreciendo la inclusión mediante la colaboración y organización de movimientos dancísticos, que les permitan afrontar de manera justa, no violenta, mediante el respeto a la dignidad de la persona.

Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia	Evaluación
“Máquinas humanas de movimiento”	El docente dividirá el grupo en equipos de 5 alumnos, hará papелitos con diversos medios de transporte y los repartirá entre los equipos, cada equipo tendrá que representar el medio de transporte que le tocó usando su cuerpo como herramienta para poder crearlo a través de movimientos, cada alumno dentro del equipo tendrá que interpretar una parte del transporte y así darle vida y que este funcione. En primera instancia tendrán que tener tiempo para ponerse de acuerdo, después deberán hacerlo todos los equipos	1 hr.	-Hoja -Pluma -Audio /grabadora/ bocina	Favorece la comunicación efectiva y contribuye a la realización de trabajos colaborativos dentro del aula y la escuela; sirve de preparación para una vida social sustentada en el respeto mutuo, la crítica constructiva y la responsabilidad., así como la creatividad y tolerancia a otras opiniones, promoviendo la inclusión a través de una mejor convivencia. Así mismo permite la exploración del	Rúbrica (ver anexo 3B) Se tomará en cuenta la participación de cada uno de los integrantes del equipo en individual y como equipo, la responsabilidad en la realización de las tareas, tomando en cuenta la manera en que todos los miembros del equipo compartieron la

	<p>al mismo tiempo para que sigan organizándose, y al final se presentarán uno a uno, dependiendo el transporte que les haya tocado, se les pondrá una canción para acompañar la interpretación.</p>			<p>propio cuerpo a partir de la senso-percepción, también la conciencia de los distintos niveles del espacio y la corporización de las formas de movimiento, lo que lo hace significativo.</p>	<p>responsabilidad del trabajo, la dinámica de trabajo visualizando la manera en la que cada uno acepta y escucha los comentarios de sus compañeros, así como su actitud en cuanto al respeto y el ánimo que puedan darse uno con otros para mejorar el ambiente laboral durante el trabajo.</p>
<p>Indicaciones de aplicación:</p> <p>Los alumnos podrán utilizar material que tengan a la mano para ayudarse a su interpretación, el docente deberá estar pendiente para apoyar a los alumnos en su organización.</p>					

SESIÓN 4 “Bailar para expresar”

FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA Contenido: Que nadie quede excluido

Objetivo: Establecer relaciones interpersonales basadas en el respeto a la diversidad, el aprecio y la empatía, así como que conozcan y acepten su propio cuerpo con sus posibilidades y limitaciones a través de movimientos corporales y música de fondo.

Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia	Evaluación
“El baile de las emociones”	El docente deberá poner fragmentos de diferentes canciones que puedan reflejar distintos estados de ánimo, así como canciones alegres, tristes, rockeras, rápidas, lentas, música clásica, melancólicas. El docente deberá explicar a los alumnos que cada fragmento se bailará e interpretará con el sentimiento que les refleja, se les explicará que pueden hacer uso de todo el espacio del aula, así como los diferentes niveles, ya sea saltando, utilizando el suelo, y el desplazamiento.	40 min.	-Audio /bocina	La danza es un arte interpretativa y ayuda a comprender las emociones movimiento corporal se usa generalmente con música, como una forma de expresión y de interacción social, la forma en que caminamos, las actitudes que asumimos al sentarnos, los movimientos que acompañan una risa o el llanto, la manera de dar un abrazo o cómo bostezamos, forman parte de la expresión corporal cotidiana y son las manifestaciones exteriores de nuestro mundo interior, reconocer las emociones propias y de los demás	Rúbrica (Ver Anexo 3 C)

				para saber cómo afrontarlas sin segregación es parte importante de tener una inteligencia emocional, y eso ayudará a los niños a saber cómo afrontar diversas situaciones y controlar sus emociones y a solucionar los problemas, lo que favorecerá su aprendizaje.	
Indicaciones de aplicación:					
Los alumnos podrán desplazarse por toda el aula, así como los diferentes objetos que tengan a su alrededor para ayudarles a tener una mejor expresión.					

SESIÓN 5 “Conoce la diversidad”					
ENTIDAD EN DONDE VIVO Contenido: Valoramos la diversidad					
Objetivo: Identificar la existencia de la diversidad cultural a través de la danza de diferentes bailes tradicionales del país.					
Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia	Evaluación

<p>“Las estaciones de danza”</p>	<p>El docente deberá preparar videos con cuatro diferentes danzas tradicionales de cuatro estados de la República mexicana, en las cuatro paredes del aula se pegarán en el centro de cada una, imágenes de las danzas tradicionales elegidas, y arriba de ellas habrá un letrero del Estado y el nombre de la danza tradicional elegida, los alumnos como primera actividad deberán hacer algún distintivo de esa danza, por ejemplo tocado del cabello, o algún distintivo del vestuario, al terminar el docente proyectara el video de cada danza, mientras se proyecta los alumnos deberán imitar el baile utilizando el distintivo que ellos crearon para poder interpretar su baile.</p>	<p>40 min.</p>	<p>-Papel china -Papel crepe -Imágenes -Cartulina blanca/ colores - Reproductor de video y audio</p>	<p>Fortalecer la valoración positiva de las características de cada grupo social, así como el rechazo a posiciones discriminatorias e intolerantes. Al enseñar las diferentes danzas tradicionales de su país se genera un interés por conocer y practicar esas danzas e incluso la curiosidad por la cultura de otros países, lo que lo hace significativo. Recabar información a través de material impreso, audiovisual, a cerca de las danzas tradicionales, así como participar y cooperar activa y comprometidamente en el desarrollo de esta ayuda</p>	<p>Rúbrica (Ver Anexo 3 D) Se evaluará, además de los aprendizajes de los alumnos, los procesos de enseñanza y la propia práctica docente en relación con el logro de los objetivos educativos establecidos. La evaluación se realizará de manera individualizada, centrándose en la evolución de cada alumno y en su punto de partida y necesidades y características.</p>
----------------------------------	--	----------------	--	---	---

