

Mi **DANZA** **CANTA**



Proyecto pedagógico para la formación de
danza clásica en los niveles de Pre ballet

Estudiante

Natalia Andrea Bedoya Hincapié
C.C. 1017225794
nataliabedoyahincapie@hotmail.com

Asesora

Natalia Giraldo
natalia.giraldog@udea.edu.co

Medellín
Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Departamento de Artes Escénicas
Licenciatura en educación Básica en danza

2021

Introducción

Mi danza canta es una propuesta pedagógica para la enseñanza de danza clásica en los niveles de pre ballet, que implementa la sonoridad y el juego para entrelazar el movimiento. Siendo la disciplina del ballet una técnica bastante rígida y estructurada, buscamos desde la lúdica crear espacios de aprendizaje significativo que facilite las bases de dicha técnica en los niveles iniciales para los niños y niñas. Entonces desde dicho enfoque el ballet será un puente para crear espacios de reflexión, diálogo personal como grupal y experiencias sensibles. Utilizaremos la danza clásica como un medio para lograr conectar con los participantes, pero no como el único fin del proyecto.

En este orden de ideas, sabremos entonces que, para dar lugar a un aprendizaje realmente significativo, éste debe despertar todo el interés en el niño, sintiéndose motivado y tentado a ser parte de dicha experiencia. Por eso los ejercicios y módulos están pensados para el nivel cognitivo y emocional de niños y niñas entre los 4 y 6 años de edad. Además, se invita al maestro a ser un agente creativo, utilizando su imaginación, resignificando el salón de danza e incentivando al disfrute, disfrute tan genuino que no consideramos necesaria la premisa de estímulo y respuesta donde el niño o niña obtenga un dulce u obsequio por su participación dentro de la clase, aunque lograr los objetivos de la clase, como asumir cierta postura o movimiento ya significa un estímulo o reto asumir por el niño. Es muy importante que tanto niños como padres de familia estén conectados con la propuesta pedagógica, de esta manera la asistencia a los encuentros de aprendizaje será continua para beneficiar los procesos grupales.

Esta cartilla es el resultado de esa invitación como profesora de danza que he aceptado ya por más de dos años, donde cada clase es una oportunidad para ser desde diferentes posturas, indagando las maneras y las formas más asertivas de enseñar y conectar con otros cuerpos que quieren moverse. Por esa razón no olvides que a lo ya definido para cada sesión, tú como maestro puedes explorar y alterar para hacerlo más propio.

¿Cómo implementar la propuesta?

La propuesta pedagógica está diseñada en tres módulos temáticos, estos se encuentran enumerados, lo cual no implica que se deban abarcar en dicho orden. Si el maestro desea modificar por qué su foco de interés está primero en un módulo en específico, lo podrá hacer si lo considera así pertinente para su contexto. Los contenidos son una guía para el maestro, son flexibles y pueden ser moldeados según las necesidades pedagógicas de la población con la que se lleve a cabo. Para esto se recomienda realizar una primera clase diagnóstico donde se pueda evidenciar características generales del grupo, como sus edades, nombres e intereses dentro de la clase.

Al inicio de cada módulo encontrarás el objetivo general que detalla brevemente lo que se abarca, seguido de los subcontenidos y contenidos transversales, de esa manera se podrá evidenciar qué habilidades se trabajan y cómo incorporarlas al proceso. Luego encontrarás a detalle cada uno de los ejercicios con las instrucciones e indicaciones pertinentes, adicionalmente algunos consejos que se enmarcan como “tips para el maestro” los cuales surgen desde la experiencia de *Mi danza canta* en su primera versión para enriquecer las vivencias futuras.

Además, hay también una propuesta de clase, que narra los momentos claves que sugerimos puedas estructurar con tus alumnos, para que sea tanto ameno como enriquecedor. En dicha clase proponemos para cada momento un tiempo prudente, pero es el maestro quien determina cuánto puede durar según las sinergias grupales.

Recomendaciones para una clase diagnóstica

La clase diagnóstica será el primer encuentro entre los alumnos y el maestro, desde ese momento se iniciará a entretener una relación de enseñanza – aprendizaje. Esta clase es muy importante ya que brindará herramientas necesarias para dirigir mejor el rumbo de la experiencia, evidenciando el contexto de la población con la que se va a trabajar. En el desarrollo de esta clase se podrá conocer características importantes dadas por el lugar y entorno donde viven los niños, sus nombres, algunos gustos o preferencias, el nivel de escucha y comunicación entre ellos, la atención que le otorgan al maestro e incluso el respeto que muestran por sus cuerpos y los de los demás.

A continuación, recomendaciones precisas para una clase diagnóstica:

- Desde el primer momento realiza contacto visual con cada uno de los participantes, mostrándote con una actitud alegre, tranquila y segura que brinde confianza en caso que alguno de los niños y niñas se muestra tímido al instante del ingreso a la clase. Permite una pequeña presentación, conocer uno a uno sus nombres, memorizarlos hará que la relación se sienta más cercana. Adicional, en el momento de la clase, si no siguen las pautas cuando se mencionan de manera general, puedes animar por cada uno de sus nombres y al sentirse identificados y con el foco de atención en ellos, es posible que ejecuten mejor las pautas.
- Es importante seguido de su presentación contarles a los niños qué harán en ese espacio, los objetivos que tiene el curso, preguntar si conocen o tienen algún personaje de la danza que sea su favorito, incluso si estos referentes son dibujos animados. Si tienes oportunidad de proyectar un video o imágenes de danza sería un excelente recurso para que los niños visibilicen el trabajo a realizar.
- Para iniciar el trabajo corporal, será oportuno involucrar a los niños y niñas desde una actividad de juego grupal, donde participen todos y su atención esté en función de la voz del maestro y sus compañeros, recomendamos el ejercicio “silencio” del módulo uno.
- Luego puedes incorporar ejercicios que involucren fuerza, resistencia y flexibilidad desde el trabajo en piso o colchoneta, que preparen su cuerpo para el momento técnico.
- Seguido miraremos esas habilidades físicas desde el desplazamiento de esa manera nos enseñaran la relación que tienen con el espacio. Puede ser que avancen individual en línea de un extremo del salón al otro, y luego por grupos de tres con el mismo punto de partida y final sin interrumpir en el espacio de los compañeros.
- Añade un nuevo término del vocabulario técnico dancístico, haciendo paralelo con un término coloquial y conocido para los niños que les permita memorizar. Por ejemplo, las posiciones básicas de los brazos en ballet: primera posición de brazos, preparatoria y quinta posición de brazos, enseña la altura y como ubicar sus brazos, haciendo similitud que con sus brazos crean una: florecita pequeña, florecita mediana y florecita grande respectivamente.
- Realiza una pequeña retroalimentación donde los niños y niñas participen expresando que aprendieron y cuál fue su parte preferida de la clase.
- Despedirse de los niños y niñas invitándolos a cantar la canción de despedida. Seguido de una pequeña recapitulación donde el maestro recuerde los puntos claves de la clase y cómo pueden practicarlos en casa para tenerlos más recientes para la próxima sesión.

GUÍA DE ATENCIÓN

Tips para el maestro

Lo primero que invitare a tener en clase es un maestro **atento** y **receptivo** a lo que está sucediendo, un maestro **sensible** y **presente** a la energía de los asistentes.

A continuación, daremos algunas pistas acerca de la atención dentro de la clase de danza. Seguro te serán útiles a la hora de implementar la propuesta *mi danza canta*.



¿Cómo se da la atención?

Probablemente todos los niños y niñas en el salón de baile están ansiosos por disfrutar de este espacio. A lo cual algunos se mostrarán enérgicos, felices, con ganas de moverse y otros un poco tímidos, en silencio o temerosos. Para iniciar la clase y dictar las pautas de los ejercicios a trabajar te proponemos:

- En primera instancia tener un contacto visual con los niños y niñas.
- Utilizar un tono de voz alto, que todos los asistentes puedan escuchar perfectamente.
- Saludarles y mostrarse interesado por saber cómo están y como ha estado su día, les hará saber de manera fácil que son los receptores de tu mensaje.
- Procurar en el momento que el maestro habla y explica las premisas del ejercicio, **NO** resuene música en el lugar, ya que reducirá su protagonismo y así el nivel de atención de los niños.
- Cuando quieres referirte a ellos y preguntarles algo que desees saber, confirmar o motivarles, procura no utilizar preguntas abiertas. Ya que estás podrían desviar el foco de interés competente para ese momento. Al igual si alguno de los participantes expone sucesos que no son del tema como su comida favorita o su mascota, podemos escucharlo y luego motivarle a pensar en el tema específico que fue preguntado y de esta manera favorecer la atención y el hilo conductor de la clase.



¿Cuáles son los momentos de mayor atención?

Alcanzamos a percibir dos momentos donde las pequeñas bailarinas evidencian un nivel mayor de atención, los cuales tú como maestro podrás propiciar en repetidas ocasiones dentro del desarrollo de la clase.

- El primer momento de mayor atención, es recién ingresan al salón y está por iniciar la clase de danza. Este momento es propicio para introducir contenido nuevo. Así que después del saludo y calentamiento, aún están a la expectativa de que pasará en clase, e introducir un nuevo vocabulario sea de ballet o música las conectará de inmediato a intentarlo.
- El otro momento donde tendrás su atención será en el *cambio de ejercicio*, donde el maestro interrumpe el ejercicio anterior para explicar el desarrollo de la siguiente actividad. En este momento se debe invitar a la **escucha** y a la observación. Si alguno de

los participantes se reusa avanzar y quiere seguir en la actividad anterior, invitamos entonces al maestro a que la escucha sea mutua e indague y potencie dicho ejercicio, realizando algunas variaciones para mantener la motivación y favorecer su creatividad.

