



UNIVERSIDAD DE ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO

ESCUELA DE DANZA

¿Cuáles son los aspectos didácticos de la danza moderna que se identifican en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario?

Alumno(s): König Pérez, Paloma Andrea

Profesor(es) guía(s): O'Ryan Morán, Verónica

Memoria para optar al grado Licenciada/o en Educación con mención

profesor /a especializado /a en Danza.

Santiago, 2021

A los 12 años comencé a bailar por primera vez de manera consciente, vivía en la región de Valparaíso. Mis primeros movimientos fueron en la calle, en el gran carnaval cultural de Valparaíso, mis primeros pasos fueron con la gente, en medio de la celebración, en medio de la multitud, en medio de donde todo sucede. En momentos así la piel se eriza, el corazón se acelera, el alma vibra, se eleva. Ese día decidí estudiar danza, no sabía cómo lo iba a hacer, solo una cosa sabía, que yo iba a ser bailarina.

Tan solo una niña decidiendo estudiar danza, sin saber nada ya era una decisión y así fue. A esa parte de mi vida la llamo determinación, convicción, confianza y valor. Tener valor para hacer lo que uno ama sin importar el panorama y adversidades de la vida, estudiar una carrera artística en lugares donde el arte no es valorado.

En mi cuarto año de universidad fui madre y ahí entendí muchas otras cosas, una de ellas era que quería que mi hija comprendiera que su mamá pudo seguir y continuar sus sueños a pesar de lo difícil que era el panorama. A mi hija Ámbar Ulani le agradezco su alegría, amor y le dedico este trabajo.

La danza me hizo conocer gente realmente hermosa, una de las personas más importantes de mi vida la conocí bailando, mi cable a tierra, la persona que me hace ver la vida tal cual es y al mismo tiempo disfrutarla. mi compañero Felipe, padre de mi hermosa hija y la persona a la cual amo profundamente, sin él tampoco lo hubiese logrado, a él le dedico esta investigación

Yo danzaba desde antes, en el agua, en el útero de mi madre quien decidió traerme al mundo y gracias a ella es que todo esto pudo suceder y puedo ser. Ella es un pilar fundamental en mi vida, la que me aconseja y la que me hace ver la vida como algo que se soluciona siempre. Le dedico esto a mi madre Nancy que sin ella no hubiese podido lograrlo, cuidó a mi hija para que yo saliera adelante y cumpliera mis sueños, gracias mamá.

Mi padre, quien me entregó la sensibilidad en el arte, quien me mostró la música, me regaló mi primera guitarra y siempre me incentivó para que conectara con ello. Quien me enseñó que

la comunicación entre personas es la mejor herramienta para la vida. Le dedico esto a mi Papá Edwin, gracias.

A mi hermano de tierra y útero, quien me ha cuidado y apoyado siempre. Mi hermano un gran artista y excelente músico. Gracias por haberme dicho que debía terminar esto, a Camilo le dedico esta investigación.

A mi sobrina Almendra, ella conoce mi danza y yo conozco la suya, la amo profundamente y sé que siempre estaremos juntas, a ella le dedico esto.

A mi Ayllu, mis abuelos, hermanastros, mis tíos y primos, quienes me han apoyado siempre y que gracias a ellos soy lo que soy ahora. Les agradezco profundamente a cada uno de ustedes.

A mis profesores de la danza, quienes me enseñaron todo lo aprendido hasta el día de hoy. Gracias.

Con esto concluye mi proceso para ser profesional y quisiera decirles a las futuras generaciones que el movimiento, la danza... es vida y que para todas las adversidades solo hay que bailar.

“Cuando la voluntad es grande, las dificultades son pequeñas”.

Tabla de contenido

1. Antecedentes	6
1.1 Entre la danza moderna y la didáctica.....	6
2. Planteamiento del problema	9
1. Pregunta de Investigación.....	10
2. Objetivos.....	11
2.1. Objetivos generales.....	11
2.2 Objetivos específicos	11
3. Justificación.....	12
4. Marco Teórico.....	13
4.1 Didáctica General	13
4.2 Buscando los aspectos didácticos de la danza.	17
5. Marco Metodológico.....	24
5.1 Definición del enfoque.....	25
5.2 Definición del paradigma.....	25
5.3 Unidad de Análisis.....	26
5.4 Técnica de recolección.....	26
5.5 Muestra.....	27
6. Presentación de resultados	28

6.1 Didáctica de la danza.....	28
6.1 Contenido	29
6.2 Lenguaje, habla, palabra.....	30
6.3 Sensibilidad, Sensible.....	31
7. Conclusiones	33
8. Lista de referencias.....	37
9. Anexos.....	39
9.1 Recopilación de datos grupo focal.....	39
9.2 Recopilación de datos, grabación de clases de técnica moderna	44
9.4 Transcripción grabación de clase individuo 2.....	53
9.5 Transcripción grabación de clase individuo 3.....	58
9.6 Transcripción grabación de clase individuo 4.....	62
9.7 Cuadro comparativo grupo focal y grabaciones de clases.	72
9.8 Imagen sobre didácticas de la danza que hace referencia individuo 1 en grupo focal.	77

Introducción

La didáctica son métodos para el aprendizaje. En ellas se pueden encontrar estrategias para la enseñanza que ayudan en la organización de contenidos, nuevas formas de aprender y evaluar. Definiremos didáctica tal como menciona Camilloni et al., (2008), como una disciplina teórica que se encarga de observar las acciones de la pedagogía, en otras palabras, las prácticas que se dan en la enseñanza (p.22). Así mismo también la didáctica ha sido un recurso utilizado por las ciencias, las humanidades, las artes y todo proceso pedagógico en donde se encuentre la acción de enseñar.

En la presente investigación nos enfocaremos en la danza moderna y buscaremos los aspectos didácticos que utilizan los docentes de danza de espacios formativos universitarios en sus enseñanzas, para verificar mediante qué proceso están llevando a cabo sus prácticas pedagógicas y cuáles son las estrategias que están utilizando.

1. Antecedentes

A continuación, y a modo de contextualizar se darán a conocer los antecedentes de los dos ejes principales de la presente investigación. En primer lugar, se encuentra la danza moderna y en segundo lugar la didáctica en la educación.

1.1 Entre la danza moderna y la didáctica.

La técnica moderna ha sido un foco de investigación importante para los artistas de la danza. Tal como lo menciona Laban (1991) esto se debe a que es un pilar fundamental para la disciplina y también a que fue un gran aporte para los bailarines a la hora de relacionarse entre el movimiento y la didáctica.

Esta nueva técnica o nuevo movimiento emerge de los procesos de industrialización, crisis y desequilibrio en donde los movimientos corporales eran totalmente mecanizados y “frente a la gran inestabilidad presente entre los países europeos y dentro de Estados Unidos, surge la necesidad de reestructurar lo viejo para generar un nuevo orden. Es en dicho escenario que comienzan a surgir nuevos formatos artísticos” (Contreras, 2015,p.9). Es en esos formatos nuevos en donde aparecen grandes referentes de la danza moderna como lo fue Isadora Duncan, quien comenzó a integrar conceptos nuevos y formas para liberar el cuerpo y el movimiento.

Según Laban (1991) Duncan fue una gran exponente, por el simple hecho de despertar esta relación entre poesía y movimiento en tiempos donde la ciencia y la psicología querían opacar todos estos tipos de relaciones. Por esta misma razón la danza moderna comenzó a tomar fuerza en tiempos difíciles para el arte.

En este contexto de industrialización y corporalidad mecanizada, el foco más importante estaba centrado en analizar la corporalidad de los sujetos que trabajan y su cotidianidad y vivencias. Es desde este foco que surge la danza educativa moderna.

Tal como lo menciona Laban (1991) con relación a esta nueva expresión de movimiento:

La nueva técnica de danza ofrece la posibilidad de enseñar sistemáticamente las nuevas formas de movimiento poniendo al mismo tiempo su dominio consciente. Los industriales y educadores, que han aprovechado sin vacilar la oportunidad ofrecida por el actual estudio del movimiento desarrollado por los iniciadores de la danza moderna, han tratado de aplicar los nuevos métodos de aprendizaje del movimiento en fábricas y escuelas. (pp. 21-22)

En otras palabras, en cuanto a esta nueva técnica llamada danza moderna y el dominio consciente mencionado por Laban (1991) es que la enseñanza no está enfocada en la perfección del movimiento sino más bien en concientizar y aportar bienestar en el sujeto. Es por ello que para la inserción de esta danza en la educación se debe hacer de manera muy minuciosa y siguiendo los procedimientos correspondientes pedagógicamente hablando.

