

# Educación musical desde una perspectiva del movimiento

---

## Music education from a movement perspective

GREGORIO VICENTE NICOLÁS  
*Universidad de Murcia*

### **Resumen:**

El objetivo principal de este trabajo es plantear pautas metodológicas orientativas para la desarrollo de actividades musicales en Educación Primaria desde una perspectiva del movimiento y la danza. A tal efecto, se ha diseñado un "protocolo" de contenidos musicales dividido en seis núcleos competenciales: lenguaje musical, escuchar, cantar, tocar, bailar, conocer y ser. Dicho protocolo tiene como referencia base los currículos de música de Educación Primaria de las últimas décadas. Objetivo secundario de este estudio es proponer una aproximación integral al fenómeno musical, que contemple el movimiento y la danza como elementos fundamentales de la actividad musical en Educación Primaria, además de la escucha, la lectura y escritura musical, el canto o la práctica instrumental.

### **Palabras clave:**

Movimiento, música, danza, educación primaria.

### **Abstract:**

The aim of this work is to offer some methodological guidelines for developing music activities in Primary Education from the perspective of movement and dance. To this end, we designed a "protocol" of musical contents divided into six core skills: musical language, listening, singing, playing, dancing, knowing and being. For the creation of this protocol, the curricula for the area of Music in Primary Education over the last decades has been taken as the main reference. A secondary objective is to offer a comprehensive approach to the musical phenomenon that includes movement and dance as fundamental elements of musical activities in Primary Education, as well as listening to, reading and writing music, singing or playing instruments.

### **Key words:**

Movement, music, dance, Primary Education.

### **Résumé :**

L'objectif principal de ce document est de proposer des orientations méthodologiques pour le développement des activités musicales dans le cadre de l'enseignement primaire partant de la perspective du mouvement et de la danse. À cette fin, nous avons conçu un «protocole» dont le contenu musical est divisé en six compétences de base qui sont le langage musical, l'écoute, le chant, le jeu musical, la danse, la connaissance et l'être. Ce protocole est un cursus basé sur la musique de référence de l'enseignement primaire de ces dernières décennies. Le deuxième objectif de cette étude est de proposer une approche globale du phénomène musical qui inclut le mouvement et la danse comme éléments fondamentaux de l'activité musicale dans l'enseignement primaire, en complément de l'écoute, de la lecture et de l'écriture musicale ainsi que du chant ou de la pratique instrumentale.

### **Mots clés:**

Mouvement, musique, danse, enseignement primaire.

Fecha de recepción : 1-12-2011

Fecha de aceptación : 25-1-2012

## **Introducción**

El término *música* (*μουσική*) en su origen hacía referencia no solo al arte de los sonidos sino también a la poesía y la danza. Este significado reflejaba el concepto unitario que inicialmente acompañó al sonido y al movimiento, a la música y a la danza.

Con el paso de los siglos, el binomio música-danza se fue debilitando y ambas expresiones iniciaron caminos divergentes. Entre las causas de esta separación se pueden citar motivos religiosos, razones culturales, criterios estéticos e incluso un compendio de todos ellos. Como afirma Pelinski (2005), numerosos discursos musicales han prescindido de la participación del cuerpo y la experiencia corporal, negando la corporeidad y/o corporalidad inherentes a la práctica musical.

La ruptura de la unidad música-danza tuvo también sus repercusiones en diversas prácticas educativo-musicales, que obviaron la pertinencia del movimiento y la danza en el aprendizaje de la música. Si bien la música y la danza deben ser consideradas independientes y con una idiosincrasia artística y estética propias, conviene observar retrospectivamente sus orígenes cuando se trata de planteamientos educativos y de iniciación artística.

En los albores del siglo pasado, Emile Jaques-Dalcroze irrumpía en el panorama pedagógico musical con ideas "revolucionarias" que partían de una concepción del cuerpo como el instrumento *principal y primario*

que hay que “afinar” (Jacques-Dalcroze, 1921/2000). Para este autor, la música está formada de sonido y de movimiento, razón por la que considera que los estudios musicales deben ir precedidos de actividades de movimiento en las que el cuerpo se adapte al *movimiento rítmico*. Su planteamiento educativo-musical, *la rítmica Dalcroze*, supera los límites de la música, pues su finalidad es alcanzar la musicalidad del niño y el desarrollo del ser humano en su totalidad a través de la armonía entre cuerpo y mente.

Las ideas de Jaques-Dalcroze han calado profundamente en las metodologías musicales ulteriores. Desde entonces y hasta nuestros días, son numerosos los ámbitos de estudio que ponen de relieve la relación entre movimiento y música, aunque no podamos decir que sean muy abundantes los trabajos que versan sobre dicha temática.

Entre los estudios realizados merece la pena destacar el de Helmut Moog (1976) sobre la influencia de la imposibilidad de movimiento en la percepción rítmica de alumnado con y sin discapacidad mental y/o física y el de M. Ángeles Bermell (1999) que desarrolló un programa de intervención basado en la música-movimiento como optimizador del aprendizaje. También son interesantes los trabajos de Jane W. Davidson (2001) o Jay Juchniewicz (2008) que relacionaron la percepción musical con el movimiento. Más centrados en el ámbito de la educación musical, son de obligada referencia los estudios llevados a cabo por José Retra (2008), en donde se relaciona el movimiento espontáneo con la actividad instrumental en niños y niñas en edad preescolar y el de G. Vicente (2010) sobre las actividades de movimiento en el aula de música. En el campo de la neurociencia, podemos señalar los realizados por Haueisen y Knösche (2001) y Zatorre y Halpern (2005) que constatan la relación entre los sistemas cerebrales auditivos y motores durante la imaginación de una producción musical.

El trabajo que a continuación se presenta queda enmarcado en el ámbito de la Didáctica de la Música. Tiene como objetivo principal ofrecer al docente de música de Educación Primaria pautas metodológicas orientativas para la planificación de actividades de movimiento y danza. A tal fin se ha diseñado un “protocolo” o propuesta de actuación, que tiene como finalidad definir unos ámbitos de trabajo de los contenidos musicales desde una perspectiva del movimiento y la danza. No pretende ser un plan cerrado de contenidos/actividades o un listado de tareas a modo de recetario, no obstante en algunas ocasiones se citarán algunos ejemplos de ejercicios.