Tips para el maestro

La posición de pausa no solo se asumirá como estatua. Te invitamos a nombrar dos de las paredes de tu salón, Nosotros la llamamos **pared rosa** y **pared blanca**. Allí convoco a las bailarinas para el cambio de ejercicio, dicho desplazamiento les implica abandonar los aros, colchonetas o centro del salón donde se llevaba a cabo el ejercicio anterior. Esta no es la única manera, tú también puedes observar las dinámicas grupales que te ayuden a la construcción de la pauta.



¿Cómo reconocer estados de atención?

Una pregunta no será la manera para evidenciar la atención, a menudo en las aulas se realizan preguntas como:

- ¿Estamos escuchando?
- ¿Prestaron atención?
- ¿Entendieron?

Y de manera general las respuestas a estas preguntas son afirmativas, deduciendo entonces que atendieron a las directrices y que en el momento de ejecutar será tal cual como el maestro lo ha solicitado. Pero diremos que esto no ocurrirá así. La atención no se da desde el discurso, ella trasciende de estar en plano verbal, para manifestarse corporalmente.

Por esta razón, la manera más eficaz como se puede comprobar que un niño está atento es con su cuerpo. El cuerpo no miente y nos mostrará como hizo el enlace de lo que escuchó y vió, con su locomoción. Se demostrará que la atención será una respuesta a estímulos que seguirá y hará por imitación si existe una conexión con su maestro.

También tendrá sentido aclarar que la atención posiblemente sea intermitente, no hay ninguna regla que seguir para que la atención sea continua en niños de 3 a 5 años, ellos estarán conectados contigo y de repente su objetivo pasará a ser otro como el lazo en el cabello que lleva su compañera o ir de urgencia al baño.



¿Qué estímulos atienden?

Los retos siempre serán un buen estímulo para la atención, a los niños les motivan los cambios y centrarán su foco en estos, a continuación, una lista de estímulos que los invitaran a conectarse contigo, serán tus aliados en la medida que hagas uso de estos para introducir tus objetivos, de lo contrario si no tienen un sentido definido podrán ser una distracción.

- La música puede ser un estímulo si interactúas con ella. Puedes realizar cambios de volumen, escuchar música en volumen alto o muy bajo, esto agregara calidades al movimiento. Al igual que puedes jugar con los cambios de géneros, de repente agregar un género con el que no trabajas muy a menudo, o los asistentes no están muy familiarizados.
- Incluir elementos didácticos como aros, conos, pelotas, colchonetas e instrumentos musicales que potencien los ejercicios y estén en relación con los objetivos a lograr.
- También será significativo si hay una imagen que se conecte con el tema a tratar.
- Puedes agregar olores (sentido del olfato) en el aprendizaje de la danza, piensa de qué manera esto aparte de llamar su atención conectará con los contenidos a trabajar en clase.
- Por último no olvides que un maestro está atento a identificar nuevos estímulos que surjan y se presenten en el desarrollo de las clases.

¿Cómo preparar una clase?

A continuación, encontrarás la estructuración de una clase, Aunque el maestro podrá desarrollar la sesión en el orden que desee.

Bienvenida a la clase (3 minutos)	Saludamos a todos los participantes de la clase, indagamos por cómo se sienten y como está dispuesto su cuerpo para la clase.
Momento para llegar (3 minutos)	En este tiempo todos los participantes se pondrán en frente del espejo y se iniciará la actividad corporal con una canción guiada infantil, preferiblemente que sea conocida por los niños y enfocada en movimientos articulares preparándonos para el calentamiento.
Calentamiento (10 minutos)	Es un espacio de activación cardiovascular e importante para el cuidado del cuerpo de los asistentes, ya que un buen calentamiento previene futuras lesiones. Este puede ser con ejercicios de locomoción como caminar, saltar y correr.
Incorporación de nuevo contenido (20 minutos)	Aquí se realizarán los ejercicios que detalla cada módulo, explicando a los niños el objetivo que estos tienen y mostrando la correcta de realizarlos y posibles correcciones. Se proponen abarcar 2 a máximo 3 ejercicios por sesión.
Momento de repaso (5 minutos)	Procedemos a utilizar uno de los tres ejercicios de la clase anterior para repetirlo y mirar avances, incluso si hay habilidades nuevas, y observar como recuerdan los cuerpos dicho ejercicio. Ejemplo: si en la clase número uno se utilizaron los ejercicios 1,2 y 3, en la clase número dos se podría repetir el ejercicio 2” cuerpo dispuesto” un circuito que utiliza como eje el equilibrio del cuerpo y que la repetición fortalecerá de manera espontánea dicha habilidad.
Improvisación (5 minutos)	Aunque este proyecto dirige sus ejercicios bajo la técnica de danza clásica, el espacio de improvisación debe ser estrictamente implementado en las clases de <i>Mi danza canta</i> ya que este aumenta la creatividad, la composición, la seguridad y confianza en sí mismo de exponer sus ideas. Debe tener como propósito la libre expresión de los niños con pautas que puedan reconocer e interpretar a su propia manera.
Estiramiento (5 minutos)	Momento para llevar el cuerpo al reposo de manera gradual, se puede implementar el estiramiento en parejas y sobre todo enfatizar en la zona muscular que se trabajó en esa sesión. También se puede considerar la opción de un masaje guiado para acercarse al cierre de la clase.
Despedida (3 minutos)	Espacio para compartir verbalmente las experiencias de la clase, destacar sus favoritas, recapitular los objetivos o terminología añadida y dar recomendaciones para continuar el trabajo en casa. Notificar si hay novedades para el próximo encuentro.

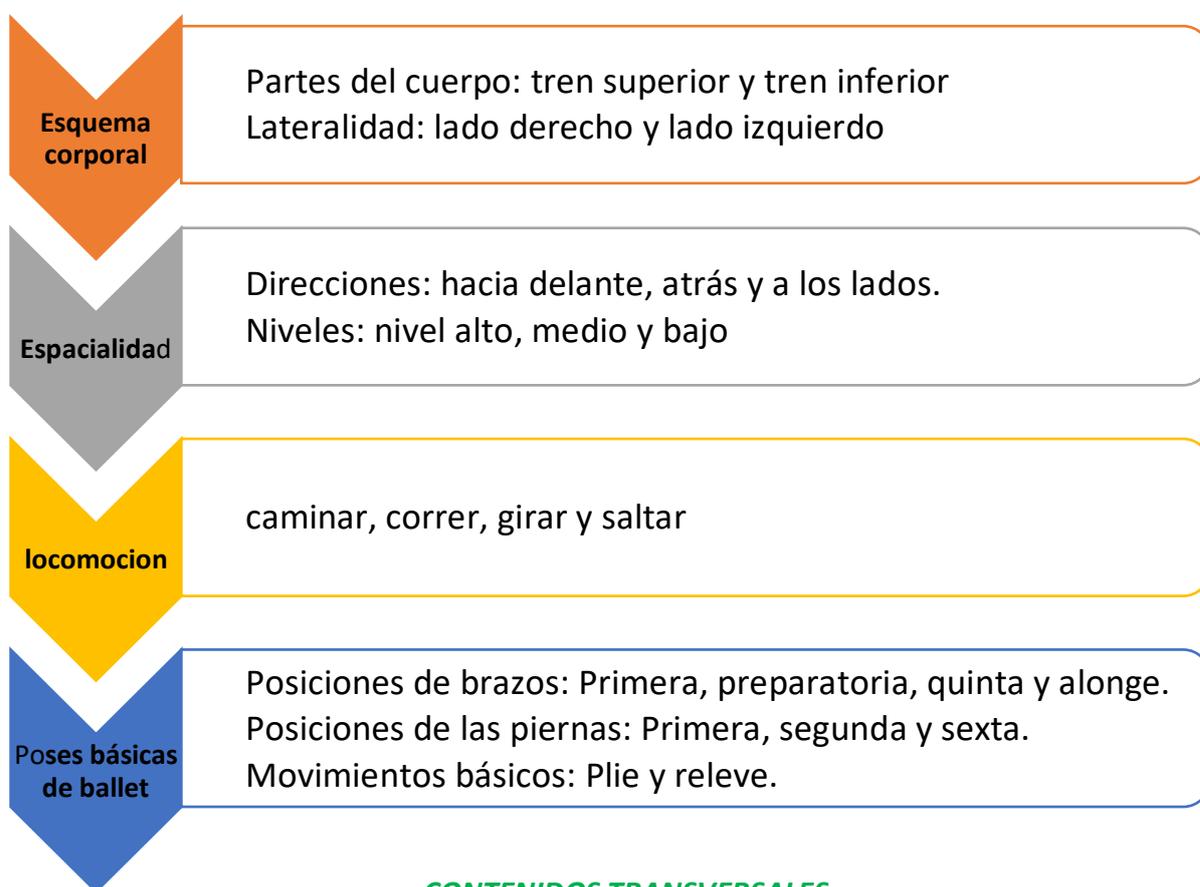
MODULO 1

RECONOCERNOS- PERCIBIR Y ATENDER

OBJETIVO

Generar en los asistentes un estado de atención que los invite a participar de manera activa con las premisas de las actividades y la escucha grupal. Logrando así un ambiente propicio para el reconocimiento de su cuerpo y las posibilidades de movimiento de este.