Para introducir una técnica, en este caso la técnica moderna que tiene contenidos y especificidades importantes que deben ser comprendidas por los sujetos en un contexto educacional, deben ser enseñadas mediante una didáctica que facilite el proceso de aprendizaje de los estudiantes. A modo general se definirán dos tipos de didácticas que han acompañado los procesos educativos según Camilloni et al., (2008). La primera es la didáctica general, que se caracteriza por no tener fines exclusivos, no diferencia entre un sujeto y otro y tiene objetivos comunes para todos. La segunda que corresponde a la didáctica específica se enfoca en rangos etarios, tipos de establecimiento y niveles educativos. Por otro lado Calzado (2011) dice que la didáctica ayudará al docente a encontrar estrategias de aprendizaje que orientarán al estudiante, para ello menciona que existen distintos tipos de estrategias y que para saber cuál es la que se acomoda más al proceso educativo del profesor y estudiante, existen puntos descritos por Mattos (1957) en su libro ‘‘ compendio de didáctica’’, mencionado por Calzado (2011) para la elección de las estrategias didácticas.

En los puntos mencionados anteriormente existen diversos conceptos, uno de ellos es la filosofía de la educación que apunta directamente al comportamiento que se tiene en la educación, así mismo también se encuentra presente el concepto de la psicología educativa que según Lo Presti (2007) alude a que el profesor debiese saber abordar temas básicos de la psicología que le permitirán entender procesos disfuncionales individuales o colectivos de sus estudiantes.

Se suma también el concepto de la Sociología de la educación, que según Weber (1986) es un punto importante para trabajar ya que la educación va de la mano del contexto social en el cual se encuentra inserto el profesor y el estudiante y que es necesario observarlo. Otro de los puntos necesarios descritos por Calzado (2011) es la organización de las actividades escolares, que hace referencia no solo a lo concreto de una organización institucional y el cumplimiento del orden administrativo de una educación formal, sino más bien tiene que ver con la organización analizando el contexto en la que se encuentra el estudiante.

Todos los puntos mencionados anteriormente, son necesarios a la hora de comenzar a pensar en una didáctica para enseñar algún contenido de la técnica moderna según Calzado (2011), quién nos comparte que debemos saber situarnos, observar y replantear lo que queremos hacer a la hora de enseñar. Además Mattos (1964) quien ve la didáctica como ‘‘ la disciplina

pedagógica de carácter práctico y normativo que tiene por objeto específico la técnica de la enseñanza, esto es la técnica de dirigir y orientar eficazmente a los alumnos en su aprendizaje” (p.27), esto nos ayuda a seguir reafirmando que los profesores deben analizar cuál será su proceder a la hora de escoger recursos para la enseñanza de un contenido en específico y así poder orientar a los estudiantes.

Dentro de este orden de ideas hemos verificado que los autores mencionados anteriormente conciben la didáctica de una forma no muy diferente entre ellos con relación a la educación formal, pero en cuanto al arte específicamente el área de danza es en donde se investigará para saber cuáles son los aspectos de la didáctica de la danza moderna, en un espacio universitario formativo.

2. Planteamiento del problema

En la danza existen diversas técnicas corporales, las principales y las más conocidas son la técnica moderna, técnica contemporánea y técnica académica y muchas otras que aportan en el desarrollo de los estudiantes de diferentes formas. Algo muy parecido sucede en la educación tradicional y sus respectivas asignaturas tales como lenguaje, matemática e inglés y muchas otras.

La danza como disciplina inserta dentro del área de la educación, les ha permitido a los docentes de danza llegar a otros sectores del aprendizaje que la educación tradicional quizá no con sus estudiantes. Para que eso sea posible el profesor ha tenido que estudiar diversos contenidos, metodologías y abordar diversas estrategias que ayudarán a que esos aprendizajes sean adquiridos por los estudiantes.

Cuando hablamos de contenidos y metodologías dentro un contexto de danza, es necesario referirnos a los procesos de aprendizaje, tal como lo define Urzúa (2009) quien señala que “en términos generales, el aprendizaje se define como un proceso de adaptación al medio por intermedio de la cultura universal” (p.9). Por lo tanto, en esa universalidad cultural educativa y proceso de adaptación, es en donde los contenidos son adquiridos por los estudiantes y para ello existen fundamentos metodológicos que estarán relacionados con cómo el profesor enseñará y aplicará estas estrategias en sus clases de danza.

En estos fundamentos se encuentran presente dos variables según Urzúa (2009), que son los componentes didácticos de la especialidad y las dimensiones de la danza, la primera variable se basa en los modelos de didácticas que se sustenta en fundamentos tanto sociales, culturales y psicológicos como lo menciona Mattos (1964) y que esto influirá directamente en el estudiante, por lo tanto es un punto que debe estar presente al momento de analizar la estrategia didáctica que llevará a cabo el docente. La segunda es las dimensiones de la danza que tiene relación con el movimiento, las metodologías y lo formativo corporal, específicamente los contenidos. Por lo tanto, esta relación tendrá como finalidad llevar al estudiante a desarrollar aprendizaje mediante su cuerpo.

En función de lo planteado anteriormente es importante señalar que la problematización de esta investigación se encuentra precisamente en la danza. A partir de ello se investigará sobre los aspectos didácticos de la disciplina para así poder esclarecer las estrategias que están utilizando los profesores al momento de planificar sus clases y ejercer su práctica reflexiva. Por lo anterior surge la pregunta que guía la investigación:

1. Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los aspectos didácticos de la danza moderna que se identifican en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario?

2. Objetivos

2.1. Objetivos generales

Comprender cuáles son los aspectos didácticos de la danza moderna que se identifican en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario.

2.2 Objetivos específicos

2.3 Reconocer aspectos de la didáctica en clases de técnica moderna.

2.4 Identificar las narrativas de docentes de danza en el espacio formativo universitario.

2.5 Vincular los aspectos de la didáctica de la danza moderna al relato de profesores de danza.

3. Justificación

La presente investigación se enfocará en estudiar la didáctica de la danza dentro de un contexto educativo formativo universitario, en donde estudiaremos cuáles son los aspectos didácticos, ya que se necesita precisar y esclarecer cómo proceden los docentes a la hora de planificar sus clases en cuanto a las estrategias a utilizar. De modo similar que la educación tradicional, en el área artística, específicamente la danza es necesario identificar de qué manera se trabaja la didáctica y sus contenidos, ya que esto incidirá directamente en el aprendizaje de los estudiantes, es por ello por lo que la didáctica debería ser un contenido más para estudiar por parte de los docentes. En otras palabras, la didáctica es un paso que debe ser tomado en cuenta al momento de planificar.

De esta manera el aporte de la presente investigación para el arte en el área de la educación es muy necesaria, ya que indagar en un estudio de la didáctica de la danza ayudará a que otras disciplinas como el teatro y la música tomen la iniciativa de investigar y aplicar estos recursos de la danza que se pueden utilizar en otros sectores del arte. Así mismo no solo esta investigación puede ser utilizada en el área del arte sino más bien, en todas las áreas en la que los docentes precisen utilizarla.

4. Marco Teórico

A continuación, se expondrán los ejes que sustentan la problematización. En primer lugar, se abordará la didáctica en términos generales, revisando algunas clasificaciones y subclasificaciones. En segundo lugar, se indagará la didáctica, pero con relación a la danza. Estos dos responden a los objetivos de la investigación

4.1 Didáctica General

Sobre la didáctica en términos generales. Es importante comenzar señalando que el término y origen de didáctica proviene del griego *didaskhein*, que tiene como definición el que enseña y concierne a la instrucción o el arte de enseñar, según Amos (2000) en Flores et al, (2007). Las definiciones de didáctica se han ido modificando con el tiempo debido a que la enseñanza y los procesos pedagógicos ya no son los mismos, los contenidos se han actualizado y los objetivos son otros, esto se debe a que la variedad de situaciones sociohistóricas que han transformado el concepto. Diversos autores del área pedagógica tales como Calzado (2011), Comenio (1998), Flores et al, (2007), Camilloni (2007) se vieron en la necesidad de investigar y saber más sobre qué es la didáctica y qué viene a aportar, es por ello por lo que parece interesante reflexionar en base a lo que ellos y ellas nos relatan. El primero de ellos es Calzado (2011), quien nos dice que

La didáctica es una de las ciencias de la educación que estudia una dimensión significativa de ella, el desarrollo teórico y metodológico del proceso de enseñanza aprendizaje, esto es su objeto de estudio. Este proceso es diseñado conscientemente por los profesionales que se desempeñan como docentes de las instituciones educacionales (p.1).