				<p>a fomentar el respeto a la diversidad cultural y a las diferentes tradiciones, también ayuda al entendimiento de su significado para un mejor conocimiento de los mismos. Así mismo fomenta los buenos valores que rigen la vida en sociedad: paz, igualdad, tolerancia, justicia y respeto.</p>	
<p>Indicaciones de aplicación: Pueden ser más de cuatro danzas tradicionales las que se elijan, e incluso se puede dirigir en parejas al momento o individual.</p>					

SESIÓN 6 “¿En donde vivimos?”					
ENTIDAD EN DONDE VIVO Contenido: Valoramos la diversidad					
Objetivo: Distinguir e identificar las características de los diversos lugares en donde las personas pueden vivir.					
Actividad	Descripción	Duración	Material	Estrategia	Evaluación

<p>“Construyendo mi entorno”</p>	<p>El salón será despejado del centro, tanto en el suelo como en las bancas se pondrá todo el material (imágenes, objetos, contenedores con cosas como tierra, pasto etc.), dejando espacios para que los alumnos se puedan desplazar, en diferentes zonas de la pared se pegarán títulos con las diferentes viviendas que se identificaran (departamento, casa en ciudad, casa en zona rural, condominios, vecindad etc.). El grupo se dividirá por equipos, los cuales tendrán que juntar varios artefactos característicos y distintivos de diversos lugares en donde las personas pueden vivir, al sonar la música, una persona por equipo tendrá que salir a bailar por todo el salón, identificando todas las cosas</p>	<p>1 hora.</p>	<p>-Imágenes enmicadas (árboles, casas, departamentos, vistas etc.) -Objetos representativos - Contenedor es pequeños con diversos materiales texturizados -Música</p>	<p>Que los alumnos lleven a cabo actividades individuales en pequeños grupos para comprender e identificar la diversidad, y que así se mejoren sus relaciones interpersonales al trabajar en equipo, al utilizar la danza en esta actividad, mejora su concentración y atención hacia lo que están haciendo, así como la capacidad de sentir e interiorizar lo que están haciendo, su motricidad, su capacidad de análisis y toma de decisiones. Así mismo ayuda a respetar, valorar y escuchar a sus compañeros.</p>	<p>Preguntas de retroalimentación. Comentar entre todos los alumnos lo que observaron, cómo es el lugar en donde ellos viven, cuáles fueron las características que reconocieron de cada lugar, si hay otros lugares que sepan en donde las personas pueden vivir. También que les pareció la actividad, qué aprendieron, cómo se sintieron al realizarla, etc.</p>
----------------------------------	---	----------------	--	---	---

	<p>que hay en el suelo y sobre las bancas, viendo y tocando algunas de ellas, al parar la música el alumno tendrá que elegir específicamente un elemento que para él sea distintivo de la vivienda que le toco junto a su equipo, esto para poder representarla juntando sus características. Sucesivamente irán pasando los otros miembros del equipo.</p>				<p>Se trata de evaluar todos los aspectos integrales de los alumnos, esto es, sus capacidades cognitivas, afectivas y empáticas, motrices, de actuación interpersonal, entre otras, ya que permite detectar las dificultades que se producen en cada momento y podremos adoptar decisiones que permitan mejorar el proceso.</p>
--	---	--	--	--	---

Indicaciones de aplicación: La diversificación de las viviendas y los equipos dependerán del docente, así como el material que se utilizará.

CONCLUSIONES

Este proceso representó un primer acercamiento significativo y real a la metodología del diseño de un programa educativo que fomenta el arte como parte importante en la educación, pues como se comentó de manera preliminar, aunque el arte se implementa de manera constante en las aulas, no se le da la importancia y las condiciones reales de enseñanza-aprendizaje, en las aulas la danza es impartida de manera insignificante en el desarrollo de los alumnos, o en algunos casos se desarrolla el modelo pedagógico de manera incompleta e inadecuada debido a que no se encaminan a potenciar la aplicación de los conocimientos en la vida real o en problemas donde sean requeridos.

Como ya sabemos, el aprendizaje de un alumno no solo se basa en memorizar cosas o adquirir información, si no que va más allá, se trata de aprender a resolver problemas, a desarrollarse como personas y desarrollar su personalidad, en la actualidad, tanto el alumno como el docente a menudo están expuestos a cambios progresivos y continuos, por lo cual las relaciones interpersonales entre ambos deben responder a las demandas y necesidades de la sociedad actual y prepararse para asumir las indefiniciones e incertidumbres del futuro.

Como ya vimos la danza tiene diversos recursos que benefician al alumno, lo que fortalece su desarrollo y de la misma forma influye en su aprendizaje, así como en su desenvolvimiento personal y social; uno de los grandes objetivos del psicólogo educativo es la constante evolución, que los alumnos adquieran y desarrollen todas sus capacidades, sobre todo en tiempo de la sociedad de la información, en donde más allá de enfocarse en temas académicos, la atención debe estar en las capacidades de los alumnos, con el objetivo de minimizarlas y llevarlas a su más alto potencial, apoyándolo como estudiante y ser humano.