## 1. Proceso de creación

Para la creación de esta propuesta los principales documentos de referencia han sido los currículos españoles de Educación Primaria contemplados en los Reales Decretos 1344/1991 (BOE de 13-9-1991), 115/2004 (BOE de 7-2-2004), 1513/2006 (BOE de 8-12-2006), y en la Orden ECI 2211/2007 (BOE de 20-7-2007). Junto a éstos, otras fuentes consultadas son la monografía de Hasselbach (1978) sobre principios básicos de la educación del movimiento, en la que destaca su progresión de ejercicios de danza (tipos de movimientos y sus elementos); el trabajo de Herrera (1994) de gran interés por su proyección del movimiento en las actividades musicales y el de Schinca (2000) por sus aportaciones relacionadas con la expresión corporal.

Nuestro punto de partida ha sido establecer diferentes ámbitos temáticos o núcleos de competencias que consideramos que deben estar presentes en el momento de planificación de la actividad educativo-musical. Los ámbitos adoptados tratan de dar respuesta a las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Cómo puede el movimiento (y la danza) favorecer la experiencia, aprehensión y consolidación de conceptos y procesos musicales?
- ¿Qué contenidos, actividades o recursos relacionados con el movimiento pueden ser apropiados para implementar la expresión vocal y canto, la expresión instrumental, la percepción auditiva y audición, el conocimiento del arte y cultura musicales, los valores y las actitudes, el lenguaje musical y el lenguaje corporal?

El resultado de las respuestas obtenidas configura el mapa conceptual que se presenta en la *Figura 1*. Todos los ámbitos han sido definidos en infinitivo, excepto el relativo al Lenguaje Musical, por considerarlo más un medio que permite la aproximación al fenómeno musical que como un fin en sí mismo. Si bien este carácter operativo posiciona al lenguaje musical en un “segundo plano”, su instrumentalidad y transversalidad le concede un lugar privilegiado al estar presente en todos los ámbitos señalados. Ubicado en la base del organigrama, a partir de él y siguiendo el sentido de las agujas del reloj se organizan todos los núcleos competenciales en los que incide el movimiento en la Educación Musical. Éstos oscilan desde ámbitos más concretos y exclusivamente musicales hasta otros más generales e interdisciplinares.

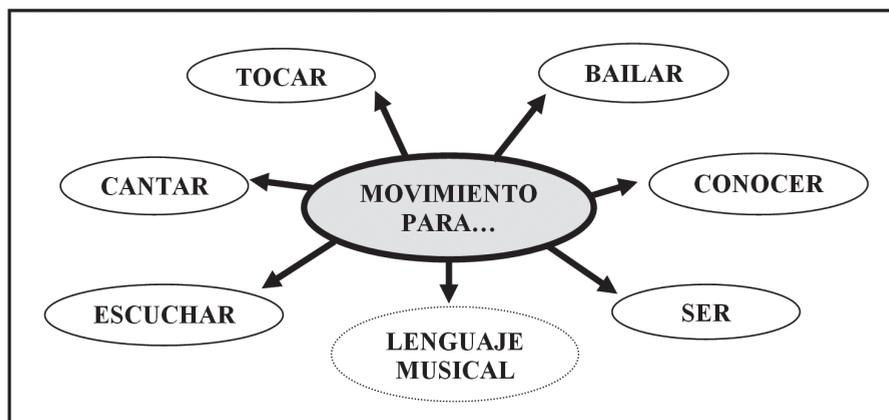


Figura 1: Ámbitos de competencias educativo-musicales en los que incide el movimiento

## 2. Desarrollo de los ámbitos de competencias educativo-musicales desde una perspectiva del movimiento

A continuación se amplían los ámbitos establecidos en el apartado anterior, divididos en epígrafes que agrupan diferentes aspectos o elementos relacionados con cada núcleo competencial. A partir del mapa conceptual propuesto (Fig. 1), todos los subapartados llevan por título “Movimiento para” seguido del ámbito al que hacen referencia. A su vez, todos los subtítulos inician su enunciado con la palabra *movimiento*, para destacar su carácter operativo/instrumental. En la *Figura 2* (apartado de conclusiones), se presenta un resumen de todos ellos.

### 2.1. Movimiento para el lenguaje musical

En este apartado se abordan las posibilidades que el movimiento ofrece para favorecer la percepción y expresión de elementos básicos del lenguaje musical como son: los parámetros del sonido, el ritmo (pulso, subdivisión y acento), el tiempo, la frase musical y la representación de sonidos en el pentagrama.

### 2.1.1. MOVIMIENTO ASOCIADO A SONIDO, SILENCIO Y RUIDO

Trabajar los conceptos de silencio, ruido y sonido desde un enfoque del movimiento ampliará considerablemente los canales de percepción y favorecerá la interiorización de los mismos. A su vez, los movimientos serán un buen indicador de la percepción sonora mediante la constatación visual que éstos proporcionan. Podemos pedir al alumnado que establezca asociaciones entre *sonido/movimiento* y *silencio/quietud*, o *sonido/movimiento ordenado* y *ruido /movimiento desordenado*, sin olvidar aquéllas que durante la práctica sean propuestas por el alumnado y/o el profesorado y consensuadas por todo el grupo de clase. En la mayoría de los casos se partirá del sonido para generar el movimiento, pero en otros, será este último el que exija una asociación sonora acorde a sus características.

Con respecto a las cualidades del sonido, la actividad corporal es un medio idóneo para su experimentación y expresión. Cuando trabajamos el *timbre*, los movimientos podrán ser un buen elemento motivador y un recurso nemotécnico. No es extraño que al escuchar el sonido de un instrumento evoquemos mentalmente la imagen del movimiento que hace el músico para producirlo. En relación con la *intensidad*, se establecerán asociaciones entre la intensidad del sonido y la amplitud y energía del movimiento. La asociación con la amplitud no presenta grandes dificultades, pues en muchas ocasiones producir sonidos fuertes con los instrumentos requiere amplios movimientos. La asociación con la energía exige mayor nivel de abstracción, sobre todo por la dificultad para visualizar la energía que el alumnado emplea en sus movimientos. Sin embargo, la práctica de estos ejercicios repercutirá favorablemente en el dominio corporal y técnicas de relajación relacionadas con la interpretación musical. Las actividades que se diseñen tendrán como principal objetivo la experimentación y expresión de contrastes súbitos y cambios progresivos de intensidad musical.