Los cambios que ha tenido la didáctica se aprecian en la definición que le da Calzado (2011), en cuanto a los procesos de enseñanza que tienen los y las estudiantes, haciendo énfasis en que los profesores deben diseñar y traspasar el sustento teórico a los alumnos de manera consciente para que se logre esta dimensión significativa que menciona el autor. Ahora bien,

con relación a el concepto de ciencia que menciona Calzado (2011) anteriormente, es un punto de encuentro con el siguiente autor que es Comenio (1998), uno de los fundadores de la didáctica quien crea esta idea de otorgarle esa clasificación y de plasmar la didáctica como una de las ramas importantes de la educación que viene a desarrollar estrategias para los procesos de aprendizajes.

Siguiendo esta línea y de acuerdo con las definiciones, Flores et al, (2007) conciben la didáctica como una táctica u herramienta útil que facilita a los profesores el traspaso de contenidos de una manera mucho más asequible al entendimiento de los alumnos. Si nos ponemos a reflexionar sobre la idea que tienen los dos primeros autores Calzado (2011) y Flores et al, (2007), podríamos decir que ambos conciben el método como una estrategia facilitadora a favor del desarrollo de aprendizaje de los estudiantes, diseñado por los docentes para los alumnos.

Algo semejante ocurre con Camilloni (2007), quien propone que la didáctica es una disciplina teórica que se encarga de analizar y estudiar las prácticas en donde se encuentra presente la pedagogía. El método promueve la solución a problemáticas que existen en el diálogo entre docente y estudiante y con relación al contexto social en el que se encuentran. De manera más concreta, Camilloni (2007) dice que “la didáctica viene a resolver problemas esenciales de la educación como práctica social, busca solucionarlo mediante el diseño y evaluación de proyecto de enseñanza” (p.22). Para esto es necesario señalar que pareciese ser muy relevante el hecho de que en la didáctica no sólo se encuentra presente el tema de los aprendizajes significativos, sino que también incluye dimensiones socioculturales en donde se sitúan los sujetos. Esto es un punto importante por evaluar y que no se puede ignorar, ya que la didáctica se sitúa en una práctica social que es la educación en donde ambos están insertos en un contexto social e histórico que tiene mucha influencia en cómo se dará el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Para que el diálogo sea fluido entre un profesor y un estudiante debe existir un eslabón que haga el nexo entre ellos dos. Esa conexión vendría siendo la didáctica, atendiendo necesidades educativas de los estudiantes, a veces muy generalizadas y otras de manera muy específica. Las didácticas generales y específicas también han sido estudiadas por diversos autores,

alguno de ellos Flores et al, (2007) y Camilloni (2007) en donde comentan cómo funciona y cómo es el procedimiento a la hora de elegir las estrategias de clases.

Con respecto a las clasificaciones y subclasificaciones que tiene la didáctica, existen tres tipos de didácticas según Flórez (1994) como se citó en Flores et al, (2007). Las cuáles son, la didáctica general, diferencial y específica. La primera se define como la base en la cual se fundamentan los procesos de enseñanza, sin especificar áreas o clasificaciones con las que se va a trabajar, es decir no encasilla estudiantes por rangos etarios, necesidades o características. La segunda clasificación sería la didáctica diferencial o diferenciada, esta es evidentemente más específica, puesto que se involucra con los rangos etarios, características y personalidades de las y los alumnos. Por lo tanto, las didácticas diferenciadas debiesen estar adaptadas a estos contextos, ya que no todos los estudiantes tienen las mismas habilidades emocionales, de razonamiento o de comprensión de los contenidos. Por último, tenemos la didáctica específica o especial denominada así por Flórez (1994) mencionado en Flores et al, (2007). En esta clasificación se le da interés a las disciplinas o especialidades de las distintas áreas de la educación, tales como el lenguaje, la matemática, la ciencia y las artes. En donde se señala que las estrategias didácticas son diferentes para cada contenido y se aborda de diversas formas. Finalmente, esta es la indagación que nos entrega Flórez (1994) en base a las clasificaciones de didáctica.

En complemento de lo anterior, Camilloni (2007) quien comparte en su libro ideas de didáctica bastante similares a las de Flores et al, (2007). La autora señala que existen solo dos clasificaciones de didácticas, la primera es la didáctica general que da respuestas a temas generalizados, no diferencia, no es distintiva y tampoco se centrará en rangos etarios o establecimientos específicos. En segundo lugar, tenemos las didácticas específicas, las cuales centra su atención en las edades de los estudiantes o si la educación es formal o no formal, los tipos de establecimientos, etc. Camilloni (2007) determina que la variedad de contextos que pueden existir es bastante numerosa y que es muy difícil encasillar todas las situaciones que puedan presentarse para poder atenderlas con relación a su necesidad.

Estas diversidades dan cuenta de lo heterogénea que puede llegar a ser una sociedad. Los cambios en ellas pueden ser reiterativos, por lo que para los docentes esto significa estar atentos a los nuevos estudiantes, con nuevas formas de pensar, transformaciones cognitivas,

etc. Esta diversidad Camilloni (2007) la dividió en cinco subclasificaciones y les asignó un nombre

1.- Didácticas específicas según los distintos niveles del sistema educativo: didáctica de la educación inicial, primaria, secundaria, superior y universitaria. A estas grandes divisiones se le agregan frecuentemente subdivisiones que especializan la didáctica según los ciclos de cada uno de los niveles y aun divisiones más pequeñas como, por ejemplo, didáctica del primer grado de la escolaridad primaria o del primer año de la escuela secundaria o de la universidad.

2.- Didácticas específicas según las edades de los alumnos: didáctica de niños, de adolescentes, de jóvenes adultos, de adultos y de adultos mayores. También aquí encontraremos especialidades donde las divisiones son también más finas y diferencian ciclos evolutivos con mayor precisión, como didáctica de la primera infancia, por ejemplo.

3.- Didácticas específicas de las disciplinas: didáctica de la matemática, de la lengua, de las ciencias sociales, de las ciencias naturales, de la educación física, del arte, etcera. Estas divisiones, a su vez dan lugar a subdivisiones que alcanzan niveles crecientes de especificidad, tales como didáctica de la natación o didáctica de inglés como segunda lengua. A estas delimitaciones se les van agregando otras más específicas aún como, por ejemplo, didáctica de inglés como segunda lengua con propósitos específicos que pueden ser algunos de los siguientes: viaje, negocios, lectura literaria, conversación social, etcétera.

4.- Didácticas específicas según el tipo de institución: didáctica específica de la educación formal o de la educación no formal, con subdivisiones según se trate, por ejemplo, en el primer caso de escuelas rurales o urbanas y, en el último caso, de instituciones de capacitación para el trabajo o de instituciones recreativas, entre otras.

5.- Didácticas específicas según las características de los sujetos: inmigrantes, personas que vivieron situaciones traumáticas, minorías culturales o personas que vivieron situaciones traumáticas, minorías culturales o personas con necesidades

especiales, las que a su vez se diferencian según el tipo y grado de necesidad como, por ejemplo, sordos, hipoacúsicos, superdotados, etcétera. (pp. 23-24)

Podríamos resumir a continuación entonces que lo que intentó Camilloni (2007) fue darles una mayor orientación a los docentes. Esto con la finalidad de poder integrar a los sujetos en sus diferentes contextos y entregarles las herramientas necesarias para que el aprendizaje sea efectivo. Por otro lado, con respecto a las subclasificaciones de Camilloni (2007), se puede inferir que la investigación fue planteada para que los docentes pudieran planificar sus clases de manera más fácil con relación a las diversas situaciones que existen referente a los estudiantes, ya que el marco en el que se encuentran los sujetos debería resultar ser una pauta para los profesores tanto en la elección de contenidos como en la didáctica que se van a enseñar y de qué manera se logrará hacerlo.

Desde otro punto de vista las subclasificaciones de Camilloni (2007) nos sirven para entender que existen didácticas en la educación que no pueden ser utilizadas para todos. Por ejemplo, no es lo mismo enseñar a alumnos de primero básico que a estudiantes de segundo medio o dentro de un establecimiento de educación formal y otros de educación no formal, ya que los contenidos, la didáctica y los niveles de dificultad no pueden ser los mismos por lo tanto deben ser evaluados con anterioridad.

4.2 Buscando los aspectos didácticos de la danza.

Tal como se mencionó anteriormente, el siguiente punto de la investigación es la relación entre la didáctica y la danza. En una de las cinco clasificaciones que define Camilloni (2007) encontramos las didácticas específicas de las disciplinas como las artes por ejemplo y según el tipo de institución con relación a la educación formal y no formal. Se entiende que con relación a lo que define la autora, la disciplina de la danza entra en esta clasificación ya que para enseñarla necesitamos didácticas específicas, entendiendo que el movimiento se sitúa en un contexto totalmente diferente a la educación tradicional y generalizada.