El docente tiene que considerar que durante el desarrollo del niño ocurren acontecimientos ajenos a la escuela que al final atrasan o aceleran su desarrollo en diversos aspectos. Ante estos, los cuales incluyen el desarrollo integral, el psicólogo educativo brinda las herramientas que ayudan al docente a favorecer la autoestima, el autoconcepto y la confianza en sus alumnos, ya que la escuela puede volverse el refugio de muchos alumnos. En algunos casos la danza también puede tornarse en un refugio y modo de expresión, es por

eso que se debe mirar el contexto familiar y social del alumno para no exigirle conocimientos de los que contextualmente está limitado, y así mismo no excluirlo por ello, sino al contrario, integrarlo a la cultura y contexto escolar.

Es ahí donde el psicólogo educativo asiste al docente para que haya una mejor inclusión, ya que modificar desde el aula la forma de ver la enseñanza, de reflexionar acerca de los niveles de conocimientos de los docentes y trabajar desde ahí, en el propio desarrollo humano del docente, puesto que no se puede enseñar de lo que se carece o no se tiene conocimiento, hacer conciencia así de cómo se lleva a cabo el proceso de enseñanza y de cómo son los procesos individuales de los alumnos, es cuestión de replantear y reconceptualizar como educadores, para trabajar más por una enseñanza individualizada y dinámica. No me refiero a trabajar con cada alumno uno a uno de manera distinta, sino tener en cuenta las diferencias que hay, para seleccionar la enseñanza y la evaluación, para no discriminar, ni poner etiquetas y considerar los procesos de desarrollo de todos los alumnos para lograr un aprendizaje que, por repetición o descubrimiento, sea significativo para su totalidad. (Ausubel, 2010).

Como profesional aprendí que la educación es un tema bastante extenso y complicado de manejar, ya que hay diversas formas de poder enseñar, así mismo como persona aprendí que cada individuo tiene sus propias estrategias para aprender, y que es necesario ayudar al alumno a descubrir sus capacidades e impulsarlo a que obtenga el máximo provecho para un mayor beneficio.

Descubrí que la danza, y en general el arte son parte fundamental de nuestra vida, e influyen ampliamente en muchos aspectos de nuestra persona, tanto educativa como en la vida diaria, fortalece la personalidad, al mismo tiempo que fomenta las relaciones interpersonales haciéndonos sentir parte de un grupo, ayudando a socializar y a ser más empático con los demás creando un sentido comunitario, lo que de igual forma da apertura a la inclusión. Para Díaz et al., (2006, citado por Usuga y Restrepo, 2016) la inclusión social, que está relacionada con la equidad, el respeto a la diversidad y a los derechos cruciales de los seres humanos, es parte fundamental del objetivo de impulsar el desarrollo personal al que debe orientarse el psicólogo educativo.

Para que el alumno logre expresar es necesario darle una motivación por medio de juegos y ejercicios que lo pongan en contacto con su propia sensibilidad. Esto se obtiene utilizando métodos basados en la integración de elementos que favorecen la creación, la imaginación, emoción, inversión e identidad grupal. La danza es una de las actividades en donde el movimiento corporal se realiza no como una práctica sino como una forma de expresión individual, enseña tanto la conciencia del cuerpo como el dominio de sus movimientos, aprendiendo a relacionar lenguaje corporal con el lenguaje verbal, integra la mente, el cuerpo y los sentimientos, en conclusión, la danza en un aula es una disciplina integradora de la personalidad (Durán, 2020).

Como conclusión, la danza es una fuente productiva dentro de un proceso educativo, ya que pone las bases para la asimilación de emociones tales como habilidades y vivencias, reflexión y percepción, formulación y simbolización, expresión y comunicación, si se plantea de manera precisa, secuenciada y ordenada.

Es necesario que el docente conozca ampliamente el diseño del programa educativo y las características de sus alumnos antes de aplicarlo, este podrá cumplir su objetivo si se manejan bien los materiales en función de las necesidades e intereses de los alumnos. El docente debe tener la responsabilidad del ambiente que se forme dentro del aula, por lo que deberá tener el control y organización de la aplicación de cada una de las actividades. Por lo tanto, si el programa se aplica con eficacia, brindará herramientas que guiaran al alumno en su proceso de aprendizaje, utilizando su creatividad, conocimiento, y su entusiasmo, obteniendo así el objetivo principal, ya que el programa cuenta con bases teóricas y psicológicas que relacionan la danza con el desarrollo del individuo.

Este programa aporta mucho la expresión corporal, la integración, las interrelaciones, la autonomía, entre otras, además de que los interesados en trabajar en él pueden tener un trabajo beneficioso, diferente, donde la creatividad y el dinamismo forman un papel fundamental al trabajar la danza como método estratégico para expresión corporal. Es interesante conocer e indagar cómo los niños por medio del cuerpo pueden decir y expresar sentimientos, ideas y necesidades que a veces se dejan de lado para trabajar más en lo cognitivo.