Contenidos módulo 1



CONTENIDOS TRANSVERSALES

- Independencia de zonas y segmentos corporales
- Motor de movimiento
- Cuerpo dispuesto
- Estructura ósea

Ejercicio #1 “Silencio”

Objetivo específico: Identificar momentos de movimiento y quietud en relación con el sonido y el silencio.

Descripción: En este ejercicio dispondremos únicamente de las baquetas y enseñaremos a los niños la siguiente canción:

 ¡Silencio!, ¡silencio! si yo fuera silencio me quedaría así

En el momento del canto los niños seguirán el ritmo golpeando las baquetas entre sí mientras se desplazan por el salón, al finalizar la canción todos deben detenerse y asumir una pose dirigida por el maestro en primera instancia y luego propuesta por los participantes lo cual implicará estar atentos a sus movimientos e imitarlos. Para estas poses ten en cuenta los niveles en el espacio: bajo medio y alto lo cual enriquecerá las posturas.

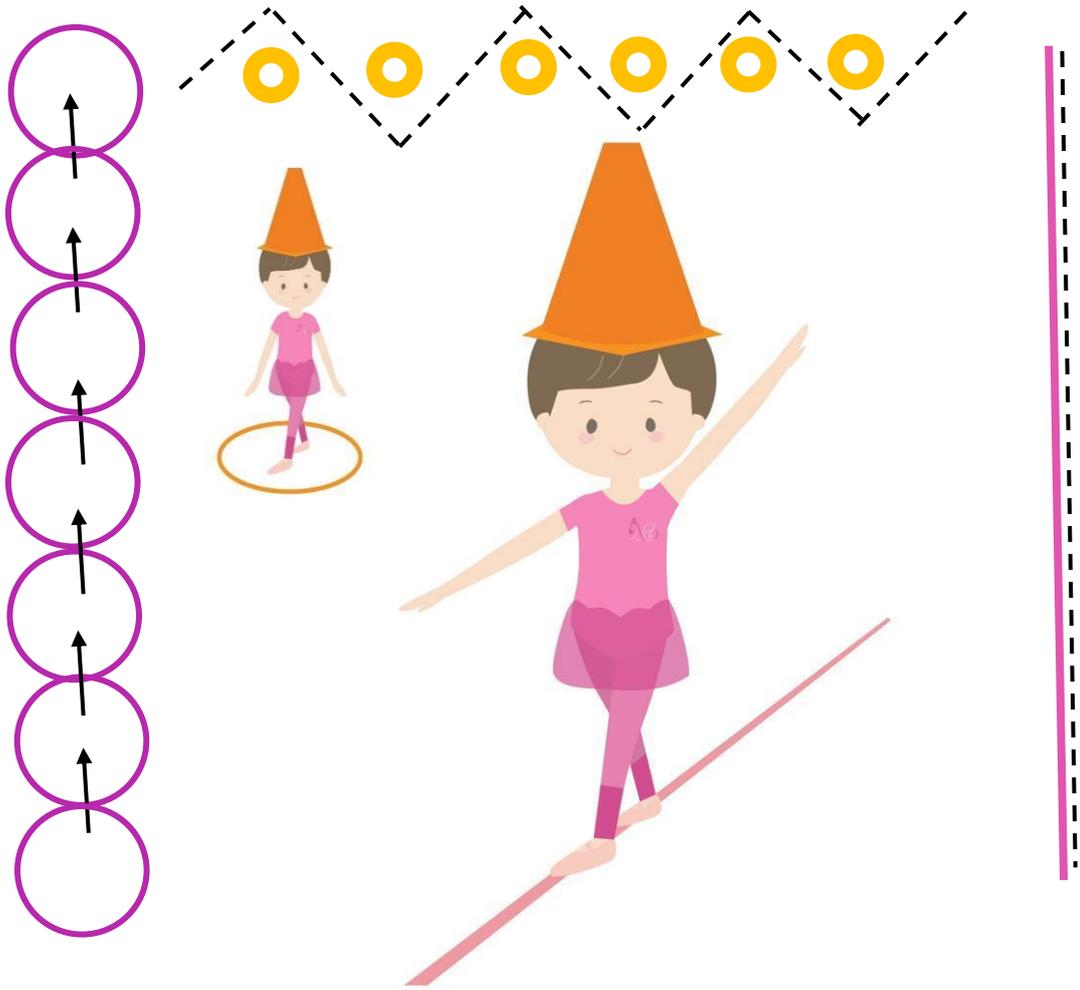
Ejercicio #2 “Cuerpo dispuesto”

Objetivo específico: lograr un cuerpo dispuesto al equilibrio, que atienda a sus extremidades superiores e inferiores en función del balance con su torso y cabeza.

Descripción: Haremos una carrera de obstáculos en el salón de baile, las bailarinas recorrerán esta pista con un objeto en su cabeza, el cual no deben dejar ir al piso. Dicho objeto será el estímulo para estar dispuestas en una atención constante y aprender que el movimiento de una parte de su cuerpo puede repercutir en otro. Recomendaremos un cono como el objeto a utilizar por su forma ancha y plana en la base, la cual facilitará estar por un tiempo en equilibrio en la cabeza de las pequeñas bailarinas. Tienes muchas maneras de crear una pista, aquí te daremos una opción.

Iniciaremos formando una carrera de obstáculos con aros ubicándolos seguidos uno del otro en la misma dirección, a continuación, pondremos platillos en el piso en línea que les obligue a transitar en zig- zag y por último una cuerda también en línea para suponer una “cuerda floja” donde no deberán pisar el piso. La pista nos quedará como se muestra en la *figura N°2*.

F
i
g
u
r
a
n
u
m
e
r
o
2



Nuestra experiencia



Ejercicio #3 “Salta la cuerda”

Objetivo específico: Establecer las premisas del salto, motor de movimiento, impulso, y amortiguación.

Descripción: En este ejercicio se utilizará una cuerda la cual sujetarán dos de las participantes de lado a lado. Estas tienen la tarea de balancearla mientras las otras bailarinas deben saltar de un extremo al otro sin tocar la cuerda. En un primer lugar el movimiento de esta será únicamente en un plano bajo, sin despegarse del suelo, luego de superar este nivel se propone balancear la cuerda también en un plano medio que implique más energía para el momento del salto. Será importante como exigencia técnica recordar llevar las piernas lo más estiradas posibles con empeines, para las pequeñas bailarinas asumimos la cuerda como una culebra, a lo cual ellas mostrarán aún más su deseo de no tocarla.

Ejercicio #4 “Tornillito”

Objetivo específico: Reconocer y diferenciar tren superior e inferior del cuerpo.

Descripción: Para este ejercicio tendremos una línea de colchonetas disponibles en el salón, las bailarinas deben de realizar una fila en un extremo de estas, la número uno se pondrá boca arriba con las piernas y brazos totalmente estirados y rodar en bloque hasta llegar al otro extremo. Así seguidamente una tras de otra sin dejarse alcanzar de su otra compañera, para devolverse a la fila su trayecto serán en saltos de “ranita” que preparan el salto desde primera posición de ballet.

Luego de asimilar la dinámica del ejercicio se propone una variación de esta con una pelota. En esta la pelota estará sujeta entre las piernas, lo que implica que estas estén activas, con energía, y ejerzan un control de la fuerza muscular. De esta misma forma se propone en la siguiente ronda poner la pelota entre los brazos, para que las bailarinas identifiquen la proximidad de la pelota al tren superior y al tren inferior de su cuerpo.

Ejercicio #5 “Poses de colores”

Objetivo específico: Añadir a la terminología dancística las primeras poses de pies del ballet clásico: sexta, primera y segunda posición.

Descripción: Para este ejercicio como material pedagógico el maestro utilizara círculos de color amarillo, verde y rojo. Los cuales se entregarán a los niños para ubicar en el piso distribuyéndolos por el salón. La pauta será la siguiente, en cuanto la música suene los niños podrán bailar de manera libre por el espacio, cuando la música se detenga el maestro dirá un color, a cada color se asumirá una pose de piernas. Las bailarinas correrán a los círculos del color determinado y deben realizar la pose correspondiente.

- **Círculo verde:** asumir la sexta posición de piernas, la cual se puede indicar a las niñas para su recordación como “pies pegaditos con colbón”
- **Círculo amarillo:** asumir la primera posición de piernas, enfatizar en una rotación natural, lograda desde abrir los pies a partir de la sexta posición. Las niñas recordarán este término con pose de pingüinos.
- **Círculo rojo:** asumir la segunda posición de piernas, la cual se explicará en proceso pasando de sexta a primera y de primera realizar un tendu y poner su peso en el centro distribuido en ambas piernas. A las niñas se les narrará de pose de pingüino dibujo una línea al lado para hacer un puente.

Tan importante debe ser utilizar los términos coloquiales de “pies pegaditos, pingüino y puente” como nombrar sexta, primera y segunda posición de piernas. La función del lenguaje será clave para el momento de aprender y crear referentes.

Figura N° 3





Nuestra experiencia



Ejercicio #6 “cielo, tierra y mar”

Objetivo específico: Identificar en el espacio los niveles alto, medio y bajo, así como las posibilidades corpóreas dentro de cada nivel.