Algunos autores como Laban (1991), Brozas (2016), Castro et al, (2012), Urzúa (2009), han realizado investigaciones sobre la importancia de la relación que existe entre la didáctica y la danza. Algunos han utilizado la didáctica específica de las disciplinas, abordando contenidos

de la danza y otros han utilizado la disciplina del movimiento como una didáctica en sí, es por ello por lo que en este punto estos diversos autores explican cómo utilizaron esta relación y cómo funciona para ellos.

Laban (1991) fue un maestro de la danza moderna, es uno de los primeros autores mencionados anteriormente y propone respecto de cómo podemos iniciar a las y los niños en el movimiento. Para ello dice que antes de introducirse en la danza en cualquier sistema educativo, tanto de la educación formal como de la educación no formal, es necesario tomar en cuenta el desarrollo natural que tienen los niños, ya que estos tienen muchas etapas, por lo tanto, hay que indagar en la didáctica para ver cuál es la que se adapta mejor al contexto.

Una de las didácticas que encontró Laban (1991) para sus estudiantes fue la del movimiento libre. Esta didáctica según el autor es ideal para los niños, jóvenes e incluso adultos, en donde el profesor debe acompañar y observar sin juzgar la danzabilidad del sujeto para poder comprender en la corporalidad los términos de peso, espacio, tiempo y flujo. Es a través de este flujo de danza libre en que los docentes pueden acceder a la conciencia emocional y corporal de los estudiantes, con la finalidad de que alumnos entendieran la relación que existe entre espacio y movimiento, que es en conclusión a lo que apuntaba Laban (1991).

La idea principal del autor era que los docentes encontraran su propia forma de estimular el movimiento en sus estudiantes. En este sentido el texto que nos comparte Laban (1991), nos demuestra que existen aspectos que deben ser considerados para que esa motivación sea efectiva en clases, como por ejemplo evaluar las etapas desde la primera infancia hasta los adultos jóvenes, adultos y adultos mayores. Para esto Laban (1991) creó 16 temas de movimientos, que se adecuan a las etapas de los estudiantes pudiendo servir de material didáctico para clases de danza educativa.

Laban (1991) enumera los 16 temas de la siguiente forma, 8 de ellos son temas básicos y 8 temas son avanzados del movimiento

- 1.- Temas relacionados con la conciencia del cuerpo
- 2.- Temas relacionados con la conciencia de peso y el tiempo
- 3.- Temas relacionados con la conciencia del espacio

- 4.- Temas relacionados con la conciencia del flujo del peso corporal en el espacio y el tiempo
- 5.- Temas relacionados con la adaptación o compañeros
- 6.- Temas relacionados con el uso instrumental de los miembros del cuerpo
- 7.- Temas relacionados con la conciencia de las acciones aisladas
- 8.- Temas relacionados con los ritmos ocupacionales.

Temas de movimiento avanzado

- 9.- Temas relacionados con las formas del movimiento
- 10.- Temas relacionados con las combinaciones de las ocho acciones básicas de esfuerzo
- 11.- Temas relacionados con la orientación en el espacio
- 12.- Temas relacionados con las figuras y los esfuerzos usando diferentes partes del cuerpo
- 13.- Temas relacionados con la elevación desde el suelo
- 14.- Temas relacionados con el despertar de la sensación de grupo
- 15.- Temas relacionados con las formaciones grupales
- 16.- Temas relacionados con las cualidades expresivas o modos de los movimientos (pp.38-50)

Estos temas entregan bastante material a los docentes de danza, ya que se pueden trabajar por sí solos o dos al mismo tiempo, por lo tanto, se podría decir que pueden ser utilizados como didáctica para las clases de movimiento. Además, pueden ser trabajados como contenidos para las distintas edades en las que se encuentren los alumnos, excepto los temas que tienen relación con el movimiento avanzado, ya que debe existir un proceso de práctica para abordarlos.

Estos aspectos creados por Laban (1991) han significado una gran orientación para la técnica moderna. Desde hace muchos años que estos recursos han sido utilizados por los docentes y no sólo en esta área, sino que también han sido estrategias empleadas por otras técnicas, tales como contemporáneo y ballet.

Con relación al tema anterior, es que podemos visualizar los contenidos didácticos que nos comparte Laban (1991) en diferentes técnicas de movimiento. Un claro ejemplo de ello podría ser la investigación de Brozas (2016), en donde hubo un análisis de proceso didáctico inclusivo para una alumna invidente en clases de danza contact improvisation.

La estudiante puesta en estudio por Brozas (2016), comenta que perdió la visión a los cinco años. Esto significó que su conciencia corporal se redujera considerablemente, además tuvo muy poca estimulación de movimiento a lo largo de su vida, por lo tanto, su cuerpo se adaptó a funcionar de una forma determinada. Es por esto por lo que la finalidad de la investigación era lograr que la alumna pudiese generar conciencia corporal, espacial y además pudiese trabajar con compañeros y avanzar juntos a pesar de sus dificultades.

Para que las clases fueran posibles, Brozas (2016) tuvo que adaptar sus didácticas de enseñanza. Para ello se centró en contenidos puntuales que ayudarían a la estudiante a volver a conectarse con el movimiento natural de su cuerpo. La investigadora indica que para sus clases utilizó las didácticas de “conciencia corporal, visión periférica y espacio circular, juegos de contacto, técnicas específicas de intercambio de peso, escucha, comunicación, y recursos para la danza en sólo y en dúo” (Brozas, 2016, p. 51) Es importante señalar que la profesora modifica el nivel de dificultad de la didáctica para que se pueda utilizar por todo el grupo de manera transversal.

Comparativamente con Laban (1991), Brozas (2016) utiliza varios de los temas básicos y avanzados que comparte Laban (1991) en su investigación. Alguno de ellos fue por ejemplo “Temas relacionados con la conciencia del cuerpo, temas relacionados con la conciencia de peso y el tiempo” (Laban, 1991, p.38). Es importante que la autora haya incorporado a sus clases las temáticas mencionadas anteriormente ya que eso le permitió a la estudiante no invidente poder relacionarse de manera más sensible con su cuerpo, el espacio, la energía y el tiempo y por supuesto trabajar de manera sincrónica con sus compañeros.

En el siguiente punto se abordará la investigación de Urzúa (2009). Desde la perspectiva más general, la autora nos viene a compartir sobre como la danza puede ser utilizada como un recurso didáctico en otras áreas de la educación, como por ejemplo el área de la educación física, lenguaje, matemáticas, ciencias sociales, etc.

Urzúa (2009), es una profesora de educación física especializada en danza. La autora propone sobre cómo la danza puede ser utilizada dentro del área de la educación para abordar contenidos y equipar a los niños con mayor conciencia corporal. Además, nos viene a comentar sobre la importancia de tener didácticas que sean integradoras para el desarrollo de los estudiantes.

En relación con este tema, Urzúa (2009) nos aclara que, para tener un proceso de planificación de clases, se precisan tener dos variables. La primera tiene relación con las dimensiones de la danza y la segunda tiene que ver con elementos de la didáctica. Por lo tanto, este modelo didáctico de danza se compone desde los aspectos sociológicos, psicológicos, biológicos y pedagógicos. Estos componentes son “pensando en el niño como un ser complejo que se manifiesta por medio de su corporeidad con el fin de lograr aprendizajes significativos para su formación y desarrollo” (Urzúa, 2009, p.9). Entonces este método se realiza con la finalidad de que los estudiantes aprendan movilizándolo su cuerpo, es decir danzando y que se muestren al mismo tiempo los aspectos más complejos del sujeto.

En comparación con los aspectos didácticos de la danza que utilizan los autores mencionados anteriormente Laban (1991) y Brozas (2016). Urzúa (2009) menciona que, para abordar temas específicos de la didáctica de la danza, es necesario hacerlo mediante Noguera (1991) como se citó en Urzúa (2009), en el cuál menciona las dimensiones de los procesos de las personas. Estos desarrollos se dividen en cinco y la investigadora los enriqueció para que fueran utilizados en la danza.

- a) Estilos convergentes
 - **El mando directo** --- La repetición, la imitación.

- **Asignación de tareas** --- La sensopercepción, la evocación, la investigación, la reflexión, el análisis y la síntesis, la solución de problemas.
- **Enseñanza recíproca** ---El juego, el taller en parejas o en pequeños grupos, la relación.
- **Enseñanza autovalorada** --- La sensopercepción, la repetición, la investigación, reflexión, la autoevaluación.
- **La inclusión** --- Juego cooperativo, la incorporación de todos respetando la diversidad, las diferentes maneras de expresar y crear, desde la propia voluntad.
- **Descubrimiento guiado** --- a partir de consignas específicas, la evocación, la improvisación, la capacidad de relacionar, la repetición, la exploración.