BIBLIOGRAFÍA

- Alarcón, M. (2009). La inversión de la memoria corporal en danza. *A Parte Reí* 66 (Revista de Filosofía). Recuperado el 23 de febrero 2021 en: https://www.researchgate.net/publication/40617815_La_inversion_de_la_memoria_corporal_en_danza
- Arnaiz, P., Escarbajal, A. y Caballero C. (2017) El Impacto del Contexto Escolar en la Inclusión Educativa *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva* ISSN: 1889-4208.; e-ISSN 1989-4643. Volumen 10, Número 2, Páginas 195-210 Recuperado el 12 mayo 2021 en: <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/download/334/308>
- Ausubel, D. P. (2010), *Psicología Educativa*, Editorial Trillas, México, D.F., pp 17 – 45
- Bakker, H.C.; H.T.A. Whithing y H. Van Der Brug (1993): *Psicología del deporte. Conceptos y aplicaciones*, Ediciones Morata. Madrid.
- Belloch, C. (2013). *Diseño instruccional*. España: Unidad de Tecnología Educativa. Universidad de Valencia. Recuperado de <http://www.uv.es/~bellochc/pedagogia/EVA4.Pdf>
- Beruben E. (2016) *La evolución del hombre y la tecnología. Cultura colectiva*. Recuperado el 10 agosto 2022 en: <https://culturacolectiva.com/historia/la-evolucion-del-hombre-y-la-tecnologia/>
- Bläsing, B., Calvo-Merino, B., Cross, E. S., Jola, C., Honisch, J. y Stevens, C. J. (2012). Neurocognitive control in dance perception and performance. *Acta Psychologica*, 139(2), 300–308. Doi: 10.1016/j.actpsy.2011.12.005
- Bordón E. (2013) *La danza, manifestación expresiva* recuperado el 15 septiembre 2022 en: <https://www.abc.com.py/edicion-impresa/suplementos/escolar/la-danza-manifestacion-expresiva-548319.html>

- Brown, S., Martinez, M. J., & Parsons, L. M. (2005). The Neural Basis of Human Dance (8.a ed., Vol. 16) [Libro electrónico]. Cerebral Cortex. <http://academic.oup.com>, pp. 1157–1167.
- Brozas Polo, M. P. (2017). Pedagogía del cuerpo sensible: Tacto y visión en la danza contact improvisation. *Movimiento*, Vol. 23 n.3 Leon, España. pp. 1039-1052 <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/download/70974/43884>
- Bucio, R. (2013). EDUCACIÓN INCLUSIVA TOMO III. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación recuperada el 04 mayo 2021 en: https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/LSD_III_Educacion_INACCSS.pdf
- Budner, S. (2019, 26 abril). La danza: el lenguaje del cuerpo. La mente es maravillosa. <http://lamenteesmaravillosa.com>
- Cáceres J. A. y Fonseca A. R. (2015) El arte como promotor de la Autonomía en los niños y un constructor de la Comunidad. Trabajo de grado. Universidad Católica de Colombia. Recuperado en: <https://repository.ucatolica.edu.co/jspui/bitstream/10983/2810/1/El%20arte%20como%20promotor%20de%20la%20Autonom%3%ada%20en%20los%20ni%3%b1o%20s%20y%20un%20constructor%20de%20la%20Comunidad.pdf>
- Canal 22 (2018) El cerebro de los bailarines. Noticias NCC. Recuperado en: <https://noticiasncc.com/ciencia/destacada-ciencia/02/04/ecerebro-bailarines/>
- Castañar Balcells, M. (2000) Expresión corporal y danza. Bogotá.: Inde, p. 77
- Castillero Mimenza, O. (2017). Corteza motora del cerebro: partes, ubicación y funciones. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/neurociencias/corteza-motora-cerebro>
- Castillo, J. R. (2016) Docente inclusivo, aula inclusiva. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*. ISSN (impreso): 1889-4208. Volumen 9, Número 2, junio 2016. Monográfico. Páginas 264-275. Recuperado el 3 mayo 2021 en: revistaeducacioninclusiva.es

- Calderón, G. y Gil, K. (2018). Beneficios cognitivos cerebrales de la práctica de la danza. *Ciencia y Futuro*, 8(3), 142-160.
- Cooley EL, y Morris RD. (1990) Attention in children: A neuropsychological based model for assessment. *Develop Neuropsychol*; 6: 239-274.
- Cowan, W. M., Südhof, T. & Stevens, C. F. (2001). *Synapses*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- De Vega, M. (1984): *Introducción a la Psicología Cognitiva*, Tomos I y II. Ediciones Universidad de La Habana. La Habana.
- Dueñas, M. (2010) EDUCACION INCLUSIVA *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, vol. 21, núm. Asociación Española de Orientación y Psicopedagogía Madrid, España pp. 358-366 Recuperada el 05 Mayo 2021 en: <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230785016.pdf>
- Durán L. (2020) *La importancia de la danza infantil en el proceso educativo*. Universidad Veracruzana. Recuperado en: <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/4164/199542P107.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Echegoyen Monroy S. (s.f.). *Cambios en el cuerpo del bailarín*. Bibliodanza. <https://www.ciudaddeladanza.com/bibliodanza/anatomia-aplicada-a-la/cambios-en-el-cuerpo-del.html>
- Fernández-Carrión M. (2011) *Danza e inclusión social*. Recuperado el 12 de septiembre 2021 en: <http://recursostic.educacion.es/artes/rem/web/index.php/es/curriculo-musical/item/355-danza-e-inclusi%C3%B3n-social>
- Fernández Nieves, Y. (2007). Algunas consideraciones sobre psicomotricidad y las necesidades educativas especiales (NEE). *EF Deportes*, N° 108. Revista Digital-Buenos Aires. <https://www.efdeportes.com/efd108/psicomotricidad-y-necesidades-educativas-especiales.htm>
- Ferreira, M. A. (2009). *Un enfoque pedagógico en la danza*. Chile: academia DEFDER.