Descripción: El maestro delimitará con una cinta el espacio del salón en tres secciones, las cuales nombrará como cielo, tierra y mar. Para el lugar de cielo se trabajará el nivel alto, donde el cuerpo asume una postura aérea, elevándose al relevé, saltando y siguiendo la premisa de querer alcanzar el techo en todo momento. Seguido estará el lugar de tierra para trabajar en movimientos del plano medio, llevando su cuerpo a cuatro apoyos sea estos manos y pies o manos y rodillas, con los imaginarios de pose de mamut y perro. En dicho plano también se puede dar la premisa de cómo moverse si los apoyos fueran tres y no cuatro, retándolos al equilibrio y a crear otras maneras posibles para este plano. Como tercer lugar tenemos mar, correspondiente al plano bajo para invitar a los niños y niñas a estar en movimiento lo más cercanos al piso, allí pueden imitar cocodrilos y gusanos, arrastrándose y rolando.

Después de pasar por los tres espacios explicando y probando los diferentes movimientos, el maestro debe nombrarlos alternando el orden, de esta manera los asistentes estarán atentos a cuál será el siguiente lugar por visitar, también puede variar con la velocidad en que nombra los lugares, haciendo que los niños estén por un buen tiempo en cada espacio o que corran para estar muy pronto de uno a otro. Al final también sería conveniente poder preguntarles uno a uno cuál es su espacio preferido; cielo, tierra o mar y mostrar sus movimientos. De esta manera el maestro identificará con qué movimientos se sienten más cómodos y en qué plano muestran más afinidad.

Ejercicio #7 “Niños guardianes”

Objetivo específico: Recordar y fortalecer la ejecución de la segunda posición de piernas de ballet a través de ejercicios de locomoción.

Descripción: Cada una de las bailarinas recibirá un oso de peluche y tendrá el rol de guardianas, ya que su función principal será cuidar de sus osos y no dejar que el lobo, quien en primera instancia será el maestro, los atrape. Para esto se desplazarán por el salón caminando, saltando y corriendo, en cuanto estén próximas a ser atrapadas deben de ejecutar la segunda posición de ballet creando una casa de resguardo para su oso, solo así el lobo no podrá tocarles. El maestro debe enfatizar en la rotación de las piernas para que la postura se realice e incorpore correctamente. Quien no realice de manera oportuna la segunda posición perderá su oso, y se retirará del ejercicio lúdico.

Después de aprendida la dinámica del ejercicio, se puede ceder el rol del lobo a un participante de la clase, de esta manera también deberá reconocer cuál posición está o no bien ejecutada.



Nuestra experiencia



Ejercicio # 8 “El ascensor”

Objetivo específico: Incorporar al vocablo dancística los términos de cou de pied y retire, fortaleciendo el equilibrio y la consciencia corporal.

Descripción: Se recomienda que los bailarines se ubiquen frente al espejo, si se cuenta con este en el salón de danza. Inicialmente se trabajará desde la sexta posición para que sea más fácil introducir los términos. Entonces, Con los brazos en la cintura al maestro decir ascensor piso número uno, todos deben de ubicar su pie con empuje a la altura del tobillo, al maestro decir ascensor piso número dos el pie debe continuar con la misma energía subiendo por la pierna hasta la altura de la rodilla. Una vez estando allí se dice ascensor abre la puerta, y esto implicará que la rodilla pase de estar en frente para pasar al lado y realizar la rotación de la pierna. En este ejercicio también se recomienda alternar los términos coloquiales con los términos dancísticos para que los niños se familiaricen con ellos. Describiendo así el recorrido de la pierna. Piso número uno: cou de pied, piso número dos: retiré, ascensor abre la puerta: rotación.

Los recorridos se deben hacer subiendo y bajando la pierna pose por pose, esto implica el control del cuerpo para un equilibrio y balance suficiente para llegar de manera tranquila nuevamente a la sexta posición. Una vez este nivel esté dominado se puede añadir dificultad involucrando los brazos en preparatoria y quinta posición.

Ejercicio # 9 “A la derecha, a la izquierda”

Objetivo específico: Generar en los niños conciencia de su cuerpo en referente al espacio y las direcciones básicas (delante, al lado derecho, al lado izquierda y atrás) a las que puede desplazar o llevar una extremidad.

Descripción: Se ubicará cada niño dentro de un aro colocado en el piso. Inicialmente será el maestro quien deba señalar y nombrar con anticipación la dirección a moverse. En un primer momento para facilitar la memorización y coordinación del niño, el maestro saltará desplazando todo su cuerpo fuera del aro y debe esperar que seguidamente lo hagan los participantes. A medida que las direcciones son aprendidas y la atención en los participantes aumenta, se espera que tanto el maestro como todos los participantes se desplacen en sincronía. Ya sea al ritmo de la voz o de un pandero si así se desea.

Si al principio se complica para los niños recordar las direcciones también se podrá nombrar por el color de la pared o cosas u objetos que se encuentren de dicho lado. Incluso si se le facilita los números se puede enumerar los lados, como proceso de aprendizaje y conexión.

Hay diferentes variaciones para este ejercicio según el nivel de dificultad que los participantes vayan logrando, hazlo en primera instancia como serie, repitiendo los

mismos patrones, luego puedes alterar el orden para aumentar el nivel de escucha, atención y ritmo grupal.

- Centro, salto adelante, centro, salto a la derecha, centro, salto atrás, centro, salto a la izquierda, centro.
- Pierna derecha delante, pierna izquierda delante, salto al centro, pierna derecha al lado derecho, pierna izquierda al lado izquierdo, salto ambas piernas al centro, pierna derecha atrás, pierna izquierda atrás, salto al centro.
- Pie derecho adelante, pie izquierdo adelante, salto al centro, salto en el centro, pie derecho al lado derecho girando el cuerpo a esa dirección, pie izquierdo, salto al centro, salto en el centro, así mismo hacia atrás y lado izquierdo.

A continuación, fotografías de la tercera variación.



Nuestra experiencia

Adelante



Lado derecho



Atrás



Lado izquierdo



Ejercicio # 10 “Cartografía corporal”

Objetivo específico: Identificar y reconocer la estructura ósea, y el rango de movilidad articular. A la vez que invita a asumir esa estructura como una máquina que hace posible experiencias y recuerdos.

Descripción: Necesitaremos dos pliegos de papel periódico, marcadores y papeles de colores. Se propone iniciar el trabajo en parejas de tal modo que una se tumbe al piso sobre el papel y la otra pueda dibujar el contorno de todo su cuerpo. Se debe acostar en el piso en posición anatómica. Si los participantes son menores de 5 años puede ser que su par de trabajo sea su acudiente, y este ayude a delinear la silueta. Seguido se hará un recorrido del cuerpo de pies a cabeza describiendo e identificando el sistema óseo. Como estrategia aparte del discurso, se propone ir alternando con un masaje que permita ir identificando cada parte. Luego de ser palpado cada hueso se plantea con papeles de colores ubicarlo en la silueta.

Aunque el sistema óseo se compone por 206 huesos, para este ejercicio en particular se incluirán solo aquellos que sean más fácil de identificar y que los niños puedan recordar, exactamente 13 huesos en el siguiente orden:

- Cráneo
- Escápula
- Húmero
- Cúbito
- Radio
- Falanges
- Esternón
- Costillas
- Vértebras
- Pelvis
- Fémur
- Tibia
- Peroné

También se deben incluir las articulaciones, y contar a los niños que estas permiten la unión entre huesos y cartílagos para así ser funcional el rango de movimiento.

Una vez esté la silueta con sus huesos ubicados, procederemos a marcarla con el nombre de cada participante, y se le hablara de lo importante y valioso que es, que su cuerpo esté sano, en funcionamiento y disponible. Permitiéndole moverse y disfrutar de sus actividades favoritas.