B) Estilos divergentes

- **Resolución de problemas**--- el juego, la imaginación, la investigación, la exploración, la improvisación.
- **Programa individualizado** --- la exploración, la imaginación, la indagación, la solución de problemáticas.
- **Alumnos iniciados** --- la exploración, la imaginación, la indagación y la solución de problemáticas
- **Auto enseñanza** --- La exploración, la imaginación, la solución de problemáticas planteadas por el alumno mismo, la investigación. (Urzúa, 2009, p14)

Hasta este punto, los diversos autores mencionados anteriormente han utilizado distintas estrategias para llegar a los aspectos de la didáctica en la danza. Esto con la finalidad de que los estudiantes comprendan y desarrollen procesos educativos con relación al movimiento, si bien Urzúa (2009) no utilizó detalles de contenidos de danza como lo hizo Laban (1991) y Brozas (2016), pero si clasificó en términos psicológicos a los estudiantes, ya que la expresión de estilo divergente y convergente tiene directa relación con las características de los sujetos,

es decir si son concretos o tienen observaciones más reflexivas, de lo contrario los que conceptualizan y teorizan lo abstracto o tienen más afinidades a solucionar problemas. Entonces es desde ese lugar que la autora entrega diversas didácticas que se adaptan a las particularidades de los alumnos.

Recapitulando entonces, Urzúa (2009) incorpora desde el área de la educación física las siguientes didácticas: Didáctica lúdica, de la imitación, la creación, la imaginación o sensibilización, Didáctica de la investigación o improvisación. Por lo tanto, estos conceptos y aspectos didácticos nos ayudarán a concretizar nuevas estrategias para los diversos contextos que se puedan presentar a la hora de planificar clases.

De modo similar a Urzúa (2009), Castro et al (2012), también pertenece al área de la educación física profundizando en la expresión corporal, danza como una didáctica en sí. De este modo Castro et al (2012) plantea que las artes escénicas, específicamente la danza no se encuentra difundida dentro del área de la educación física. Una de las razones se debe a que está muy estigmatizada ya que ha sido una disciplina mayormente practicada por mujeres, por lo tanto, siempre ha sido asociada de esa forma y no se ha podido incluir dentro de la educación tradicional por uno de estos factores.

De igual forma, Castro et al (2012) hace referencia a la danza como un potenciador de diferentes áreas cognitivas del ser humano. Tales como los aspectos psicológicos, factores sociales, etc. Es por ello por lo que decide profundizar y realizar una propuesta didáctica con relación a la expresión corporal, como una herramienta para la educación física. Alguna de las estrategias que menciona son, por ejemplo, el estudio del cuerpo humano que tiene relación con contenidos de anatomía, posturas y como posicionar de manera correcta el cuerpo en diferentes posiciones anatómicas, calentamiento y trabajos de flexibilidad ya que menciona que en la asignatura de educación física la flexibilización no es algo que sea profundizado y por último indica que se trabajará la expresión corporal desde una didáctica lúdica y luego propone sesiones de exploración y creación para las y los estudiantes.

Podríamos resumir a continuación, que las ideas profundizadas por Urzúa (2009) y Castro et al (2012), proponen herramientas similares para ser utilizadas por la educación tradicional, específicamente en la asignatura de la educación física. A diferencia con Laban (1991) y

Brozas (2016) quienes pertenecen al área del arte específicamente la danza, proponen didácticas y contenidos para ser utilizados dentro del mundo del movimiento. Por el contrario, los docentes de educación física proponen otros aspectos didácticos que tienen relación con aspectos más cognitivos de los sujetos, es decir las relaciones sociales, los aspectos psicológicos o culturales y trabajar con la expresión corporal de manera más generalizada, es decir no describen o profundizan en contenidos específicos didácticos de la danza

5. Marco Metodológico

La presente investigación se llevará a cabo abordando y reconociendo diferentes aspectos de la danza moderna y la didáctica. Dado que el objetivo general es comprender cuáles son los

aspectos didácticos de la danza moderna que se identifican en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario.

5.1 Definición del enfoque

Esta investigación tiene un enfoque cualitativo, ya que busca reconocer cuáles son las estrategias didácticas y procesos que están llevando a cabo los docentes en un contexto universitario. Esta metodología según Dago (2011) tiene como objetivo comprender las diversas posibilidades de conocimiento de las personas y también comprender el sentido de los procesos tanto de producción como de vivencias. En el mismo sentido es que esta investigación no solo busca darle importancia a la descripción sino más bien comprender el relato de diversos docentes y analizar sus procesos didácticos con relación a la realización de clases de técnica moderna desde su propia experiencia como profesores.

5.2 Definición del paradigma

Esta investigación se sitúa desde un paradigma fenomenológico, ya que principalmente se investigará la problemática de la didáctica de la danza mediante la perspectiva que tienen diferentes docentes en un contexto universitario formativo. Es por ello por lo que mediante el proceso de grupo focal se escuchará la narrativa de diversos profesores y se analizará para comprender cuáles son los aspectos didácticos que hay en sus metodologías, estrategias y herramientas en la planificación de sus clases. Tal como menciona Bodgan y Taylor (1987) con relación a que es necesario obtener toda clase de respuestas a la problemática de nuestra investigación, para ser más precisos Bodgan y Taylor (1987) dicen que “El fenomenólogo busca comprensión por medio de métodos cualitativos tales como la observación participante, la entrevista en profundidad y otros que generan datos descriptivos” (p.16). De este modo el proceso de análisis nos dará los datos descriptivos necesarios para objetivar y comprender las respuestas a la problemática.

5.3 Unidad de Análisis

La técnica que se va a utilizar para estudiar la discusión grupal será el análisis del discurso, como señala Urrea et al, (2013)

... el análisis del discurso tratará de incluir una relación entre texto y contexto, y su analista estará interesado en averiguar los efectos constructivos del discurso a través del estudio sistemático y estructurado de los textos, y explorará como fueron creados inicialmente las ideas y objetos producidos socialmente. (p.52)

Esto ayudará a analizar de manera más detallada lo que nos dicen los diferentes docentes con respecto a la comprensión de los aspectos didácticos de la danza moderna.

5.4 Técnica de recolección

La técnica de recolección de datos será el grupo focal. Méndez (2003) indica que los grupos focales pueden trascender el objetivo de ser meramente descriptivos y proveer explicaciones, siempre y cuando se preste atención a la planificación y el diseño del proceso de investigación.

Por otro lado, también se pedirá a los participantes del grupo focal que envíen un video de sus clases de técnica moderna, escogido por ellos, para poder analizar las narrativas de los docentes. De esta forma se aportará a la investigación un planteamiento interesante que se puede dar en torno a la didáctica de la danza. Dado que todos los docentes que estarían presentes tienen diferentes formaciones y experiencias con relación al tema, por lo tanto, pueden surgir detalles que serán un gran aporte para la comprensión del estudio. Es importante además mencionar que, así como se realizó un grupo focal, también se les pidió previamente a los participantes que compartieran a la investigación, una grabación de sus clases escogida por ellos.

5.5 Muestra

A continuación, en la presente investigación se dará a conocer la manera en la que se llevó a cabo la obtención de datos a través de sujetos que tienen relación con el tema, para así poder responder los objetivos específicos de la investigación planteados anteriormente.

Así pues, la muestra para el grupo focal y grabaciones se conformó por cuatro docentes de técnica moderna que trabajan actualmente haciendo clases de danza en un espacio formativo universitario.

Se eligió trabajar con profesores de técnica moderna de espacio formativo universitario, ya que ellos son los que pueden dar cuenta de la didáctica que se está utilizando en las clases de danza.

5.7 Análisis de datos

Respecto del tratamiento y análisis de los datos, este se llevó a cabo de la siguiente manera:

Estos dos métodos, grabación y grupo focal fueron escogidos porque fue lo más pertinente a los objetivos específicos.

En primer lugar, se transcribieron las grabaciones enviadas de técnica moderna de los docentes y posteriormente la discusión grupal. Estas transcripciones se pueden encontrar en el anexo posterior a la investigación. Una vez realizado el grupo focal y obtenidas las grabaciones, se comenzó a ordenar la información obtenida en categorías y subcategorías emergentes conforme a conceptos que más se repetían y que fueron entregando información de mayor alcance y profundidad en relación a la didáctica de la danza.

Las categorías emergentes son las siguientes:

- 1.- Didáctica de la danza

2.- Contenido

3- Lenguaje, habla, palabra

4.- Sensibilidad, sensible.