La tercera cualidad del sonido, la *duración*, se percibe con facilidad en los movimientos y el alumnado es capaz de realizar de forma intuitiva asociaciones entre la duración del sonido y el movimiento. Además, muchos términos describen conceptos sonoros y espaciales indistintamente: un sonido puede ser largo al igual que un paso o un movimiento también puede serlo. Los primeros conceptos que se trabajarán serán *largo* y *corto*, para pasar posteriormente a la experiencia de las diferentes dura-

ciones de las figuras y células rítmicas básicas a través del movimiento: andar, andar lento, correr, salticar, trotar...

Por último, con respecto a la *altura*, partiremos del movimiento sonoro y asociaremos movimientos corporales que suben o bajan con sonidos *ascendentes* y *descendentes*. En una segunda fase, iniciaremos al alumnado en la asociación de diferentes alturas de sonido con los niveles inferior, medio y superior de movimiento. Algunos ejemplos más elaborados de este tipo de actividades serían todos los sistemas de asociación de notas a los niveles corporales, como pueden ser los *gestos fononímicos* que utilizan algunas de las metodologías musicales modernas.

### 2.1.2. MOVIMIENTO Y ELEMENTOS DEL RITMO

En este apartado nos referimos a la experiencia y vivencia de los elementos básicos del ritmo (pulso, subdivisión del tiempo y acento) desde una perspectiva motriz, especialmente a través de las formas básicas de desplazamiento como se ha propuesto para trabajar la *duración* del sonido. Caminar o balancearse mientras se escucha música ayudará a vivenciar el pulso y permitirá que el alumnado vaya ajustando el ritmo de sus movimientos a la pulsación musical. Posteriormente, se introducirán ejercicios para experimentar la subdivisión del tiempo, en donde el paso será sustituido por la carrera. La adaptación de la carrera a la división del pulso requerirá de muchos ejercicios hasta que los pasos de nuestros alumnos y alumnas alcancen la justeza rítmica deseada. Por último, se asociará acento a caminar lento, mediante la inhibición de los pasos cuando no sea el primer tiempo de cada compás.

Estrechamente relacionadas con las actividades anteriores se encuentran aquéllas de iniciación a la métrica a través de movimientos. En esta categoría se incluyen todos los ejercicios de combinaciones de las formas básicas de movimiento siguiendo una métrica determinada: compases simples y compuestos, cambios de metro, métrica libre...

### 2.1.3. MOVIMIENTO Y TIEMPO MUSICAL

Todos nuestros movimientos se realizan en un tiempo determinado, lo que otorga a la actividad corporal un papel fundamental a la hora de adentrarnos en el concepto de *tempo* musical. La finalidad de estas actividades será la vivencia, discriminación, reconocimiento y reproducción de tiempos rápidos y lentos a través movimiento del cuerpo o alguna de sus partes. Más tarde, se ampliarán las posibilidades de gradación

(*presto, allegro, andante, adagio, largo...*) y se introducirán cambios progresivos y súbitos de *tempo*.

#### 2.1.4. MOVIMIENTO Y FRASE MUSICAL

Los elementos de la frase musical (semifrases, incisos, cadencias, respiraciones, dirección melódica...) pueden ser reflejados en el fraseo del movimiento y, a través de éste, visualizar e interiorizar dichos conceptos musicales. La adaptación del fraseo del movimiento al fraseo musical puede trabajarse, entre otras formas, mediante la asociación de cadencias musicales a la suspensión o reposo del movimiento; la expresión de la simetría de las semifrases a la repetición de secuencias de movimientos; o la coincidencia de la respiración musical con el proceso de inspiración y espiración del aire para marcar el comienzo o fin de un movimiento.

#### 2.1.5. MOVIMIENTO Y APRENDIZAJE DE LAS NOTAS MUSICALES

La disposición de las notas en el pentagrama es un aspecto que puede trabajarse perfectamente desde el ámbito motriz. A partir de las ideas de Jaques-Dalcroze, el *pentagrama corporal* (pentagrama gigante dibujado en el suelo) permite al alumnado desplazarse sobre las líneas o espacios según un criterio o consigna. De esta forma, además de presentar la lectura de notas como una actividad lúdica, la imbricación de diferentes sentidos y la acción corporal favorecerán la memorización de su posición en el pentagrama.

## 2.2. Movimiento para escuchar

Con la expresión *movimiento para escuchar* nos referimos a las propuestas o planteamientos didácticos de movimiento que favorecen la apreciación auditiva y la escucha comprensiva, bien durante la audición musical propiamente dicha, o bien cuando se trata de la aproximación a un estilo musical y la comprensión de conceptos musicales.

#### 2.2.1. MOVIMIENTO DURANTE LA AUDICIÓN MUSICAL

El presente ámbito queda circunscrito a las actividades de audición de una obra musical, si bien el proceso de escucha está presente en la mayoría de los ámbitos contemplados en los apartados anteriores. El *movimiento durante la audición musical* hace referencia a todo tipo de

respuestas corporales a los aspectos musicales que se escuchan en las actividades de audición. Estas respuestas son utilizadas como una forma de evaluación del proceso de audición y, al mismo tiempo, permiten que la percepción se realice a otros niveles además del auditivo. En los niveles más elementales, podría comenzarse con aspectos o elementos muy significativos de la audición para facilitar su discriminación, como, por ejemplo, dar un salto cuando se escucha determinado motivo melódico, modificar la forma de caminar cuando cambia el compás... Siempre que sea posible, debemos pretender que la relación entre la música y el movimiento sea la máxima posible para favorecer una mejor asimilación del concepto musical. A modo de ejemplo, en la consigna “cambia de dirección cuando cambia la intensidad”, la relación música-movimiento es menor que si pedimos que caminen con pasos muy livianos cuando la música sea *piano* y con pasos enérgicos cuando sea *forte*.