- Flebes Elejalde, M., & Wong Carriera, A. (2002). De la psicología a la danza. Una aproximación a los requerimientos psicológicos para enfrentar las exigencias danzarias. *Revista Cubana de psicología*, Vol.19 n.1. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v19n1/03.pdf>
- Fonseca, L., Pulido, Y., Ramírez, K. (2019) rol de la familia en la educación inclusiva de los niños y niñas con discapacidad intelectual del jardín infantil “los pingüinos”. Fundación Universitaria los Libertadores Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Bogotá. Recuperado el 04 mayo 2021 en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2529/Fonseca_Leidy_Pulido_Yuly_Ram%C3%ADrez_Katherine_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Forero S. M. (2018) El Arte como medio fundamental para fortalecer la autonomía y el desarrollo socio afectivo. Trabajo Presentado para Obtener el Título de Especialista en el Arte en los Procesos de Aprendizaje. Fundación Universitaria los Libertadores Recuperado el 10 de julio del 2022 en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2021/Forero_Sandra_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fuente, A. (2008, 18 agosto). El ballet y el sistema muscular. *Danza Ballet*. Recuperado el 19 de julio del 2021 en: <http://www.danzaballet.com>
- Gardner, H. (1994): Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples, Fondo de Cultura Económica. México, D.F.
- Gay-Juárez, F. (2020). SINAPSIS: Conexiones entre el Arte y tu Cerebro. Sinapsis – Episodio 5: Danza y cerebro. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ut89ikVIBi8>
- Gil Alvarado R. (2018). Beneficios cognitivos cerebrales de la práctica de la danza. *Ciencia & Futuro*. V. 8 No. 3: 156-157.
- González, B. (2020, 17 agosto). El cerebro que danza: Bases neuropsicologías del baile. NeuroClass. <http://neuro-class.com>
- Guyton AC. (2006) Tratado de Fisiología Médica. 11a ed. Madrid: Elsevier España.

- Jericó P. (2016) Los cuatro estilos de aprendizaje o el por qué algunos leen los manuales y otros no. El País. Recuperado el 11 marzo 2022 en: https://elpais.com/elpais/2016/10/10/laboratorio_de_felicidad/1476119828_530014.html
- Kenny, B. y Gallrich, M. (2004) Improvisación. Monográfico. Universidad de Alcalá. https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/36846/improvisacion_kenny_QB_2004.pdf
- López, E. (2015, 5 agosto). Control motor. Definición, teorías, hipótesis e implicaciones clínicas. FisiOnline. <https://www.fisioterapia-online.com/>
- López, P. (2019) La inclusión social a través de la danza. Universidad de Cantabria recuperado el 5 Mayo 2021 en: https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/17345/LopezJimenezPau_la.pdf?sequence=1
- Lurija, A. (1973): The Working Brain. New York.
- Manzano, M. (1998): Procesos Cognitivos I, Conferencias. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana. La Habana.
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G. y colaboradores (2020) The impact of physical activity on psychological health during Covid-19 pandemic in Italy
- Megías Cuenca, M. I. (2009, febrero). Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza. Universitat de València
- Meza, J.L. (2012) Diseño y desarrollo curricular. México: Red Tercer Milenio.
- Molina J. (s.f.) Hacer arte en la profesión docente: el artista-educador. Noveduc Recuperado el 7 de septiembre del 2021 en: <https://www.noveduc.com/noticia/1127>
- Montagud Rubio, N. (2019). Nervio vestibulococlear: qué es y qué funciones tiene. Psicología y Mente. <https://psicologiymente.com/neurociencias/nervio-vestibulococlear>

- Mora, J. y Palacios, J. (1991). Desarrollo físico y psicomotor a lo largo de los años preescolares. En: Psicología del desarrollo. La Habana, Editorial Félix Varela.
- Muñoz, M. (2019) La danza como herramienta para fomentar la inclusión social en personas con discapacidad intelectual. Universidad de Valladolid. Palencia Recuperada el 3 mayo 2021 en: <https://core.ac.uk/download/pdf/232122518.pdf>
- Nadal, V. (2015) Las inteligencias múltiples como una estrategia didáctica para atender a la diversidad y aprovechar el potencial de todos los alumnos. Universidad de las Islas Baleares. ISSM. Vol. 8, Núm. 3, pp. 121-136
- Newman, D.; P. Griffin y M. Cole. (1991): "La zona de construcción del conocimiento". Ediciones Morata. Madrid.
- Nicolás, G. V.; Ureña Ortín, N.; Gómez López, M.; Carrillo Viguera, J. (2010) La danza en el ámbito de educativo. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 17, enero-junio, pp. 42-45
Federación Española de Docentes de Educación Física
Murcia, España.
- Núñez L. (2015) La danza clásica y el desarrollo de la autonomía en los niños y niñas de 5 años en la unidad educativa rumiñahui-unesco de la provincia de tungurahua cantón ambato. Tesis de Titulación de Licenciada en Ciencias de la Educación. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador. Recuperado en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/19949/1/teisislilianaNu%c3%blez.pdf?>
- Peramo, H.; R. Rodríguez y M. Martín. (1992): Temas de Estética, Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- Pinós Pey, K. (2018, 23 marzo). Neurociencia y la Danza. La danza, el alimento para el cerebro. [Diapositivas]. Estudios contemplativos. <https://www.estudioscontemplativos.com/?s=Neurocienciayladanza>
- Pérez, M. (2020). Definición de Danza. Recuperado de: [//conceptodefinicion.de/danza/](http://conceptodefinicion.de/danza/). Consultado el 10 de diciembre del 2020