6. Presentación de resultados

A continuación, se exponen los resultados obtenidos tras el tratamiento y análisis a partir de la información obtenida tanto, en el grupo focal y como en la grabación de clases de danza moderna entregada por los docentes.

7. Categorías

7.1 Didáctica de la danza

Sobre la didáctica de la danza y desde la propia experiencia que relatan los individuos como docentes a lo largo de la discusión grupal, es que se da cuenta de que esta tiene relación con la capacidad que tiene los docentes de conducir una clase, la forma de flexibilizar los objetivos y los contenidos a través del lenguaje.

Como se hace visible en lo compartido por uno de los integrantes del grupo focal:

“La didáctica de la danza guarda relación con el modo de modular, la forma de ir transformando un camino y un proceso y desde ese lugar de modular se empieza a componer ciertos momentos para poder lograr con el cuerpo un objetivo”

De esta forma, aunque el proceso tenga un contenido específico u objetivo a trabajar se puede transformar para que este se adapte al nivel y necesidades de los estudiantes y sea comprendido por todos. Este punto se puede comparar con lo expuesto anteriormente en el contexto teórico, en donde Laban (1991) nos dice que el profesor debe acompañar y observar sin juzgar la danzabilidad del sujeto para poder comprender en la corporalidad.

Por otro lado, y no menos importantes algunos individuos mencionan que la didáctica de la danza es algo que no pueden verbalizar y lo asocian a las demás categorías que tienen relación con el lenguaje y la sensibilidad. Algunos de los individuos señalan que la didáctica de la danza no tiene un fundamento teórico, por lo tanto, les es difícil concretar una idea clara al respecto.

7.2 Contenido

Una segunda categoría que surge de la discusión grupal es el contenido en la danza. Según los docentes esta tiene relación con los niveles en los que se encuentra el grupo y desde allí se toma la decisión de cuáles son los más apropiados para enseñar, tal como lo expresa uno de los individuos del grupo focal:

“igual el contenido como que hay contenidos que trabajar otros que todavía no y otros que sí... como exigencia, pero cuarto y quinto o un training de técnica moderna no necesitan un contenido específico como están todos los contenidos y libertad mayor de generar material”.

Con esto el informante hace referencia a que la elección de contenidos en un primer, segundo o tercer año es importante, ya que existen temas que deben ser enseñados en un cierto nivel y son progresivos para entender otros más, pero luego cuando se planifica para un cuarto o quinto año los contenidos se transitan entre uno y otro y ya no es necesario reiterar en uno en específico.

Por otra parte, se mencionan los contenidos como un elemento de planificación que aporta a la didáctica, es decir se elige uno en específico y eso permite desde la creación investigar de qué manera se enseñará ese contenido. Un ejemplo claro de ello es como lo describe uno de los participantes, que nos dice:

“Identifico el contenido a trabajar como que esa es la primera tarea que hago, invento no sé, en esta unidad voy a trabajar swing y ya qué tiene el swing, tiene lo pendular...”.

Este ejemplo nos da a entender que existen diferentes formas de utilizar un contenido y hasta puede ser el primer paso para utilizar la didáctica en una planificación de clase.

Del mismo modo que señala Camilloni (2007), en cuanto a que existen subclasificaciones de la didáctica y una de ellas es la didáctica específica según los distintos niveles del sistema educativo, la cual tiene directa relación con las progresiones que existen en los contenidos a enseñar. Es por ello por lo que se establece una relación importante en cuanto a lo que mencionan los participantes del grupo focal y lo que señala la autora con relación a la didáctica y los contenidos.

7.3 Lenguaje, habla, palabra

El lenguaje es uno de los componentes más importantes de esta investigación que surge como concepto emergente en la discusión grupal. Es un punto clave en una clase de danza, ya que invita al cuerpo a movilizarse y trae consigo la categoría de la sensibilidad.

Así mismo y tal como lo expresan distintos individuos en la discusión, la forma de conducir una clase es una estrategia didáctica. Como señala uno de los participantes:

“...de si lo hablo muy rápido, si lo explico muy rápido porque quizá el mismo material complejo, pero si uno lo habla más lento y con palabras más simples para una persona que no sabe mucho puede que igual lo pueda hacer...”

Es por esto por lo que esta categoría presenta ser un factor importante en la comprensión de los estudiantes y puede significar ser un aporte para que un contenido u objetivo pueda ser logrado y el aprendizaje exista. Para complementar esta idea uno de los participantes indica que

“El lenguaje aporta mucho en eso quizá hay momentos en que uno puede crear un discurso más imaginativo o hay momentos que son más no sé más técnicos propios de la técnica moderna, el torso el centro de peso etc... La didáctica la manera que uno lo comparte desde el lenguaje también eso estaba pensando creo que es re importante como uno sensibiliza el espacio donde se están moviendo les estudiantes desde el lenguaje que uno va poniendo en práctica”.

A lo largo de la discusión grupal es que se puede identificar el lenguaje, la palabra o el habla como algo esencial y que no tiene relación con la planificación de una clase sino más bien con el momento presente en el cual se realiza la clase. Teniendo en cuenta esto y al observar y analizar la narrativa de los docentes en clases de técnica moderna es que es necesario mencionar que los participantes utilizan un lenguaje en común para ayudar a los estudiantes a que entiendan ciertas sensaciones que les permitan conectar con el movimiento. No se puede especificar si este lenguaje tiene relación con la procedencia de estudio de los profesores o si es un lenguaje universal.

A continuación, se evidencia un lenguaje en común entre los participantes:

“Tu coronilla casi toca la tierra y tus manos te empujan para regresar, salimos adelante largues en la recta, te respiras alineas, talones, pelvis, escapulas... esternón se traslada entra, relaja en tu garganta y vuelve al eje una vez más”.

“...Otro lado prepara (sonido de boca), uguapapipapapapa y lejos voy y contraído centro que se va, entrego peso, subió, entregó cruzando que se va y yaaap... bien gracias...”

En este punto podemos observar, como uno de los participantes se refiere a la cabeza como coronilla y expresa el termino de tocar la tierra con ella para que así el estudiante logre soltar su cabeza y logre llegar al piso como una estrategia sensible. Por otro lado, los docentes siempre emiten sonidos con la boca como por ejemplo “ guapapipapapapa”, con la finalidad de intensionar el ritmo o musicalidad de la clase.

En pocas palabras el habla se puede definir como un elemento importante en la didáctica de la danza, ya que mediante el lenguaje es que se podrá conducir los momentos de la clase y la manera en la que el docente quiera llevarlos para lograr sus objetivos de clases.

Todo lo señalado anteriormente transforma lo planteado en el marco teórico, debido a que ninguno de los autores tanto de la didáctica en el ámbito general como de la didáctica de la danza, evidencian el lenguaje o habla como una categoría importante de la cual los profesores deban prestar atención antes de planificar.

7.4 Sensibilidad, Sensible

La cuarta categoría que emerge por parte de los participantes del grupo focal es la sensibilidad. Que se relaciona con la idea de estar perceptivo a lo que puede suceder en una clase para ir tomando decisiones a través del lenguaje y conducir la clase hacia el objetivo de clase que tenga el docente planificado previamente. Por otro lado, y siguiendo la idea anterior, tiene relación con la flexibilidad que pueden tener los profesores con los contenidos y objetivos en base a las necesidades de los estudiantes y conducir el aprendizaje siempre a lo que ellos necesitan. Tal como lo da a entender uno de los participantes:

“...y es ahí donde uno tiene que estar bien sensible y muy amplio de percepción para tomar la decisión de simplificar y sostener y que es lo que simplifico de pronto no es la corporalidad si no que de pronto la rapidez de la cosa...”

Entonces aparece en este discurso, un recurso para la didáctica de la danza, que es la sensibilidad, ya que esto es lo que permitirá al docente finalmente ir más rápido o más lento o utilizar diferentes herramientas de la danza para los diferentes estudiantes con distintas necesidades. Todo esto con la finalidad de que el aprendizaje sea facilitado.

Como presentación de resultados, es importante mencionar que se hizo una tabla comparativa con las categorías emergentes mencionadas anteriormente, pero entre el grupo focal y grabación de clases. Esta comparación se encuentra en los anexos.

En la tabla se pudo evidenciar en primer lugar, la forma en que los docentes conducen las clases, si bien se evidencia que los contenidos están planificados con anterioridad, el lenguaje y la sensibilidad siguen siendo parte de la percepción y de lo que sucede en el momento.