#### 2.2.2. MOVIMIENTO Y AUDICIÓN DE DIFERENTES ESTILOS MUSICALES

Siempre que bailamos o hacemos una actividad de movimiento con música estamos escuchando una obra concreta y, consecuentemente, un estilo musical determinado. Por este motivo, a través de estas actividades se está favoreciendo constantemente la aproximación del alumnado a diferentes manifestaciones artístico-musicales. Evidentemente, la selección y secuenciación de audiciones no dependerá exclusivamente de los ejercicios de movimiento o de la danza que planteemos. No obstante, la experiencia nos demuestra que cualquier aproximación a un determinado género, estilo o época musical tiene más probabilidades de éxito de aprendizaje si incorpora actividades de movimiento en algunas de las audiciones. Por último, conviene tener presente que cualquier actividad de movimiento con música y/o danza es también un ejercicio de audición.

#### 2.2.3. MOVIMIENTO Y FORMA MUSICAL

La finalidad de estas actividades será la experiencia y expresión de los elementos formales mediante el movimiento. En una primera fase, partiremos de la coincidencia de series de movimientos con cada frase o sección del fragmento musical seleccionado. Se pretenderá asociar de forma vivencial y no consciente los movimientos o pasos coreográficos con la duración de la frase, el fraseo, las cadencias... Más tarde, las asociaciones serán más conscientes y se intentará identificar la sección

musical con la coreografía correspondiente. Además, el movimiento es un recurso muy adecuado para visualizar las formas musicales sencillas. Por ejemplo, la forma rondó se podría representar con una coreografía fija que realiza todo el grupo que se alterna con otras coreografías realizadas por diferentes grupos.

### **2.3. Movimiento para cantar**

Este apartado hace referencia a aspectos importantes de la expresión vocal y el canto, como son los ejercicios corporales preparatorios para una correcta práctica y los movimientos, gestos y coreografías que pueden acompañar canciones y prosodias.

#### 2.3.1. MOVIMIENTO PARA ADQUIRIR UNA POSTURA CORPORAL ADECUADA DURANTE LA PRÁCTICA VOCAL

La posición adecuada del cuerpo durante la práctica del canto es fundamental para una optimización de los recursos vocales de nuestras alumnas y alumnos. A través del movimiento tomaremos conciencia de todos los elementos y aspectos que deben tenerse en cuenta para adoptar una postura corporal adecuada: pies ligeramente abiertos, espalda recta, hombros relajados, cuello estirado con la barbilla levemente hacia abajo. Las actividades estarán enfocadas a la adquisición de hábitos posturales correctos, la detección y corrección de posturas inadecuadas y la realización de ejercicios preparatorios para la práctica del canto.

#### 2.3.2. MOVIMIENTO PARA FAVORECER UNA RESPIRACIÓN APROPIADA PARA LA PRÁCTICA MUSICAL

Los movimientos del cuerpo o de algunas de sus partes constituyen unos de los recursos más idóneos para trabajar la respiración en el aula de música. Éstos nos ayudarán a adquirir una buena técnica respiratoria debido a que aumentan la capacidad pulmonar, permiten focalizar la atención en las partes del cuerpo implicadas en el proceso respiratorio y pueden favorecer la apreciación de las diferentes fases de dicho proceso. Los ejercicios versarán sobre la experiencia y observancia de inspiración nasal y espiración bucal asociados a movimientos (aislados o sucesivos), la adquisición de la respiración diafragmática e intercostal, la sincronización de la respiración con el movimiento y el incremento de la capacidad pulmonar.

### 2.3.3. MOVIMIENTO PARA DESARROLLAR LAS POSIBILIDADES EXPRESIVAS DE LA VOZ

Bajo este epígrafe se agrupan ejercicios de articulación, vocalización, fonación y resonancia que utilizan el movimiento para facilitar su ejecución. Su finalidad principal será la exploración de las posibilidades expresivas de la voz utilizando el movimiento corporal como apoyo y/o estímulo. Un ejemplo de ello sería la asociación de glissandos vocales a movimientos ascendentes y descendentes de los brazos o todo el cuerpo.

### 2.3.4. MOVIMIENTO PARA ACOMPAÑAR CANCIONES Y PROSODIAS

Sin duda, una de las aportaciones por antonomasia del movimiento a las actividades de canto en el aula es la realización de canciones mímicas y/o coreografiadas. Los gestos son un buen recurso nemotécnico del texto, al mismo tiempo que lo ilustran y favorecen su expresión. Los ejercicios podrán oscilar desde un simple balanceo o marcha que acompaña el pulso o acento de la canción/prosodia, hasta coreografías relacionadas con los aspectos musicales y/o expresivos más destacados

## 2.4. Movimiento para tocar

Cualquier instrumentista necesita realizar movimientos para generar sonidos. Dichos movimientos están íntimamente relacionados con la calidad de su producción musical, motivo por el que se recomienda incluir ejercicios corporales preparatorios a la *praxis* instrumental. Además de desarrollar las habilidades motrices necesarias para tocar un instrumento determinado, las actividades de movimiento favorecerán considerablemente otras habilidades musicales, como la coordinación rítmica y la expresión musical (articulación, acentuación, matices de intensidad...).

### 2.4.1. MOVIMIENTO PARA UNA POSTURA CORPORAL ADECUADA DURANTE LA PRÁCTICA INSTRUMENTAL

Además de los aspectos tratados anteriormente relacionados con la postura corporal para la práctica vocal (espalda recta, hombros relajados, pies ligeramente abiertos...), en éste se incluyen los hábitos posturales correctos relacionados con la posición adecuada específica de brazos, codos, manos y dedos, requerida por los instrumentos que se practican habitualmente en el aula, principalmente los de percusión y la flauta dulce.

#### 2.4.2. MOVIMIENTO COORDINADO CON INSTRUMENTOS DE PERCUSIÓN

La práctica de los instrumentos de percusión corporal y PAI (Percusión de Altura Indeterminada) combinada con la realización de formas básicas de movimiento, como andar, correr, saltar, botar, girar... exige de habilidades rítmicas y de coordinación necesarias en el desarrollo musical del alumnado. La integración de estos instrumentos en desplazamientos y pasos de danza afianza el sentido del pulso y la disociación corporal. En un primer estadio, los esquemas rítmicos que se percutan deben ser sencillos o bien realizarlos de forma alternada con el movimiento, para pasar progresivamente a esquemas más complejos y de forma simultánea. Un claro ejemplo de este tipo de actividades se encuentra en todas las danzas que incorporan castañuelas, palillos u otros instrumentos similares.