- Quiroga R. (2018), La danza explicada desde una perspectiva neurocientífica (pp. 1-2). El Economista. Recuperada el 20 mayo 2021 en: <https://www.economista.com.mx/arteseideas/La-danza-explicada-desde-una--perspectiva-neurocientifica-20181003-0139.html>
- Ramírez, I. (2007) Alrededor del lenguaje del cuerpo ha existido gran cantidad de mitos, escuela no desarrollan el niño el uso de su cuerpo como medio de expresión abierto y libre, pensando que es privilegio de bailarines y actores y, por tanto, el currículo, se enfocada en otras dimensiones. Universidad de la Sabana. Chía.
- Ramírez, R. (2020) La Educación inclusiva. El rol de los docentes. Formación IB. Bogota. Recuperado el 03 Mayo 2021 en: <http://formacionib.org/noticias/?La-Educacion-inclusiva-El-rol-de-los-docentes>
- Rodríguez, M., & Rodríguez, S. (2019). Las neuronas espejo: una génesis biológica de la complementariedad relacional mirror neurons: a biological genesis of relational complementarity. *Psychologist Paper*, Vol. 40 n. 3 pp. 226-232 <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2900.pdf>
- Sabat, A. (2015, 20 agosto). Recursos mnemotécnicos que entrenan la memoria y facilitan el aprendizaje. *Diario de Circulación Nacional*. Editor Salud <https://www.opinion.com.bo/articulo/salud3/estimulaci-oacute-n-capacidades-mn-eacute-micas/20150820001000670432.amp.html>
- Secretaría de Educación Pública (2017) 5 ejes del Modelo Educativo. Recuperado el 20 de abril 2022 en: <https://www.gob.mx/sep/articulos/5-ejes-del-modelo-educativo>
- Sheets-Johnstone, M. (2003): Kinesthetik Memory. En: *Theoria et Historia Scientarium*, Vol VII, N. 1, 69-92. Torun.
- Steven J. (2000). Modelo ADDIE. *Instructional Systems*, College of Education, Penn State University. Recuperado el 06 julio en: http://www.lamar.edu.mx/campusdigital/Cursos/Recursos/Documentos/ARGOS2730_1590.pdf

- Taba, H. (1974) *Elaboración del currículo*. Buenos Aires: Troquel.
- UNESCO (2008), *La educación inclusiva: El camino hacia el futuro. Una breve mirada a los temas de educación inclusiva. Aportes a las discusiones de los talleres*. Recuperado el 8 de abril 2021 en: https://coleccion.siaeducacion.org/sites/default/files/files/9_unesco.pdf
- Universidad Internacional de Valencia [UIV] (2014). *Características y buenas prácticas para la educación inclusiva*. Consultada el 20 de marzo del 2021 en: <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/caracteristicas-y-buenas-practicas-para-la-educacion-inclusiva>
- Usuga G. & Restrepo L. (2016). *Alcances y limitaciones del quehacer del psicólogo en el campo educativo: Una Mirada desde Instituciones. Formales de Educación Básica y Media*. Universidad de Antioquia Facultad de Ciencias Sociales y Humanas departamento de psicología. Medellín.
- Vasco & Pineda R. (2015). *La danza herramienta pedagógica de formación*. Universidad Libre. Bogotá Recuperado el 6 mayo 2021 en: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8491/PROYECTO%20FINAL.pdf?sequence=1>
- Vega, P. (2013). *El rol docente frente a la iniciación dancística*. Recuperado de <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/1743/3/T-UTC1616%20%283%29.pdf>.
- Vega, M. A. (2015). *La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en Educación Física*.
- Velez G. y Teran L. (2010) *Modelos para el diseño curricular*. No. 6 *Pampedia* (55-65) Recuperado de: [4Modelos_diseno_curricular.pdf](#) (aliat.edu.mx)
- Wallon, H. (1954). *Los orígenes del carácter en el niño*. Argentina, Editorial

ANEXOS

Anexo 1. Guía de Entrevista a Docentes.

1. ¿Qué opina sobre el currículum vigente?
2. ¿Considera que los docentes siguen el currículum vigente tal cual sin cuestionarlo?
3. ¿Qué tan flexible cree que sea el currículo vigente al ponerlo en marcha?
4. ¿Cómo lleva a la práctica el currículum vigente en sus clases?
5. ¿Qué tipo de estrategias desarrolla para facilitar el aprendizaje?
6. ¿Ha detectado algún problema o alguna limitación dentro del currículo al momento de impartir sus clases (referidos a contenidos)?
7. ¿Qué necesidades ha identificado en los grupos donde ha impartido clases?
8. ¿Ha tenido algún acercamiento a la danza dentro del ámbito escolar? ¿De qué manera? Si la respuesta es negativa, ¿Por qué?
9. ¿Cómo concibe la expresión corporal, el uso del cuerpo? ¿Lo utiliza durante sus clases y cómo? Si la respuesta es negativa, ¿Por qué?
10. ¿Cómo abordaría el desarrollo de la creatividad durante la clase?
11. ¿Qué beneficios conoce o cree que la danza brinda al ser humano?
12. ¿Qué limitaciones o carencias puede encontrar en currículum acerca de la educación artística?
13. ¿Qué tipo de estrategias desarrolla para facilitar el aprendizaje?
14. ¿Ha detectado algún problema o alguna limitación dentro del currículo al momento de impartir sus clases (referidos a contenidos)?
15. ¿Qué necesidades ha identificado en los grupos donde has impartido clases?

16. ¿Ha tenido algún acercamiento a la danza dentro del ámbito escolar? ¿De qué manera? Si la respuesta es negativa, ¿Por qué?
17. ¿Cómo concibe la expresión corporal, el uso del cuerpo? ¿Lo utiliza durante sus clases y cómo? Si la respuesta es negativa, ¿Por qué?
18. ¿Cómo abordaría el desarrollo de la creatividad durante la clase?
19. ¿Qué beneficios conoce o cree que la danza brinda al ser humano?
20. ¿Qué limitaciones o carencias puede encontrar en currículum acerca de la educación artística?