Por otro lado, al comparar ambas situaciones en las que se analiza la narrativa que utilizan los docentes, es que se consigue observar lo que se mencionaba en categorías anteriores con relación a que es evidente que existe un lenguaje común que los determina. Se pueden encontrar términos como “coronilla” para referirse a la fontanela de la cabeza o por ejemplo “manos en la tierra” para sensibilizar a los estudiantes y logren tener un contacto mucho más profundo con el suelo. También se puede encontrar el lenguaje con relación a la rítmica o la musicalidad, en donde van jugando con diferentes matices y palabras para que los estudiantes se sensibilicen y logren conectar con los contenidos.

Todo lo mencionado anteriormente en cuanto a la sensibilidad, es mencionado por Laban (1991) en donde explica que a través de su metodología de danza libre es en donde los docentes pueden acceder a la conciencia emocional y corporal de los estudiantes, en otras palabras, la sensibilidad es la que conduce para que los alumnos logren momentos en la corporalidad.

Recapitulando todo lo mencionado anteriormente, es que se pueden observar las diferentes categorías encontradas tanto en el grupo focal como en las grabaciones de clases y que finalmente estas forman parte de la didáctica de una clase de danza moderna, así mismo como se pudo observar en el contexto teórico por diversos autores que si bien no mencionan las categorías de manera evidente, si surgen ideas similares. Distinto sucede en el lenguaje, ya que ninguno de los autores alude a el lenguaje como algo importante de mencionar.

8 Conclusiones

A continuación, se darán a conocer las conclusiones de la investigación con la finalidad de exponer los hallazgos encontrados con relación al objetivo general y los puntos que quedan abiertos como posibles futuras investigaciones.

Hallazgos de la investigación

El objetivo general de la presente investigación es saber cuáles son los aspectos didácticos de la danza moderna que se identifican en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario. En el transcurso se pudo identificar por diferentes autores tales como Amos (2000), Flores et al, (2007), Calzado (2011), Comenio (1998), Camilloni (2007), que la didáctica es abordada de diferentes puntos de vista y que existen diferentes tipos de didácticas en la educación formal para la diversidad de estudiantes que pueden presentarse. Por otro lado,

se pudo observar también la didáctica, pero con relación a la danza, en donde se encontraron diferentes autores tales como Laban (1991), Brozas (2016) y Urzúa (2009), que hablan sobre la forma de conducir una clase, pero desde el movimiento y de qué manera se puede enseñar la danza y sus contenidos a los estudiantes.

Todo lo anteriormente mencionado fue parte de la indagación previa a lo que fue el grupo focal y grabación de clases. Precisamente para tener un posicionamiento al respecto y luego poder analizar los resultados obtenidos.

En cuanto a la obtención de información con relación a los aspectos didácticos, es que en el grupo focal y la grabación se analizaron las narrativas docentes y a partir de esto es que se pudieron encontrar categorías que denotan ser estrategias y herramientas para la didáctica de la danza.

Las categorías emergentes que se encontraron en la observación fueron el contenido, el lenguaje o habla y la sensibilidad o sensible. En cuanto al contenido los participantes afirman que este tiene relación con la capacidad de ser flexibles en una clase, es decir adaptar los objetivos y contenidos para que el estudiante comprenda de manera más fácil. Para ello el docente debe identificar previamente al grupo. Tal como lo menciona Camilloni (2007) en cuanto a las didácticas diferenciadas de los distintos estudiantes, como un punto fundamental que es el análisis previo del grupo de clases.

En cuanto a las categorías del lenguaje y sensibilidad, los participantes las mencionan como algo elemental en las clases pero que sin embargo no requiere de planificación previa, si no mas bien de presencia y percepción, ya que es la forma en la que los estudiantes pueden entender lo que el docente quiere entregar con relación al contenido y objetivo. También la sensibilidad sucede con el lenguaje, ya que a través de la palabra es que se invita al cuerpo a moverse y no solo eso si no que también a estar conectado con la emoción. Generalmente la danza al estar inserta dentro del arte, tiene consigo cierta sensibilidad innata, pero muchas veces esto depende del docente a cargo y como realiza sus clases para que sus estudiantes logren conectarse con estos lugares sensibles.

Aportes de la investigación

Distintas categorías fueron fundamentales en la investigación, tales como: contenido, lenguaje y sensibilidad, pero sólo el lenguaje no había sido mencionado por los diversos autores en el marco teórico en la búsqueda de los aspectos didácticos de la danza. De igual manera, el lenguaje y la sensibilidad transformaron la investigación y brindaron un aporte significativo para la didáctica de la danza, en cuanto a plasmar esta información que no era evidente.

Futuras líneas de investigación

Acerca del lenguaje y la información entregada por parte de los individuos en el grupo focal y con relación a la grabación de clase, es que se pudo observar que todos tenían un lenguaje en común para guiar las clases, esto puede tener diferentes posibilidades de ser, ya que quizá estudiaron en la misma escuela de danza y les enseñaron a guiar una clase con ese lenguaje o quizá es una narrativa habitual en la técnica de danza moderna. Este punto puede ser observado y analizado en futuras investigaciones ya que resulta ser muy interesante.

Simultáneamente a todo lo planteado anteriormente, se considera que, al hablar de la didáctica de la danza, no todos los bailarines pueden verbalizar lo que significa o de qué manera lo utilizan, ya que mencionan que no hay mucha teorización al respecto, y también al mismo tiempo existe una similitud muy cercana entre conceptos como el contenido y la metodología de la danza en la que todos estos tienen mucha relación.

En cuanto a lo expresado anteriormente, es que existe una imagen que fue referida por uno de los docentes en el grupo focal como "torta". Esto evidencia lo mencionado anteriormente en cuanto a que este pulpo o espiral contiene mucho material metodológico y que todos los conceptos tienen mucha relación entre sí, y de que se van entrelazando entre ellos. La imagen referida por el participante se encuentra en el anexo 2 y también puede ser un punto importante para investigaciones futuras que ayuden a profundizar aún más en la didáctica de la danza.

Como resultado de investigación, se considera que lo expuesto con relación a los diversos exponentes del contexto teórico, coinciden con los participantes del grupo focal y grabaciones de clases, en un punto que es la flexibilidad que deben tener los docentes para transformar o

moldear los contenidos y objetivos de una clase y también la dificultad. Esto coincide con lo expuesto anteriormente por los docentes participantes del grupo focal.

Por otro lado, y a través de los objetivos específicos, tales como identificar las narrativas docentes de espacios formativos universitarios de danza moderna, es que se pudieron reconocer estas nuevas categorías de lenguaje y sensibilidad como algo elemental, y que forman parte finalmente del objetivo general en cuanto a los aspectos didácticos de la danza moderna que se identificaron en las narrativas docentes de un espacio formativo universitario.

Estas categorías pueden servir en futuras investigaciones y formación de docentes del área de la danza que se interesen en el tema. Además, es importante documentar las diferentes maneras en la que se utilizan estos recursos didácticos para que así futuros docentes de la danza o de otra área ya sea artística o de la educación formal logre guiar sus prácticas desde la presencia, la percepción, el lenguaje, la sensibilidad y la flexibilidad.

9 Lista de referencias

- Amós Comenio, J. (1922). Didáctica magna. *Biblioteca Pedagógica de Autores Españoles y Extranjeros, 1*, 321.
- López de Méndez, A. (2013). La Entrevista y los grupos focales. *Centro de Investigaciones Educativas*, 30. http://cea.uprrp.edu/wp-content/uploads/2013/05/grupo_focal.pdf http://academic.uprm.edu/jhuerta/HTMLobj-94/Grupo_Focal.pdf
- Brozas Polo, M. (2016). Danza “contact improvisation” en la universidad. In *Tándem: Didáctica de la educación física* (Issue 51, pp. 50–54).
- Calzado, D. (2011). *Didáctica, su objeto y sus problemas actuales*. Universidad de Ciencias Pedagógicas “Enrique José Varona”.
- Castro, J. P., & Otegui, A. U. (2012). Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica. *Lecturas: Educación Física y Deportes, 167*, 4–13. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4703804>
- Contreras, A. (2015). *Isadora Duncan y su Movimiento Natural: posibles influencias en docentes de grado del Instituto Superior de Educación Física. 9*.
- Dago, A. (2011). Investigación cualitativa. In *Pharmaceutical Care Espana* (Vol. 13, Issue 6). <https://doi.org/10.2307/j.ctv1cfthrh.8>
- Ferreira Urzúa, M. A. (2009). Un enfoque pedagógico de la danza. *Educación Física Chile*, 268, 9–21.
- Flores, J., Avila, J., Rojas, C., Sáez, F., Acosta, R., & Díaz, C. (2017). *Estrategias didácticas*. http://docencia.udec.cl/unidd/images/stories/contenido/material_apoyo/ESTRATEGIAS DIDACTICAS.pdf