#### 2.4.3. MOVIMIENTO PARA LA COORDINACIÓN Y LA RELAJACIÓN EN LA PRÁCTICA INSTRUMENTAL

Es difícil concebir una práctica instrumental exenta de coordinación y relajación, al igual que éstas no pueden ignorar la actividad corporal y el movimiento. Dentro de esta categoría se incluyen todos los ejercicios preparatorios para la práctica específica de determinados instrumentos. Partiendo de una postura adecuada y relajada, las actividades se centrarán en el movimiento de muñecas para percutir de forma relajada, la agilidad y el fortalecimiento de dedos para tocar la flauta, la coordinación óculo-manual y la disociación de manos y dedos para los instrumentos de láminas. En los últimos niveles de la etapa, se pretenderá que el alumnado haya sistematizado una serie de ejercicios preparatorios útiles para su práctica instrumental diaria.

#### 2.4.4. MOVIMIENTO PARA ACOMPAÑAR INSTRUMENTACIONES

La interpretación de montajes instrumentales acompañados de movimiento expresivo y/o coreografías permitirá al alumnado una doble aproximación al hecho sonoro, desde los instrumentos y desde el movimiento de su cuerpo. La alternancia del rol de instrumentista y bailarín desarrollará habilidades como acompañante y requerirá la continua adaptación de la música al movimiento y viceversa, de ahí la importancia de la cohesión entre la sección musical y la coreográfica.

## 2.5. Movimiento para bailar

Si bien en todos los apartados anteriores hemos señalado las aportaciones del movimiento a los distintos procesos musicales, en este ámbito se contemplan sus contribuciones al lenguaje corporal y, por lo tanto, podríamos decir que adquiere también un carácter autónomo con respecto a los contenidos propiamente musicales. Por este motivo, en esta “meta-sección” el enunciado de sus subapartados variará con respecto al resto de ámbitos y el sustantivo *movimiento* aparecerá al final para enfatizar la finalidad del mismo. Todas las categorías incluidas están contextualizadas en el aula de música, aunque es obvio que también se desarrollarán en otras materias, principalmente en Educación Física.

### 2.5.1. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES DE MOVIMIENTO

En esta categoría se incluirían todas aquellas actividades que implican la exploración y utilización de las posibilidades motrices del cuerpo. Aunque no siempre esté reflejado en nuestra planificación, las actividades motrices en el aula de música permiten al alumnado conocer las diferentes opciones de movimiento y los elementos que intervienen en él, que posteriormente podrán ser utilizados con fines expresivos, tanto musicales como corporales.

### 2.5.2. LATERALIDAD, CONTROL POSTURAL Y EQUILIBRIO EN EL MOVIMIENTO

La lateralidad, el control postural y el equilibrio son esenciales en los procesos de percepción corporal. Son elementos intrínsecos a la danza, aunque también se trabajan desde el ámbito musical. La toma de conciencia de una postura correcta o la coordinación de brazos, manos o dedos durante una instrumentación, por poner un ejemplo, son una muestra de la contribución al desarrollo de dos aspectos fundamentales del esquema corporal como son la lateralidad y el control postural. El equilibrio, a diferencia, se trabajará casi en exclusiva en las danzas y ejercicios de movimiento propiamente dichos.

### 2.5.3. FORMAS BÁSICAS DE MOVIMIENTO

Entendemos por formas básicas de movimiento todas las actividades motrices que implican un cambio de lugar o de posición del cuerpo. Aunque son contenidos desarrollados principalmente en Educación Física, todos los ejercicios coreográficos y danzas se estructuran a partir

de dichas formas básicas (andar, correr, saltar, botar y girar) y son un medio idóneo para experimentar corporalmente los elementos rítmicos. En Educación Musical, se trabajarán las formas básicas en las actividades de reproducción de figuras y células rítmicas con movimiento y en los diferentes pasos de danza (paso cruzado, de vals, de polca, de branle...).

#### 2.5.4. ESPACIO Y MOVIMIENTO

El espacio es una de las cualidades más importantes del movimiento y, por lo tanto, estará siempre presente en todos los contenidos relacionados con el lenguaje corporal. Los elementos espaciales que intervienen en las actividades musicales con movimiento son: el espacio individual y colectivo; las trayectorias (libres o dirigidas); las direcciones (delante-detrás, a los lados, arriba-abajo); las formaciones (círculo, fila, cuadrado...); los agrupamientos (individual, parejas, cadenas...); los niveles (inferior, medio y superior); y las formas (abiertas y cerradas).

El profesorado de música debe ser consciente de los elementos espaciales que se están trabajando en sus actividades de movimiento, para poder utilizar al máximo su potencial expresivo.

#### 2.5.5. TIEMPO Y MOVIMIENTO

Todos los ejercicios motrices se realizan en un tiempo concreto y a una velocidad determinada. Esta cualidad importante del movimiento se trabajará de forma paralela cuando realicemos actividades sobre el *tempo* musical desde una perspectiva corporal. Estas atenderán, principalmente, a la realización de movimientos rápidos y lentos, de larga y corta duración, bien sean de forma libre o dirigida (siguiendo estímulos y consignas corporales / musicales) y, por último, con cambios graduales y súbitos de tiempo.

#### 2.5.6. ENERGÍA Y MOVIMIENTO

La última cualidad del movimiento hace referencia al dominio de la energía necesaria para producirlo y la utilización de las posibilidades expresivas que ésta ofrece. Este contenido está estrechamente relacionado con el ámbito de actividades destinado a experimentar y expresar la intensidad musical mediante ejercicios motrices, aunque en esta sección su finalidad es más corporal que musical. Se realizarán movimientos sencillos con diferente intensidad (suave y fuerte/tenso), con todo el cuerpo o partes del mismo y, finalmente, se incluirán cambios progresivos y súbitos de energía.