Anexo 2. Rúbrica de evaluación del programa

Criterio	Excelente (2)	Regular (1)	Malo (0)	Puntaje
Estructura, organización del programa y Participación	El programa está bien estructurado y organizado e involucra activamente a los alumnos en su proceso de aprendizaje	El programa está bien estructurado pero mal organizado, sin embargo involucra a los alumnos en su proceso de aprendizaje	El programa no está bien estructurado u organizado, y no involucra activamente a los alumnos en su proceso de aprendizaje	
Actividades del programa	Plantea actividades que ponen en movimiento las habilidades cognitivas y motrices de los alumnos	Plantea pocas actividades que ponen en movimiento las habilidades cognitivas y motrices de los alumnos	Las actividades que ponen en movimiento las habilidades cognitivas y motrices de los alumnos son casi nulas.	
Estrategias	Favoreció a que los alumnos crearan sus propias estrategias y manifestaran actitudes positivas para solucionar problemas	Los alumnos crearon estrategias por medio de ayuda, y manifestaron actitudes positivas para solucionar problemas	Los alumnos no lograron crear sus propias estrategias y manifestaron pocas actitudes positivas para solucionar problemas	

Contenidos	Los contenidos fueron atractivos para los alumnos y promovieron la creatividad, la reflexión, el respeto, sensibilidad, inclusión, entre otras destrezas.	Los contenidos fueron atractivos para los alumnos pero promovieron muy pocas habilidades y destrezas.	Los contenidos no fueron atractivos para los alumnos, por lo que no promovieron ninguna habilidad.	
Inclusión en el aula	Los niños se sintieron incluidos con las actividades.	Los niños se sintieron poco incluidos con las actividades.	Los niños no se sintieron incluidos con las actividades.	
Retroalimentación y comportamiento	Evaluó el progreso de los aprendizajes para retroalimentar mejor a los alumnos, regulando positivamente su comportamiento.	Evaluó el progreso de los aprendizajes para retroalimentar con ayuda a los alumnos, regulando su comportamiento.	No ayudo a evaluar el progreso de los aprendizajes para retroalimentar mejor a los alumnos, no regulando su comportamiento.	
Ambiente del aula	Generó ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores en los alumnos	Generó pocos ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores en los alumnos	No genera ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores en los alumnos	
La danza como herramienta	La danza funcionó como una herramienta esencial para la inclusión y el aprendizaje de los alumnos	La danza funcionó como una apoyo para la inclusión y el aprendizaje de los alumnos	La danza no funcionó como una herramienta para la inclusión y el aprendizaje de los alumnos	
Objetivos	Se alcanzaron con facilidad los objetivos tanto del programa como de las actividades	Se alcanzaron los objetivos con pocas complicaciones, tanto del programa como de las actividades	No se alcanzaron con facilidad los objetivos tanto del programa como de las actividades	

TOTAL	
--------------	--

Anexo 3 Rúbricas de evaluación por sesión

A) Lengua materna. Sesión 1

Criterio	Excelente (2)	Regular (1)	Malo (0)	Puntaje
Titulo	Puso un título en su portada y concuerda con el cuento	Puso título pero no concuerda con el cuento	No puso título al cuento en su portada	
Ideas	Todas las ideas narradas eran completas y con sentido	Narró pocas ideas completas y con sentido	No narró ideas completas ni con sentido	
Estructura del cuento	El texto contiene las tres partes del cuento en orden (Inicio-Desarrollo y Desenlace)	El texto creado tiene dos de las tres partes del cuento o las tres en desorden	El texto creado no tiene ninguna de las partes del cuento (Inicio-Desarrollo y Desenlace)	
Movimientos	Utilizó movimientos para acompañar su narrativa	Utilizó muy pocos movimientos para acompañar su narrativa	No utilizó movimientos para acompañar su narrativa	
Uso de las guías	Hizo uso correcto de las guías (preguntas)	Hizo poco uso de las guías (preguntas)	No hizo uso correcto de las guías (preguntas)	
Originalidad y creatividad	Su cuento es original y manifiesta creatividad	Su cuento es original pero manifiesta muy poca creatividad	Su cuento no es original y no manifiesta creatividad	
Esfuerzo	Se esforzó por hacer un buen trabajo	Se esforzó muy poco por hacer un buen trabajo	No se esforzó por hacer un buen trabajo	
Actitud	Su actitud ante el trabajo fue positiva.	Su actitud ante el trabajo fue poco positiva.	Su actitud ante el trabajo fue negativa.	
Tiempo	Hizo su narrativa en buen tiempo.	Hizo su narrativa en un tiempo regular.	Hizo su narrativa en muy mal tiempo.	
TOTAL				