Nuestra experiencia

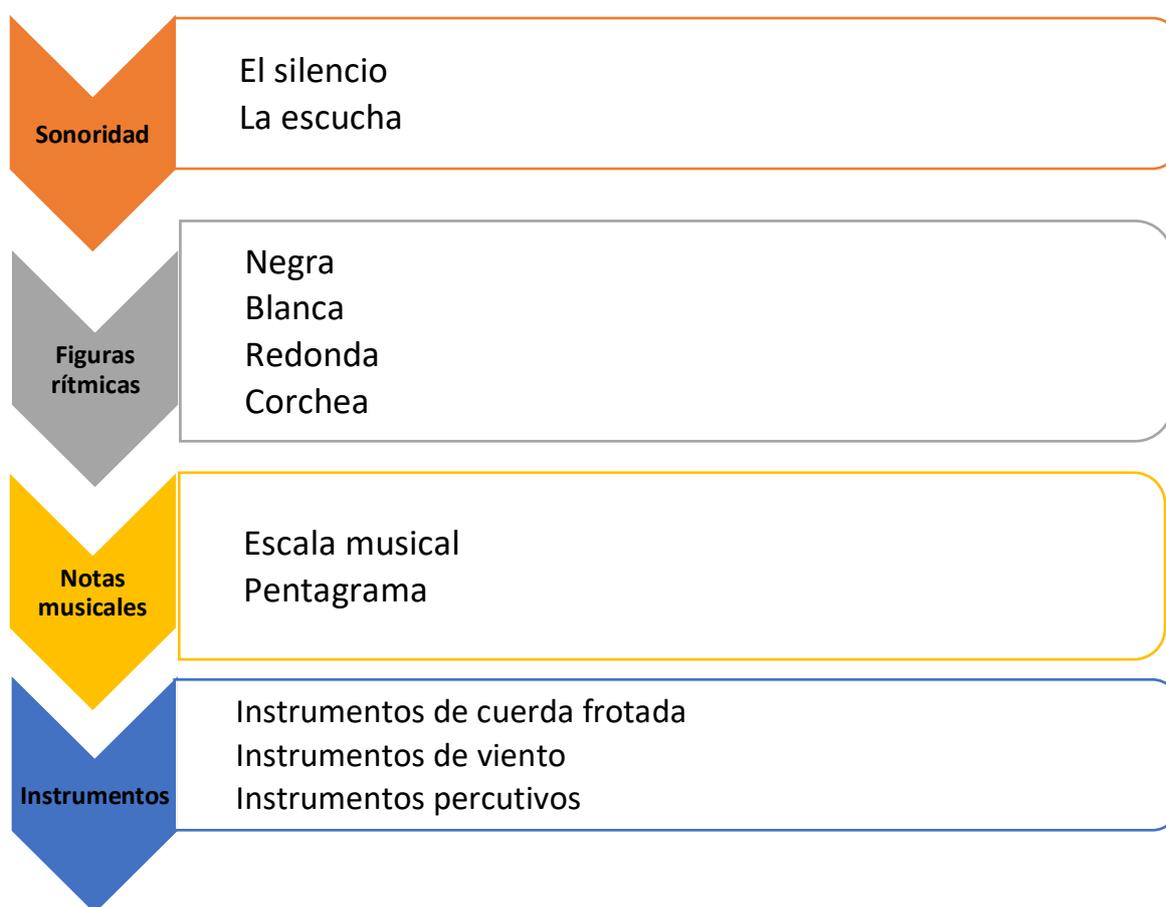


MÓDULO 2

Constelación sonora

Objetivo: Abrir a los asistentes una ventana al mundo sonoro, permitiéndoles ser tan sensibles al ruido como al silencio, y proponiendo dinámicas rítmicas que sumen a la energía grupal construida desde algunas premisas musicales, añadiendo los ejes corporales ya trabajados.

Contenidos módulo 2



Ejercicio #1: “toca los tambores”

Objetivo específico: Atender a las premisas de movimiento: rápido, lento, fuerte y suave, Bajo referentes del sonido y del silencio.

Descripción: invitar a los asistentes a formar un círculo de manera que todos puedan visibilizar al maestro. Cada bailarina tendrá en sus manos un tambor y dos baquetas.

Utilizaremos entonces las siguientes frases:

 -Está durmiendo la abuela- Invitar a los niños a tocar el tambor suave, con un volumen bajo, y decirles que no se puede despertar con nuestro ruido.

 - ¡Estamos de fiesta! - Esta expresión invita a tocar el tambor fuerte y con más precisión los movimientos al momento de golpear.

 -Viene el lobo- para esta premisa el movimiento de los brazos para golpear el tambor es lento, creando un ambiente de suspenso.

 - ¡Se fue el lobo! – Aquí se proponen movimientos de los brazos rápidos, logrando que resuenen muchos golpes a la vez.

- En segunda instancia cruzaremos las baquetas y golpearemos entre ellas para encontrar otros sonidos, llevando las baquetas en diferentes direcciones: arriba, lado derecho, lado izquierdo, abajo y atrás.
- Por último proponemos un ejercicio de mayor atención y coordinación, Luego de identificar su mano derecha e izquierda, pediremos golpes al tambor después de la señal de inicio, (la cual puede ser a la cuenta de 1,2,3 golpe) con una sola mano, lo que implicará que todas estén moviendo solo su mano derecha y que el golpe suceda unísono. Así luego de cumplir con este objetivo el reto estará en hacer dos golpes iguales y así sucesivamente hasta llegar a los 5 golpes.

Figura número 4



Ejercicio #2: “El señor de los tentáculos ruidosos”

Objetivo específico: relacionar las dinámicas de movimiento y quietud, en referencia al ruido y al silencio.

Descripción: Como elemento pedagógico para llevar a cabo este ejercicio necesitaremos un títere de pulpo, en caso de no contar con él, puedes utilizar un peluche que sea conocido por los niños. El maestro convocará a los niños a sentarse en un círculo, donde todos puedan verlo fácilmente, cada uno utilizara el instrumento de su preferencia. La pauta será la siguiente, cada vez que el pulpo mueve sus tentáculos los niños también deberán moverse para tocar sus instrumentos, asociando así mismo la siguiente dinámica, si el pulpo mueve sus tentáculos muy rápido, los niños tocan con mucha energía y rapidez haciendo que el volumen y ruido del lugar aumente, pero si los tentáculos se mueven lento, los niños deben tocar su instrumento de forma lenta y pausada, haciendo efectivamente que el volumen disminuya y el ambiente se torne más silencioso. Como última premisa si el maestro esconde al pulpo significa quietud total, traducido a silencio absoluto por parte de los participantes.

Una vez asimiladas las pautas se puede variar la posición, llevando los niños a un círculo de pie que les permita al tocar sus instrumentos tener un rango de movimiento mayor. Así mismo como permitir que uno de los niños pueda tener el personaje del pulpo y este sea el moderador del ejercicio.



Nuestra experiencia



Ejercicio #3: "Canción notas musicales"

Objetivo específico: introducir al vocablo las notas musicales, a través de una canción rítmica, conocida y de fácil memorización. A la vez que combina el canto con movimientos.

Descripción: En primera instancia se invitará a los niños a repetir la letra de la canción mostrando línea a línea la melodía, una vez se familiaricen con la letra, intentarán cantarla de seguido.

Canción:

Las notas musicales

Do, re – Do, re

Do, re, mi –Do, re, mi

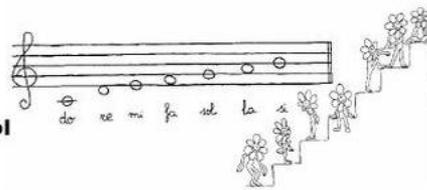
Do, re, mi, fa – Do, re, mi, fa

Do, re, mi, fa, sol – Do, re, mi, fa, sol

La, sol – la, sol

La, si, la, sol – La, si, la, sol

Sol, fa, mi, re, do- Sol, fa, mi, re, do



Do, mi, sol, sale el sol.

La, sol, fa, de un sofá.

Fa, mi, re, comeré.

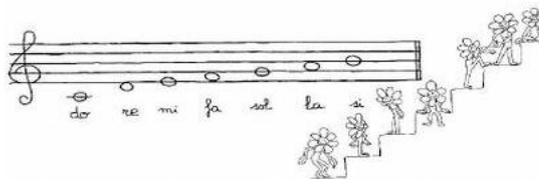
Mi, fa, sol, girasol.

Do, si, la, águila.

Si, la, sol, un frijol.

La, sol, fa, Mustafá.

Mi, re, sol, parasol.

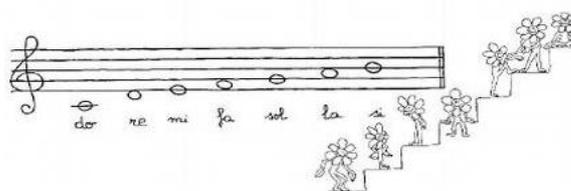


Do, re, mi, fa, sol

Sol, la, si, do.

Do, re, mi, fa, sol

La, si, do, re do



Luego de aprender la canción procederán a aprender la coreografía, asumiendo poses corporales a la vez que interpretan la melodía, como palabras claves para representar se proponen: sol, sofá, comeré, girasol, águila, frijol, Mustafá y parasol. Dichas poses pueden ser en una primera ronda propuestas por el maestro, y después propuestas por los participantes, permitiéndoles crear y trabajar en equipo, validando las ideas de los otros.

Ejercicio #4: "Figuras rítmicas"

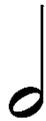
Objetivo específico: aprender e interpretar las figuras rítmicas básicas: negra, blanca, redonda y corchea. Desde las premisas de tiempo y movimiento.

Descripción: Como fase inicial y para fácil aprendizaje, se invita a realizar las notas con las palmas. Explicando la duración que tiene cada figura y con las siguientes palabras que las familiarizan entre sí. Se pedirá a los niños marcar el tiempo en el primer pulso o sílaba .



Redonda = Duración 4 tiempos

1t - 2t - 3t - 4t 1t - 2t - 3t - 4t
Re - don - di - ta Re - don - di - ta



Blanca = Duración 2 tiempos

1t - 2t 1t - 2t 1t - 2t 1t - 2t
Ca - Sa Ca - Sa Ca - Sa Ca - Sa



Negra = Duración 1 tiempo

1t - 1t - 1t - 1t - 1t - 1t - 1t -
Voy - voy - voy - voy - voy - voy - voy



Corchea = duración medio tiempo. Por esta razón en esta figura marcaremos pulso en el tiempo y contratiempo.

$\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t

$\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t $\frac{1}{2}$ t

Ra di ra di

Pi to pi to



Una vez los niños identifiquen y comprendan con las palmas el pulso y la duración de cada figura, se propone realizar este mismo ejercicio con el instrumento de su preferencia.