#### 2.5.7. LA RELAJACIÓN CORPORAL Y MOVIMIENTO

La relajación es una técnica indispensable para el dominio del lenguaje corporal pero su adquisición conlleva un proceso dilatado en el tiempo. Las actividades que se planteen serán muy básicas y sencillas y su finalidad será crear hábitos en el alumnado que favorezcan el desarrollo posterior de una técnica más compleja. Comenzaremos con relajaciones activas de forma global para pasar progresivamente a determinadas partes del cuerpo. Igualmente, con la práctica aumentará la duración de los ejercicios y el número de consignas disminuirá.

#### 2.5.8. POSIBILIDADES EXPRESIVAS Y CREATIVAS DEL CUERPO EN MOVIMIENTO

Muchas actividades de movimiento que se realizan en el aula pueden tener un carácter expresivo, todo dependerá de la intención de comunicación de quién lo realiza y quién lo percibe. El punto de partida será la exploración de los diferentes elementos corporales y sus posibilidades expresivas y de creación. Se estimulará todo tipo de respuestas corporales ante diferentes estímulos musicales y no musicales. Posteriormente, aumentaremos el nivel de exigencia pidiendo a los niños y niñas que utilicen códigos, propios o ajenos, para expresar a través de sus movimientos imágenes, historias, ideas concretas o, incluso, sentimientos y sensaciones. La imitación, espontaneidad y la improvisación serán un recurso muy utilizado en la expresión corporal y serán un medio muy adecuado para fomentar la creatividad del alumnado. Algunos ejemplos de estas actividades son los cuentos instrumentales dramatizados, las canciones con gestos, juegos de estatuas con audiciones...

#### 2.5.9. DANZA

La danza es la actividad en donde la relación música-movimiento queda perfectamente constatada y a través de ella podrán trabajarse numerosos conceptos musicales. No obstante, no debemos olvidar que la danza en el currículum de música tiene entidad propia, independientemente de sus aportaciones a la educación musical. Por este motivo, la selección del repertorio no debe atender sólo a criterios musicales, de procedencia u origen, temáticos, etc., sino también a determinados elementos coreográficos. Este repertorio podrá incluir coreografías didácticas (aquellas creadas con una finalidad educativa específica), danzas populares y tradicionales, estilos de danza moderna y danza social. Igualmente, no deben ser relegados al olvido ejercicios de creación de coreografías

muy sencillas de forma dirigida, semidirigida o libre, siguiendo consignas musicales y/o corporales.

## **2.6. Movimiento para conocer**

En este apartado se expone cómo el movimiento y la danza pueden ser el estímulo o idea que genera conocimientos sobre aspectos relacionados con el patrimonio artístico y cultural, los espectáculos y sus normas de funcionamiento, el mundo de la danza o la utilización de las TIC en la creación de montajes musicales y/o coreográficos.

### **2.6.1. EL MOVIMIENTO EN LAS MANIFESTACIONES TRADICIONALES, POPULARES Y ARTÍSTICAS**

A través de las actividades de danza y movimiento se pueden conocer numerosas manifestaciones que forman parte del patrimonio artístico y cultural. Éstas expresan la idiosincrasia de un colectivo, por lo que serán un medio para percibir y entender las expresiones artísticas de los otros, al mismo tiempo que ubicar y valorar el “hecho” musical en su globalidad. Las actividades que se propongan deberán abarcar los diferentes ámbitos de relevancia: local/regional, del país y del mundo. La selección de estas manifestaciones artísticas atenderá, preferiblemente, al criterio de proximidad al alumnado.

### **2.6.2. MOVIMIENTO PARA FOMENTAR LA ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN A ESPECTÁCULOS DANZA Y MÚSICA**

La participación en eventos educativos, culturales o sociales relacionados con la danza y/o el movimiento, ya sea como público o como artista, facilitan la puesta en práctica de numerosos contenidos que van más allá de las disciplinas de la danza y de la música y se circunscriben en el de los valores y actitudes. Entre ellos podrían mencionarse el gusto por el trabajo bien hecho, la observación de las normas de funcionamiento y comportamiento durante un espectáculo, la valoración del trabajo en equipo asumiendo responsabilidades, el disfrute con la actividad musical y corporal... Las actuaciones en diferido podrían compensar la imposibilidad de asistir a alguna actuación en directo, pero solo parcialmente, debido a que únicamente se trabajarían contenidos conceptuales dejando excluidos los importantes procedimientos y valores que estas actividades reportan.

### 2.6.3. MOVIMIENTO PARA DISEÑAR ACTIVIDADES DE DANZA Y MÚSICA UTILIZANDO LAS TIC

Con este enunciado estamos haciendo referencia a la utilización de las TIC para la creación de montajes musicales con danza y/o movimiento. Algunas de las posibilidades de estos medios son: realización de efectos especiales y escenografía, proyecciones sincronizadas con la música, animación y representación gráfica de danzas por ordenador... La utilización de estos medios exige conocimientos previos y, en algunos casos, el dominio de programas informáticos especializados. Por este motivo, estas actividades se iniciarán en los últimos cursos de Educación Primaria y se desarrollarán en la etapa posterior.

### 2.6.4. MOVIMIENTO PARA CONOCER EL MUNDO DE LA DANZA

Existen actividades relacionadas con el movimiento y la danza que no involucran movimiento alguno, aunque no por ello deben quedar fuera del planteamiento que proponemos en este trabajo. Éstas versan sobre el conocimiento del mundo de la danza: evolución histórica, función social, aspectos culturales, su relación con los medios de comunicación, etc. Entre las posibles actividades se encuentran: comentarios de texto, proyecciones y debates, búsqueda de información y realización de proyectos, entrevistas... Siguiendo la pauta metodológica de vivenciar y experimentar antes que reflexionar, estas actividades quedarían relegadas a los últimos cursos de la etapa.

## 2.7. Movimiento para ser

El último apartado de este protocolo ha sido destinado a señalar y enfatizar algunos valores y actitudes que las actividades de movimiento y danza pueden favorecer en el alumnado. Entre ellos se encuentran: la valoración del cuerpo como medio de expresión, la adopción de una actitud desinhibida y espontánea durante la práctica corporal, la valoración del trabajo en equipo, la apreciación de las producciones artísticas y el disfrute con la realización de danzas y coreografías.