B) Formación cívica y ética. Sesión 3

Criterio	Excelente (2)	Regular (1)	Malo (0)	Puntaje
Participación	Todos los miembros del equipo participaron activamente y con entusiasmo.	No todos los miembros del equipo participaron activamente y con entusiasmo.	No hubo participaron activamente ni y con entusiasmo.	
Organización	El equipo presentó muy buena organización	El equipo presentó poca organización	El equipo presentó muy mala organización	
Equidad de responsabilidades	Todos los miembros del equipo compartieron por igual la responsabilidad sobre la tarea asignada	Todos los miembros del equipo compartieron responsabilidad sobre la tarea asignada pero poco igualitaria	Los miembros del equipo no compartieron por igual la responsabilidad sobre la tarea asignada	
Tolerancia y aceptación ante las diferentes opiniones	Escucharon y aceptaron los comentarios, sugerencias y opiniones de otros y los usaron para mejorar su trabajo.	Escucharon y aceptaron los comentarios, sugerencias y opiniones de otros pero no se usaron para mejorar el trabajo.	No escucharon ni aceptaron los comentarios, sugerencias y opiniones de otros y los usaron para mejorar su trabajo.	
Sincronización	Hubo sincronización en sus pasos y movimientos.	Hubo poca sincronización en sus pasos y movimientos.	No hubo sincronización en sus pasos y movimientos.	
Respeto y colaboración	Se respetaron y animaron entre todos para mejorar el ambiente laboral, haciendo propuestas para que el trabajo mejore.	Se respetaron entre todos para mejorar el ambiente laboral y muy pocas propuestas para que el trabajo mejore.	Hubo poco respeto entre el ambiente laboral, y muy pocas propuestas para que el trabajo mejore.	

Colaboración grupal	Cada estudiante tuvo un rol definido y lo desempeñó de manera efectiva.	Cada estudiante tuvo un rol definido y lo desempeñó de manera poco efectiva.	Cada estudiante tuvo un rol definido pero no se desempeñó de manera efectiva.	
Uso de recursos	Utilizó los recursos disponibles para realizar la actividad.	Utilizaron muy pocos recursos disponibles para realizar la actividad.	No utilizó los recursos disponibles para realizar la actividad.	
Colaboración individual	El alumno en individual colaboró en todo momento y se mostró abierto y tolerante ante sus compañeros.	El alumno en individual colaboró muy poco, se mostró abierto y poco tolerante ante sus compañeros.	El alumno en individual no colaboró en todo momento y se mostró poco abierto y nada tolerante ante sus compañeros.	
			TOTAL	

C) Formación cívica y ética Sesión 4

Criterio	Excelente (2)	Regular (1)	Malo (0)	Puntaje
Participación e interés	Muestra interés en la actividad, participa activamente y comprende las diferencias	Muestra interés en la actividad y comprende las diferencias	No muestra interés en la actividad o no participa activamente.	
Uso del espacio	Tiene buen uso y control del espacio en donde hace la actividad	Tiene control sobre sus movimientos, pero no usa el espacio	No hay control ni uso del espacio por parte del participante	
Creatividad de movimientos	Los movimientos son muy originales, creativos y diversos.	Los movimientos son originales pero muy repetitivos.	Los movimientos no son originales.	
Movimientos	Los movimientos expresan emociones relacionadas con la	Los movimientos expresan pocas emociones	Los movimientos no expresan emociones	

	temática de la canción.	relacionadas con la temática de la canción.	relacionadas con la temática de la canción.	
Coordinación de movimientos y música	Se pueden identificar los pasos y movimientos en relación con la música.	Apenas se detectan los pasos y movimientos en relación con la música.	No se detectan pasos ni movimientos en relación con la música.	
Expresión	Localiza, descubre y expresa sus sentimientos a través de movimientos	Localiza e identifica sus sentimientos.	No localiza ni expresa sus sentimientos a través de movimientos	
Esfuerzo	Se esfuerza y realiza toda la actividad.	Realiza toda la actividad	Realiza la actividad, pero no se esfuerza.	
Actitud	Muestra actitudes de cuidado, tolerancia y respeto hacia sus compañeros	Respeto a sus compañeros	No tiene tolerancia o respeto hacia sus compañeros	
Control de actividad	El alumno muestra dominio, control y atención de lo que está haciendo	El alumno muestra dominio, pero se distrae pocas veces.	Al alumno le cuesta trabajo la actividad y se distrae fácilmente.	
TOTAL				

D) Entidad en donde vivo. Sesión 5

Criterio	Excelente (2)	Regular (1)	Malo (0)	Puntaje
Motivación y enfoque	Presentó una buena motivación, enfoque y responsabilidad con la actividad a realizar	Presentó una buena motivación y enfoque pero poca responsabilidad con la actividad a realizar	No presentó una buena motivación, enfoque y responsabilidad con la actividad a realizar	
Participación	Participó activamente en la actividad mostrando iniciativa y respeto	Participó en la actividad con poca iniciativa	No participó activamente en la actividad, no hubo iniciativa ni respeto.	

	hacia sus compañeros			
Creatividad	Su material está bien hecho y manifiesta creatividad	Su material está bien hecho pero manifiesta muy poca creatividad	Su material no está bien hecho y no manifiesta creatividad	
Ritmo	Siguió los diversos ritmos coordinadamente	Siguió los diversos ritmos	No siguió los diversos ritmos coordinadamente	
Coordinación de movimientos	Coordinó movimientos acordes al espacio	Coordinó movimientos	No coordinó movimientos acordes al espacio	
Versatilidad	Fue capaz de adaptarse, además de mostrarse abierto y tolerante a la situación	Fue capaz de adaptarse, pero le costó trabajo mostrarse abierto y tolerante a la situación	No fue capaz de adaptarse, además de no mostrarse abierto ni tolerante a la situación	
Esfuerzo	Siguió los diversos ritmos coordinadamente	Siguió los diversos ritmos	No siguió los diversos ritmos coordinadamente	
Uso de recursos	Utilizó los recursos disponibles para realizar la actividad.	Utilizó muy pocos de los recursos disponibles para realizar la actividad.	No utilizó los recursos disponibles para realizar la actividad.	
Control de actividad	Fue respetuoso y no entorpeció el trabajo de grupo	No entorpeció el trabajo de grupo	No fue respetuoso y entorpeció el trabajo de grupo	
TOTAL				