Nuestra experiencia

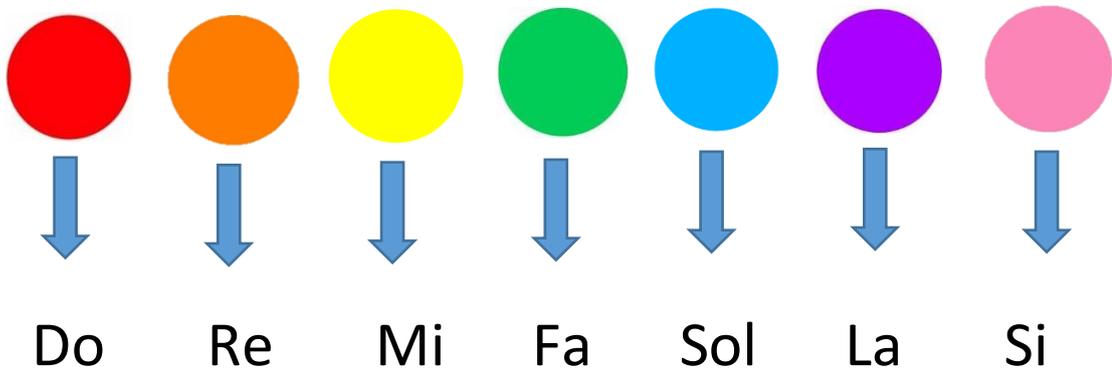


Ejercicio #5 “Notas coloridas”

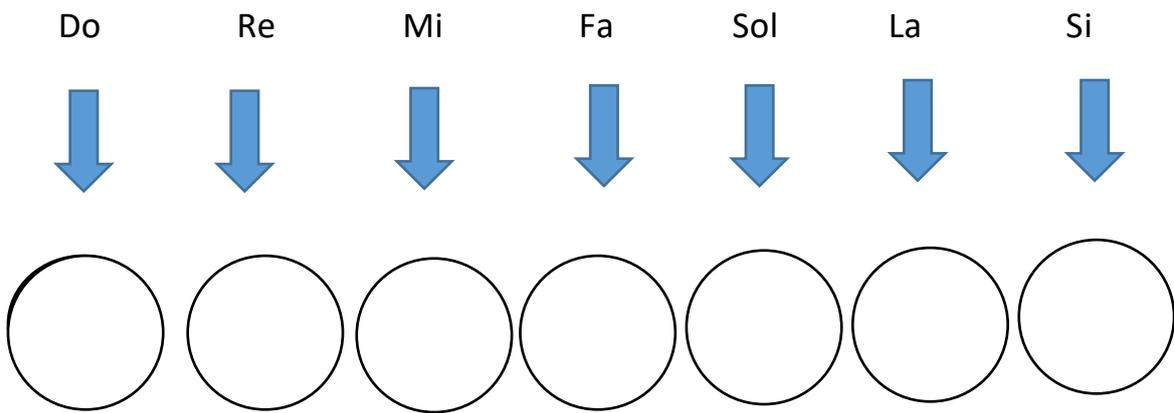
Objetivo específico: Aprender las notas musicales en la escala de Do.

Descripción: Debido a la edad de nuestros participantes, para ellos será mucho más fácil aprender las notas musicales asociadas a colores, para ello se designará un color para cada nota. En primera instancia se invitará a los niños a colorear los círculos y luego a realizar un juego que favorezca la memorización de dichos colores.

Notas musicales



Colorear.



En segunda instancia, una vez los niños estén familiarizados con las notas musicales y cual color las representa. realizaremos una dinámica utilizando aros de colores que estarán ubicados en el suelo dispersos por el salón, cada aro será del color de cada nota, el maestro anunciará de manera fuerte la nota de la siguiente manera:



“vamos a Do” y los niños deben correr a ubicarse dentro del aro de color rojo

Así sucesivamente con todos los colores. En la primera ronda puede nombrar las notas en el orden de la escala natural de do, pero luego puede nombrarlas de manera aleatoria y esto hará que los niños estén mucho más atentos, también se propone variar la dinámica incorporando velocidades para el desplazamiento, nombrando pausado o rápidamente cada nota.

Ejercicio #6 “Ordena las notas”

Objetivo específico: Repasar las notas musicales y su orden en escala de Do.

Descripción: Para esta estrategia de aprendizaje necesitaremos unas fichas las cuales contengan escritas las notas musicales con fondo del color ya anteriormente asignado.

El maestro entonces debe poner dichas fichas por el espacio del salón, mientras los alumnos se encuentran en un lado del salón esperando. Cuando el maestro de la orden de salida, entre todos deben organizar las fichas en el orden correspondiente a la escala de Do. Una vez esté armada se procederá hacer el mismo ejercicio en grupos de a 5, 4, 3 y dos participantes, de esta manera será cada vez mayor la participación de cada uno y quedará en evidencia sus conocimientos.



Nuestra experiencia



Ejercicio #7 “la casa de las notas”

Objetivo específico: aprender la ubicación de las notas en el pentagrama, elemento básico utilizado para lectura musical.

Descripción: a través de un cuento se enseñará a los niños el orden de la ubicación de las notas en el pentagrama. A continuación, se relata la historia y se dará como insumo pedagógico imágenes que muestran la ubicación de cada nota, siendo de gran ayuda para aquellos niños que su aprendizaje es más visual que oral.

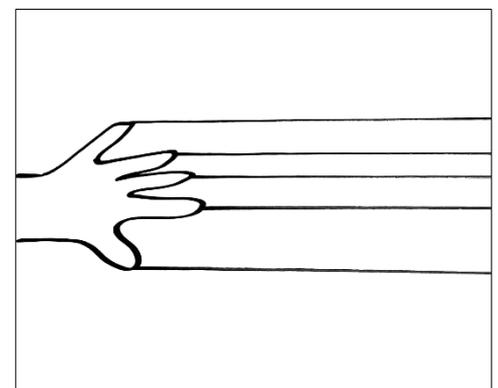
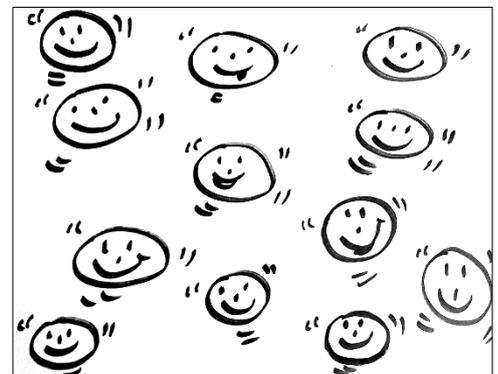
La casa de las notas

Hace mucho tiempo las notas musicales eran un montón de bolitas, que saltaban y rebotaban de manera desordenada por todas partes. Para ese tiempo existía un mago que quería mucho a las notas musicales, pero a veces sentía que las notas hacían mucho ruido. Así que el mago pensó en crear una casa para las notas musicales.

De esta manera podrán estar más ordenadas, entonces extendió su mano, extendió sus dedos y por arte de magia salió una larga línea recta de cada dedo. Y como eran cinco dedos, salieron cinco líneas, y dijo el mago:

-A esta casita la llamaré, el **pentagrama**-

Pero también pensó que las notas estaban muy desordenadas y debía crear a alguien que les ayudara a organizar.



Entonces usando sus poderes, creó a la clave de sol. La clave de sol dijo:

- No te preocupes mago, yo voy a ponerle orden a las notas musicales- Excelente dijo el mago te dejaré esa tarea.

La clave de sol empezó a llamar a todas las notas musicales, la primera en llegar fue la nota Mi.

A la nota mi le encantaba que todo fuera para ella y siempre decía:

-Quiero esto para Mi, quiero esto para Mí, un fresco para Mí, una dona para Mi, un carro para Mí -todo era Mi, Mi, Mi y en cuanto vio la casa de las notas musicales dijo:

- ¡Esa casa es para mi! Pero la clave de sol le explicó que debía de escoger solo una de las líneas para ubicarse, no podía utilizar todas.

A lo que la nota Mi respondió que lo sentía y que escogería solo una línea, escogiendo la primera línea del pentagrama.

La segunda nota en llegar, fue la nota sol la cual le dijo: - tu y yo tenemos un nombre muy parecido tú, la clave de sol y yo la nota sol- por lo cual utilizaré la segunda línea del pentagrama, esto a clave de sol le pareció perfecto.

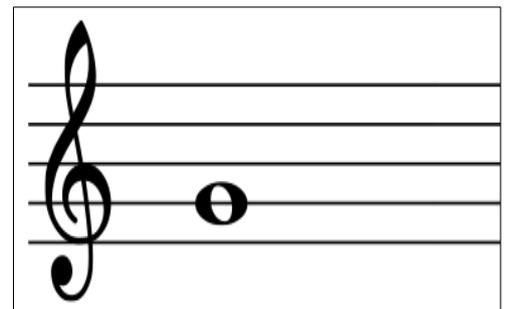
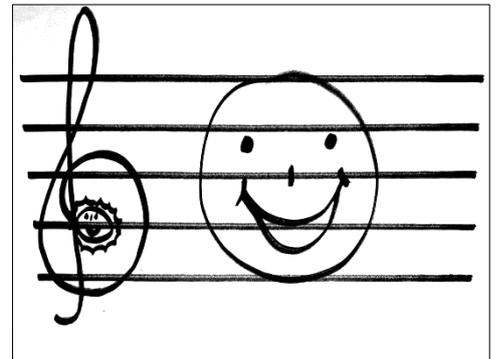
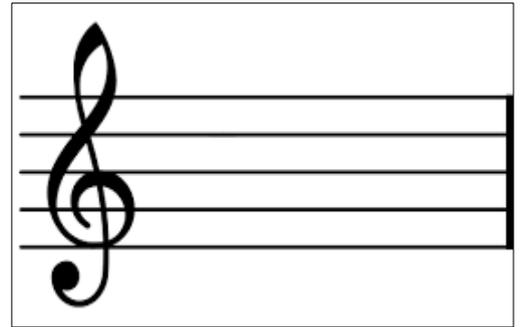
En tercer lugar, llegó la nota más feliz y positiva del mundo, la nota Si, por que la nota si le decía si a todo.

Le preguntaban ¿estás bien? y respondía sí, ¿estás feliz? y respondía sí, así que la clave de sol le preguntó- ¿te gustaría vivir en la tercera línea del pentagrama?- y ella respondió sí.