### 2.7.1. MOVIMIENTO PARA VALORAR EL CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESIÓN

La expresión de ideas, sentimientos y emociones es un aspecto inherente a las manifestaciones artísticas, en las que están incluidas la música y la danza. Las actividades corporales que se planteen deben permitir la ex-

perencia y vivencia de procesos de comunicación que favorezcan una posterior valoración del propio cuerpo como medio de expresión. En el ámbito de Educación Primaria, *valoración* no es sinónimo de emisión de un *juicio de valor*, sino más bien una apreciación de un valor a través de situaciones que permitan el contacto con manifestaciones puntuales y concretas del mismo. La puesta en común de las sensaciones y sentimientos que se ha experimentado después de la práctica del movimiento será un medio idóneo para intensificar su potencial expresivo y comunicativo.

#### 2.7.2. MOVIMIENTO PARA LA DESINHIBICIÓN Y ESPONTANEIDAD CORPORAL

La desinhibición y espontaneidad de gestos y movimientos pueden ser una información tangible de aspectos de la personalidad del alumnado como la autoestima, el autoconcepto, el nivel de aceptación en el grupo-clase, la creatividad... Con anterioridad, hemos mencionado la pertinencia del movimiento espontáneo y la improvisación corporal para favorecer el movimiento expresivo y creativo. Pero además, en el ámbito axiológico en el que nos encontramos, es de vital importancia la actitud del profesorado, de lo contrario los procesos de desinhibición corporal de nuestro alumnado se verán gravemente truncados. El profesor o profesora es el primero que debe presentar de forma desinhibida las actividades y ejemplos que propone y debe respetar las propuestas o interpretaciones corporales que el alumnado realiza, así como reforzarlas positivamente.

#### 2.7.3. MOVIMIENTO PARA VALORAR EL TRABAJO GRUPAL

Las actividades de movimiento en el aula de música se realizan casi siempre en grupo e implican interacción entre los distintos participantes. Su carácter social y grupal está presente en numerosas situaciones que abarcan desde el simple contacto físico hasta actitudes y formas de relacionarse con los demás. Entre éstas destacamos: la disposición para coordinar la propia acción con la del grupo, el interés y respeto ante las nuevas propuestas de los compañeros, la aportación de ideas y soluciones que favorezcan la integración del grupo y la calidad de la interpretación.

#### 2.7.4. MOVIMIENTO PARA APRECIAR LAS PRODUCCIONES ARTÍSTICAS

El acercamiento a una manifestación artística conlleva una aproximación a las gentes, épocas, momentos, etc., que forman o han formado

parte en su creación. La aproximación a determinados contextos sociales y culturales facilitará traspasar los parámetros artísticos y estéticos comprendidos en las producciones coreográficas-musicales para ubicarnos en el ámbito de lo humano y lo ético, que posibilita el entendimiento, la comprensión y la tolerancia. Ante las producciones artísticas de movimiento y danza, nuestras actividades deberán ir impregnadas de contenidos actitudinales, entre los que enfatizamos: la valoración y respeto del patrimonio, la tolerancia hacia las manifestaciones artísticas de otras culturas, la sensibilidad e interés ante las nuevas y la contribución a la conservación de las tradiciones culturales y artísticas.

#### 2.7.5. MOVIMIENTO PARA DISFRUTAR CON LA REALIZACIÓN DE DANZAS Y COREOGRAFÍAS

Las actividades corporales en el aula de música cuentan con una ventaja para conseguir que el alumnado disfrute con ellas: el componente hedonista y lúdico implícito en la mayoría de los ejercicios motrices infantiles. A éste debemos sumar el deleite que proporciona la sincronización música-movimiento (ritmo musical-ritmo corporal) y la coordinación grupal. El planteamiento y la metodología del profesorado serán fundamentales para disfrutar a través de las actividades de movimiento. Las danzas y coreografías se enseñarán por imitación siempre que sea posible, evitando largas explicaciones teóricas. Prescindiremos de repeticiones excesivas de pasos que necesiten un largo proceso de asimilación. Se optará por distribuir en varias sesiones el aprendizaje de las diferentes secciones del montaje, así como dosificar las exigencias y niveles de calidad. Por último, el repertorio debería incluir numerosos elementos atractivos y motivadores, dejando las dificultades extremas para niveles superiores o profesionales.

### 3. Conclusiones

En el presente trabajo hemos pretendido dejar constancia de la viabilidad y el potencial de las actividades de movimiento para aprehender conceptos y procedimientos musicales. Es posible que el elemento motriz y corporal esté presente en nuestras aulas de música, sin embargo, en ocasiones su presencia no está sistematizada, tiene un carácter secundario y su inclusión está supeditada a terceras actividades.

Por este motivo, proponemos que se tengan en cuenta en el momento de la planificación de los contenidos musicales otras formas de aproximación al fenómeno musical además de la escucha, la lectura y escritura musical o la práctica instrumental. Igualmente, instamos a la inclusión del movimiento y la danza en la práctica musical diaria y a diseñar y plantear nuestras actividades musicales desde una perspectiva motriz.

Así mismo, además de entender el movimiento como un “recurso” que nos permita la adquisición de conceptos musicales, no debemos olvidar que la danza, como arte con entidad propia, posee un lenguaje y unos elementos específicos. Teniendo en cuenta el contexto curricular actual de la Educación Musical en España, que integra a la danza como parte del mismo, dicho lenguaje no puede ser ignorado en un planteamiento educativo musical integral. Deberíamos preguntarnos, por ejemplo, si cuando incluimos una danza en nuestro repertorio de clase lo hacemos atendiendo solo a criterios musicales y si están presentes criterios coreográficos. Otra posible reflexión sería analizar las razones por las que se practican más danzas en círculo o en filas que danzas con otras formaciones coreográficas. Este tipo de cuestiones nos podrían indicar el nivel de inclusión de los contenidos específicos de danza en nuestra praxis docente.

Somos conscientes de los altos niveles de exigencia requeridos para poner en práctica todos elementos incluidos en los ámbitos establecidos en nuestro protocolo, pero es necesario que el profesorado de música conozca la amplitud de posibilidades que el movimiento y la danza ofrecen para poder tener la opción de adaptarlas a su realidad educativa concreta.

Para concluir, presentamos a modo de resumen un mapa conceptual (*Figura 2*) que incluye todos los elementos desarrollados a lo largo de este trabajo.