Luego llegó la cuarta nota, la más relajada y respetuosa, la nota Re y le pregunto a la clave de sol, si la dejaba quedarse en la cuarta línea, la respuesta de la clave de sol fue afirmativa y así sucedió.

Por último lugar, llegó una nota muy ágil, que sabía saltar, trepar y brincar muy fácilmente, era la nota fa, la cual la clave de sol saludó, y le dijo – solo me queda una línea, pero está muy alta – así que la nota fa respondió, fácil yo puedo llegar hasta arriba. Y se acomodó en la casa de las notas.

Así quedaron muy cómodas en la casa de las notas, mi, sol, si, re y fa.



Después de narrar e ilustrar el cuento de la casa de las notas, se realizará una pequeña retroalimentación, preguntándole a los niños sobre las personalidades de las notas y en qué línea quedaron ubicados en el pentagrama.

Ejercicio #8 “familias”

Objetivo específico: Aprender a clasificar los instrumentos en: instrumentos de viento, instrumentos de cuerda e instrumentos de percusión.

Descripción: Para este momento de la clase será necesario sacar todos los instrumentos posibles con los que pueda contar el maestro en ese momento. En caso de no ser posible sugerimos llevar imágenes como referente para los niños. Se explicará a los participantes cuáles son los instrumentos de cada clasificación y por qué se encuentran dentro de esa categoría, utilizando la palabra familia en cada clasificación.

Familia de los instrumentos de viento: Estos también pueden ser llamados aerófonos, ya que su sonido se produce por la vibración del aire en su interior. Ejemplos de esta familia de instrumentos son: la flauta, el clarinete, el saxofón, la trompeta y la tuba.

Familia de los instrumentos de cuerda: Estos también pueden recibir el nombre de instrumentos cordófonos, y son aquellos que producen sonido por la vibración de una o más cuerdas. Como lo son: la guitarra acústica, la guitarra eléctrica, el violín, el contrabajo y el arpa, entre muchos más.

Familia de los instrumentos de percusión: son aquellos instrumentos los cuales su sonido se produce al ser golpeados o agitados, son los más utilizados para crear y mantener el ritmo, también se consideran los instrumentos más antiguos en la historia.

Una vez terminada la explicación se ubicarán 3 aros en el salón y se dividirán como: Familia de los instrumentos de viento, familia de los instrumentos de cuerda y familia de los instrumentos de persecución. Seguidamente uno a uno de los niños tendrá la oportunidad de coger un instrumento, explorarlo, tocarlo si desea y llevar a una de las tres clasificaciones. Si está correcta se reconoce el buen trabajo realizado y se invita al siguiente, si está incorrecta el maestro debe ayudarlo con preguntas que le ayuden a llegar a la respuesta y a clasificarlo de nuevo correctamente.

Ya estando clasificados correctamente los instrumentos se propone dividir los niños en tres grupos, y a la orden del maestro vayan rotando por los tres aros y de esta manera interactuar y reconocer todos los instrumentos. Se debe considerar un tiempo prudente antes de rotar de estación.

Ejercicio #9 "Instrumentos"

Objetivo específico: Aplicar las notas musicales en el aprendizaje de una melodía básica conocida.

Descripción: El piano es un instrumento donde se pueden ubicar de manera fácil la escala de do natural, por esta razón permite a los niños aprender rápidamente pequeñas melodías. Para esto el niño debe memorizar las notas musicales y su ubicación. El maestro entregara a los participantes las "partituras de color" donde están coloreadas las notas musicales como ya se asignó anteriormente.

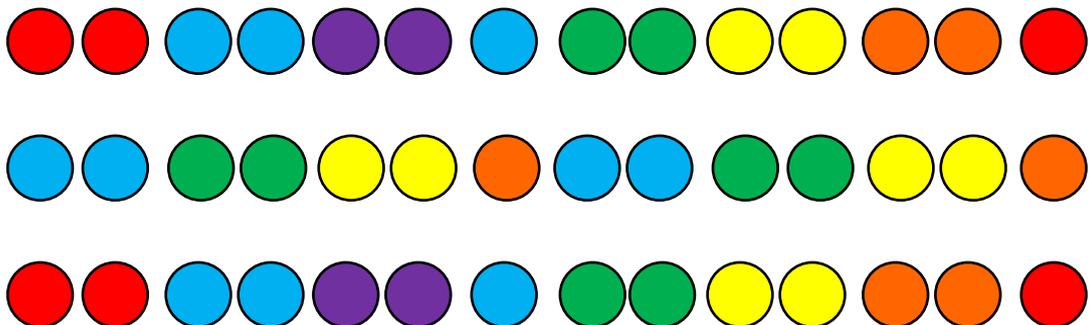
La canción que trabajaremos es "estrellita" ya que la mayoría de los niños la puede reconocer y saber si está bien o mal ejecutada.

Estrellita

do do sol sol la la sol fa fa mi mi re re do

sol sol fa fa mi mi re sol sol fa fa mi mi re

Como se propuso anteriormente estas notas podrán ser aprendidas a través de los colores así:



Igualmente, las notas se podrían aprender por números, siendo:

Do: 1 Re: 2 Mi: 3 Fa: 4 Sol: 5 La: 6 Si:7

1 1 5 5 6 6 5 4 4 3 3 2 2 1
5 5 4 4 3 3 2 5 5 4 4 3 3 2
1 1 5 5 6 6 5 4 4 3 3 2 2 1



Nuestra experiencia



Ejercicio #10 "Sigue el ritmo"

Objetivo específico: Repasar las figuras rítmicas desde la creación de patrones rítmicos.

Descripción: Todos los alumnos deben de seguir de manera sincronizada con los golpes de tambor, las figuras rítmicas que se muestran en el tablero. La metodología para dicho patrón rítmico será por fases, y de esta manera favorecer la interpretación. Como estrategia el maestro puede sugerir en primera instancia todos juntos y luego revisar uno a uno los fragmentos rítmicos.

Fase 1:



Fase 2:



Fase 3:



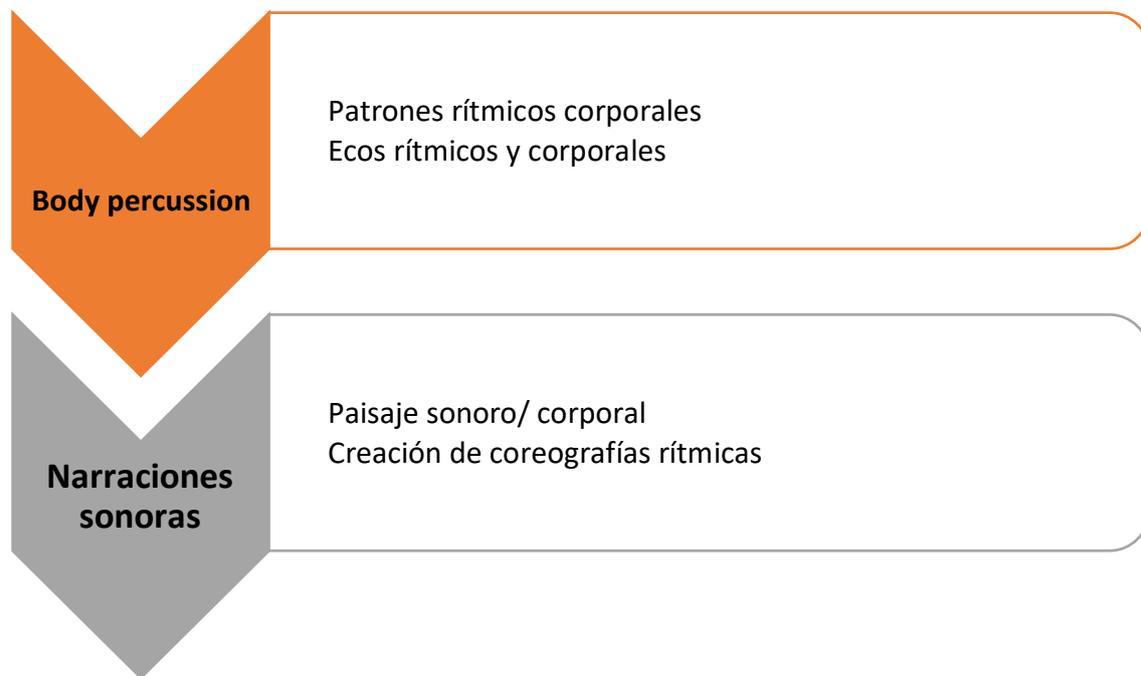
Incluso si el maestro ve la necesidad puede poner en orden de las figuras rítmicas, las imágenes de referencia que se dan en el ejercicio # 4, redondita, casa, voy y rapidito.

MÓDULO 3

Mi danza canta

Objetivo: Aplicar de manera interdisciplinar los conocimientos ya trabajados en los módulos 1 y 2, Bajo los ejes corporales y sonoros, permitiéndose mezclar técnicas y dando lugar a la exploración y creación tanto con el movimiento y la voz.

Contenidos módulo 3



Luego de aprendida la secuencia, el maestro podrá jugar con el tiempo de ejecución, variando así la velocidad y demandando de más agilidad tanto en los movimientos como en los sonidos.



Nuestra experiencia



Ejercicio #2 “Ecos rítmicos y corporales”

Objetivo específico: hacerse presente desde la escucha con el otro y poder imitar las propuestas rítmicas y corporales del par de trabajo. Respetar y apoyar las ideas no propias.

Descripción: En parejas los niños deberán definir dos roles, uno de quien crea y propone movimientos y ritmos con su cuerpo y voz. Y el segundo rol, quien debe enseguida tratar de copiar de una manera idéntica la creación y exploración del otro compañero. Será muy útil recordarles a los niños el respeto por la creación coreográfica de los compañeros, la cual ellos tratarán de imitar, pero no cambiar con ninguna intención de modificar u opinar al respecto. Podría ser una buena imagen de referencia pensarse en que son espejos de su compañero. Una vez esté asimilada esta dinámica, podría aumentar su nivel de dificultad, reorganizándose por equipos de tres y cuatro participantes. Es un ejercicio con foco en la improvisación y en la manera como los niños articulan el conocimiento.

Ejercicio #3 “Canción guiada”

Objetivo específico: Acompañar la estructura coreográfica con la voz, recordando el esquema corporal desde las posiciones básicas del ballet y dinamizando la repetición a través de las dinámicas del tiempo.

Descripción: Se tomará la melodía de una canción que es conocida por los niños, para este caso la canción *Yo tengo una casita que es así y así*, cambiando la letra para que los niños la interpreten en la versión creada para reconocer su cuerpo como una herramienta de vida. Identificando que dichas casas se construyen desde la diversidad.

Adicional de la letra tendrán unas poses determinadas para asumir en ciertas partes de la canción.

 ***Yo tengo una casa cuerpo que es así y así***



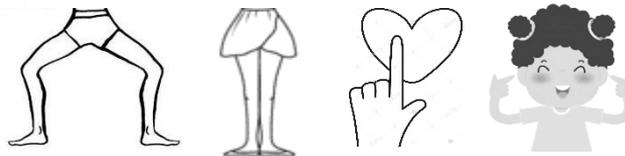
Las poses propuestas para la primera línea son: tercera posición de brazos de ballet a ambos lados, quinta posición de brazos, estrella cuerpo en expansión y fetal contracción.

 ***Grande o pequeña es hermosa así así***



Los pasos ejecutados en la segunda línea son plie, estirar a primera posición de piernas, y giro en relevé.

 ***Cuido lo que entra aquí y aquí***



En la tercera línea se realiza un salto a segunda posición, salto cerrando a primera, luego tocar su pecho señalando a su corazón y señalar a su mente.

 ***Respeto a mis amigos para ser feliz***



En la cuarta línea se trabajan tendu a la seconde con ambas piernas y finaliza con una pose libre que es propuesta por el niño.

Aprendidas las líneas los participantes podrían traer un invitado a la clase con la idea de visibilizar su acto creativo.

Ejercicio #4 “vals”

Objetivo específico: Acompañar de manera corporal y sonora el ritmo de vals, coordinando con una pareja el espacio y direcciones a desplazarse.

Descripción: Para este ejercicio los participantes utilizarán un bastón de madera y un par de baquetas. Se distribuirán en el espacio por parejas, ambos niños deben sujetarse del mismo bastón, uno con su mano derecha y otro con su mano izquierda, quedando frente a frente. Con la mano que tiene disponible golpearán al ritmo del vals, dicho vals mexicano es también conocido como las chiapanecas del autor Bulmaro López.

El patrón rítmico es:  A lo que deben cantar: ta,ta,ta,ta,ta, ta, cha
cha

En los tres golpes de las figuras negras, el golpe debe ser con el bastón al piso, en el momento de las corcheas el golpe será con las baquetas al bastón. Variando el golpe de estas últimas así: en la primera ronda golpe en la parte superior del bastón, la segunda ronda en la parte inferior de este, así alternando la ubicación de los golpes de corchea.

Una vez este ritmo y canto aprendido en el coro del vals los niños realizarán un círculo en torno al bastón, deben coordinarse siendo el avance de una hacia derecha y otro hacia la izquierda, para devolverse de la misma manera. Como última premisa las parejas avanzan de un extremo del salón al otro realizando este canto y danza, o si el maestro ve que el nivel es intermedio- avanzado pueden avanzar de forma circular.

Ejercicio #5 “En busca del tesoro”

Objetivo específico: Incorporar a las narrativas sonoras ejercicios de locomoción, impulsando la creatividad y escucha grupal.

Descripción: El paisaje sonoro invitara a todos a potenciar la imaginación desde una narrativa guiada. Se indica a los participantes tumbarse en el piso, asumir la posición anatómica, cerrar los ojos y respirar profundamente inhalando y exhalando lentamente, haciéndose cada vez más conscientes de la respiración.

Inicia la narrativa, (puede el maestro en este momento acompañar con un palo de lluvia): estamos todos acostados en nuestra cama o lugar de reposo, escuchando nuestra canción de cuna favorita. Y empezamos a respirar tanto que nos vemos todos dentro de un globo, globo con el que salimos volando por nuestra ventana. -Aterrizando en el bosque, atentos exploradores, ojos muy abiertos. Escuchan eso son los sonidos de la selva-. (Imitar sonidos de la selva e iniciar la canción)



Los exploradores van por la selva buscando cocodrilos, tigres y culebras

(inician marchando y en los animales se asume una pose para cada uno variando los niveles en el espacio)



Van con cuidado mirando muy bien no saben por dónde pueden aparecer

(esta línea se canta en voz baja y pausada invitando a mirar por el espacio)



de golpe se escucha un sonido muy fuerte, igual no les importa porque son valientes, aunque pensándolo un poco mejor, mejor que se escondan que viene un león.

(Al cantar sonido fuerte todo el grupo debe de dar una palmada al unísono, al igual que al cantar esconder se invita a la posición fetal)

Estas frases se deben de realizar dos veces, invitando a mantener la marcha llevando las rodillas arriba y cantando, asumiendo la situación narrada.

Continua el paisaje sonoro: -vamos exploradores caminemos a velocidad 1(lento) pues el puente por donde pasamos ¡se puede caer! Ahora escalemos la montaña a velocidad 5 (con un pandero el maestro marca el tiempo a la velocidad solicitada). Bajando la montaña hay un atajo para la cueva del tesoro, así que debemos rodar-.

-Entrando en la cueva, caminando solo en los dedos de los pies-. (no podrán hacer ruido en ese momento, se invita al silencio por parte de los participantes). -Gira, gira exploradores, todo da vueltas, al parecer hay un derrumbe. ¡hay que salir corriendo! Tan rápido como puedas-. (al momento de correr también deben de sonar los instrumentos de todos los participantes)

y poco a poco los invitamos a volver al piso de nuevo, invitando nuevamente a respirar.

- Lo sé exploradores, no encontramos el tesoro, pero justo así a veces sucede. Lo importante no es lo que te puedas llevar, sino como te moviste y resonaste en el camino-

El maestro vuelve a interpretar la canción de cuna favorita, para el cierre de la narrativa sonora.



Nuestra experiencia

A continuación, encontrarás anexos los links para ver algunas de nuestras experiencias en formato de video.

- Ejercicio “A la derecha, a la izquierda”

https://www.youtube.com/watch?v=_AMsApT6yAM

- Ejercicio ““Música con tu cuerpo”

<https://www.youtube.com/watch?v=TPtgP5lxIOk>

Reflexiones finales

Las reflexiones finales de *mi danza cantan*, surgen después de implementar la propuesta con el objetivo de nutrir las futuras experiencias de los maestros.

Un niño necesita ser aceptado, escuchado y admirado, los escenarios de aprendizaje dancístico son muy oportunos para dar sentido a estas necesidades. Al hacerse parte de un grupo el niño es aceptado, tiene contacto con otros participantes y ayuda a su necesidad de socialización. El niño siempre tiene ideas y se le facilita comunicarlas sea a tiempo o a destiempo, pero él las exterioriza, el rol del maestro será entonces escucharlo y darle sentido a cada aporte que el realiza. El niño también es admirado cuando se le reconoce que ha realizado un buen trabajo dentro de la clase. En esa medida, aparte de las habilidades psicomotoras y rítmicas adquiridas en el proyecto el aprendizaje escala a un nivel humano importante de resaltar.

Comparar lo aprendido en danza con diferentes situaciones de la vida, enseña al niño que lo que aprende bailando también lo puede poner en practica dentro de otros contextos, la danza enseña para la vida, y lo que en un principio se piensa desde términos técnicos trasciende e impacta a un nivel afectivo y emocional.

La mayoría de los niños se muestran competitivos, por esta razón incluir dentro de la clase actividades de competencia les motivará a articularse de una manera más enérgica con los contenidos y ejercicios a realizar. Siempre enmarcando una sana competencia donde se practica el respeto por las ideas y los cuerpos de los demás participantes. Asimismo, cuando se trabaja en grupos por puntos, trabajamos la tolerancia a la frustración. El niño entiende que no siempre puede ganar y sobresalir en todas las actividades, incluso aprende que reconocer y aplaudir el trabajo de otros hace parte de ser un buen competidor.

Aunque desde un principio la propuesta no contempla ningún tipo de estímulo para los niños, es muy importante desde la palabra, resaltar sus habilidades y reconocer su buen desempeño sí esté sobresale dentro del grupo, felicitar en público y reconocer su esfuerzo, valida su resiliencia frente a los obstáculos que pueda presentar. Así mismo como motivar aquellos que presentan dificultades con algo en específico, siempre la palabra del maestro animara y será el impulso para que el niño con determinación asuma los retos que los contenidos implican. Para concluir y como un tercer personaje dentro de la relación que se entreteje en el salón de clase están los padres de familia, los cuales se deben de involucrar para ayudar con los conocimientos adquiridos, y visualizando dicho espacio como una oportunidad para reafirmar la unión y el apoyo con sus hijos.