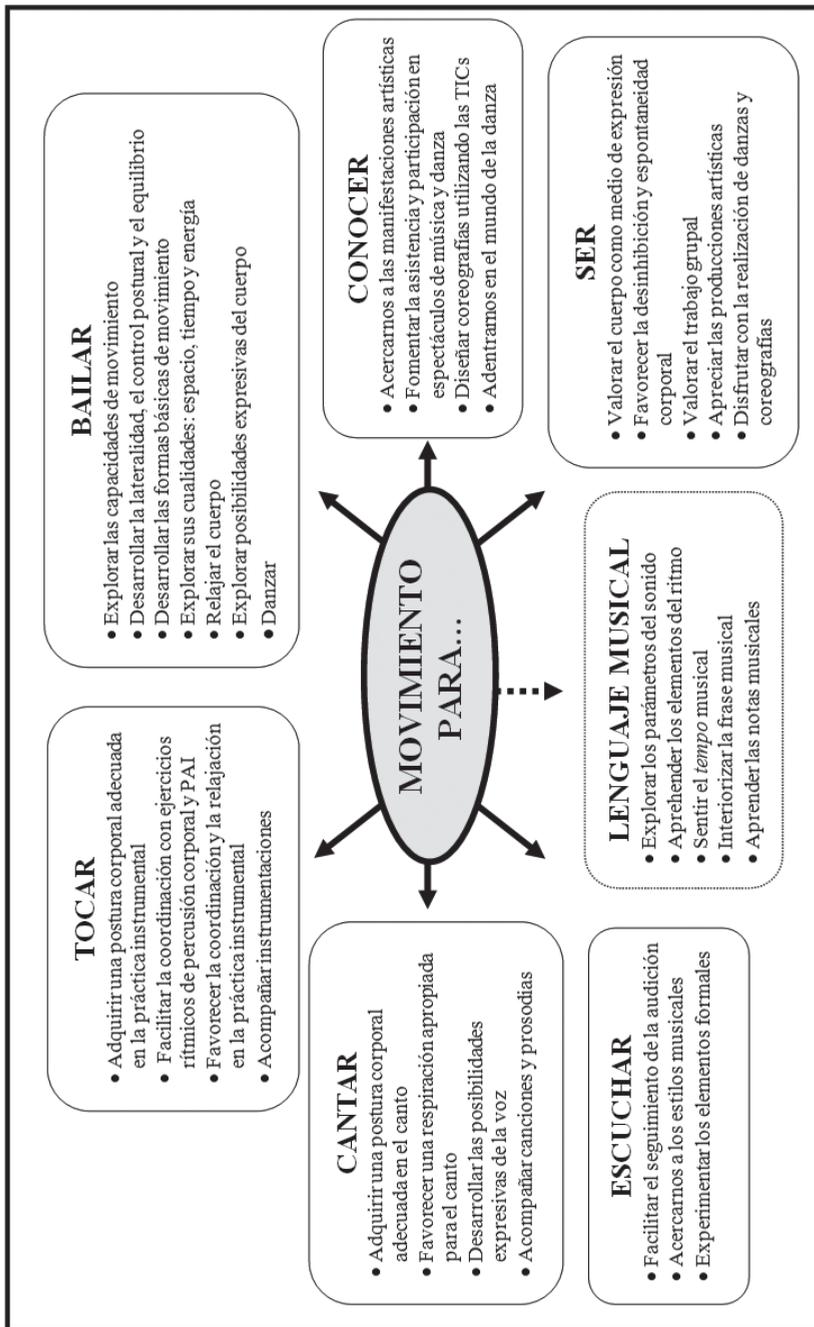


Figura 2: Mapa conceptual de los ámbitos de competencias educativo-musicales en los que incide el movimiento

## Referencias bibliográficas

- Bermell, M. A. (1999). *Evaluación de un programa de intervención basado en la música-movimiento como optimizador del aprendizaje en la Educación Primaria*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología, Valencia, España.
- Davidson J. W. (2001). The role of the body in the production and perception of solo vocal performance: A case study of Annie Lennox. *Musicae Scientiae*, 5 (2), 235-256.
- Hasselbach, B. (1978). *Dance Education*. London: Schott.
- Hauelsen, J. & Knösche, T. R. (2001). Involuntary Motor Activity in Pianists Evoked by Music Perception. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 13 (6), 786-792.
- Herrera, S. (1994). La importancia del movimiento en la Educación Musical. *Aula de innovación educativa*, 24, 17-21.
- Jaques-Dalcroze, E. (2000). *Rhythm, music and education* (1ª ed. 1921). Kent (R. Unido): The Dalcroze Society (Inc).
- Juchniewicz, J. (2008). The influence of physical movement on the perception of musical performance. *Psychology of Music*, 36, 417-427.
- Moog, H. (1976). *The musical experience of the pre-school child*. Londres: Schott.
- Orden ECI 2211/2007, de 12 de julio, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la Educación primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 173, de 20 de julio de 2007, pp. 31487-31566.
- Pelinski, R. (2005). Corporeidad y música. *Revista Transcultural de Música*. Recuperado el 15 de enero de 2006, de <http://www.sibetrans.com/trans/trans9/pelinski.htm>
- Retra, J. (2008). Music is Movement A Study into the Developmental Aspects of Movement Representation of Musical Activities of Preschool Children in a Dutch Music Educational Setting. En *Second European Conference on Developmental Psychology of Music*. Roehampton University, United Kingdom.
- Real Decreto 1344/1991, de 6 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 220, de 13 de septiembre de 1991, pp. 30226-30228.
- Real Decreto 115/2004, de 23 de enero, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 33, de 7 de febrero de 2004, pp. 5359-5391.
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 293, de 8 de diciembre de 2006, pp. 43053-43103.
- Schinca, M. (2000). *Expresión Corporal (Técnica y expresión del movimiento)*. Barcelona: Praxis.
- Vicente, G. (2010). Las actividades de movimiento en el aula de música. *Revista Educatio siglo XXI*, 28 (1), 209-226.
- Zatorre, R. J. & Halpern, A. R. (2005). Mental Concerts: Musical Imagery and Auditory Cortex. *Neuron*, 47, 9-12.