- Fuentealba Weber, L. (1986). Reflexiones sobre sociología de la educación. *Revista de Sociología*, 0(1). <https://doi.org/10.5354/0719-529x.1986.27541>
- Laban, R. (1991). *Danza Edicativa Moderna*.
- Mattos, L. A. De. (1964). *Compendio de didáctica general*. 9.
- Pedrosa, L. P. (2020). Grupos de discusión: *Grupos de Discusión*, 5–10. <https://doi.org/10.2307/j.ctvzxx9xc.3>
- Pérez Lo Presti, A. (2007). Psicología en educación: una visión contemporánea. *Educere*, 11(39), 623–628.
- R.W de Camilloni, A., Cols, E., Basabey, L., & Feeney, S. (2008). *el saber didactico Camilioni.pdf*.
- Urra, E., Muñoz, A., & Peña, J. (2013). El análisis del discurso como perspectiva metodológica para investigadores de salud. *Enfermería Universitaria*, 10(2), 50–57. [https://doi.org/10.1016/s1665-7063\(13\)72629-0](https://doi.org/10.1016/s1665-7063(13)72629-0)

10 Anexos

9.1 Recopilación de datos grupo focal.

Objetivos específicos:

- 1.- Reconocer aspectos de la didáctica en clases de técnica moderna.
- 2.-Identificar las narrativas de docentes de danza en el espacio formativo universitario.
- 3.-Vincular los aspectos de la didáctica de la danza moderna al relato de profesores de danza.

Preguntas gatillantes:

- 1.- ¿Qué entienden por didáctica de la danza?
- 2.- ¿De qué manera planifican sus clases de técnica moderna?
- 3.- ¿De qué manera abordan la didáctica en la técnica de danza moderna?
- 4.- ¿De qué manera la teoría de la didáctica de la danza ha influido en tus planificaciones de hacer clases de técnica moderna?

Categorías encontradas:

1.1 Didáctica: en el contexto de lo que significa para ellos

1.2 Didáctica: La didáctica en contexto de clases.

2.1 Contenido

3.1 Lenguaje, palabra, habla

1.1 Didáctica

“La didáctica de la danza guarda relación con el modo de modular la forma de ir transformando un camino y un proceso y desde ese lugar de modular se empieza a componer ciertos momentos para poder lograr con el cuerpo un objetivo”

“ Esa palabra didáctica me resulta compleja de comprender, no sé por qué siempre me ha pasado lo mismo... si me preguntay te diría no sé enserio, es como el concepto en si claro como que no tiene una... no hay un fundamento tan teórico como o tan... no sé”

“ Tiene que ver mucho con la capacidad de ser flexible en ese viaje, si bien uno tiene como un objetivo, un foco o un contenido a trabajar siempre uno está transitando un poquito de acá un poquito de allá, como que esa flexibilidad va sufriendo dentro del proceso educativo y eso también es muy interesante”.

“ Me pasa igual que individuo 2 con la palabra didáctica... pero estoy como que estoy super de acuerdo con todes, uno en la clase si bien en la clase lleva el material quizá como un fraseo más técnico dependiendo de cómo sucede todo, tienes que ir buscando lugares que eh... quizás que ayuden...”

1.2 Didáctica

“ ...ahí entendí que uno puede jugar en las clases... que no tiene que ser siempre igual y no salirse de lo técnico y parte de la técnica es la improvisación porque te conecta con la

interpretación en la técnica misma... es interpretar así que hay hartas cosas... me cegué un poco y con eso me ayudo esto de la didáctica y hay hartas cosas por hacer, jugarlo más”.

“... la didáctica desde las perspectivas, porque tiendo a sostener un material, pero ese material es un poco este dibujo de la torta de la Joan que desde un centro que va como un pulpo abrazando de distintos lugares y me pasa que lo abordo desde ese lugar para que el material que es repetitivo tenga un sentido de ser repetitivo y observarlo de distintos puntos”.

“... la didáctica, la manera que uno lo comparte desde el lenguaje también eso estaba pensando creo que es re importante como un sensibiliza el espacio donde se están moviendo les estudiantes desde el lenguaje que uno va poniendo en práctica”.

“...lo complejo de la didáctica de la danza que... claro como que hay muchas formas, pero hay una lo que yo creo que lo que le da complejidad a todo este desarrollo de la sensibilidad, hay algo muy sensible que te permite como ver cosas o no ver cosas, o no ver cosas o tomar ciertas decisiones o cambiar las estrategias hacer cierta actividad...”

“... Son momentos que pasan, se te olvida pero que al final al estar ahí trabajando como que va creciendo esa didáctica a partir de la experiencia, al final es infinita...”

“...la didáctica vendría siendo el momento que esta entra, de qué manera va a entrar cuanto y como va a suceder, la freno un ratito, la retomo la didáctica tiene que ver con el tiempo de modular la cosa por eso siento que tiene presencia”

“...en las clases de didáctica yo intento abrir este espacio, para que busquemos estrategias, yo busco como estudiante una estrategia para enseñar algo, no te estoy diciendo hazlo de esta manera... no busques esta manera, no te digo que manera, pero eso y ahí a partir de uno y la experiencia...”

“...yo siento que es importantísimo que un estudiante pueda tener este espacio de teorizar con relación a la didáctica de la danza y no como concretar narrar y escribir y fijar algo si no como un espacio para plasmar tu experiencia, y a través de plasmarla dejar una puerta para que otre pueda plasmar otra cosa cierto... documentar más que fijar...”

2.1- Contenido:

“...las distintas maneras en las que o por los distintos lugares en los que uno se puede mover para ir acomodando la mejor manera de poder llegar o entrar un contenido”.

“...analizando estos contenidos que estamos más acostumbrados con la formación de la escuela, de verlo de una manera más sensitiva...”

“Identifico el contenido a trabajar como que esa es la primera tera que hago, invento no sé, en esta unidad voy a trabajar swing y ya qué tiene el swing, tiene lo pendular...”

”...Igual el contenido como que hay contenidos que trabajar otros que todavía no y otros que sí... como exigencia, pero cuarto y quinto o un training de técnica moderna no necesitay un contenido específico como están todos los contenidos y libertad mayor de generar material

“hay contenidos específicos de movimientos de crear los fraseos, por ejemplo, material técnico de un fraseo que claro ahí es más específico las cosas que puedes hacer y las cosas que no puedes hacer”.

”... los contenidos que tengo que ver según las unidades y todo y empiezo ya esto por aquí... lo tengo anotado, así como claro igual al principio lo dejo, así como ya vamos para jugar un poco más o necesitan un trabajo introspectivo como en ellos mismos para poder generar interacciones, pero la otra parte de la clase ya tengo que ver este contenido y este otro contenido, así como tatata...”

“ yo parto siempre desde un lugar rítmico, me gusta bastante como generar al menos dos o tres materiales moviendo y luego de eso comienzo a observar que contenido hay mayormente en el movimiento”.

“... y claro uno va buscando imágenes o quizás mismas dinámicas dentro de la clase para poder ir aportando este contenido en sí... que no sea siempre la misma forma de hacer siempre si no que poder ir buscando dinámicas que aporten a que esto se vaya creciendo”.

“...también el contenido se habita desde la experiencia y no como desde un te enseño y aprendes sino más bien lo vives y tú vas sintiendo que aprendes y vas sintiendo como lo aprendes...”

3.1 Lenguaje, palabra, hablar

“...de si lo hablo muy rápido si lo explico muy rápido porque quizá el mismo material complejo, pero si uno lo habla más lento y con palabras más simples para una persona que no sabe mucho puede que igual lo pueda hacer...”

“...fuera del tecnicismo cierto también cambiar la palabra no voy a hablar en términos técnicos voy a hablar de una forma mucho más cotidiana... abraza aquí, huele acá, desde esa forma se puede sostener el material complejo y hacerlo simple...”

“El lenguaje aporta mucho en eso quizá hay momentos en que uno puede crear un discurso más imaginativo o hay momentos que son momentos en que uno puede crear un discurso más imaginativo o hay momentos que son más no sé más técnicos propios de la técnica moderna, el torso el centro de peso etc... La didáctica la manera que uno lo comparte desde el lenguaje también eso estaba pensando creo que es re importante como uno sensibiliza el espacio donde se están moviendo los estudiantes desde el lenguaje que uno va poniendo en práctica”.

“... como uno ocupa el lenguaje como uno va transformando y como uno va transformando y como uno va invitando al interprete a que cambie también su estado y que esta alerta y versátil como receptor”

4.1 Sensibilidad, sensible

“...y es ahí donde uno tiene que estar bien sensible y muy amplio de percepción para tomar la decisión de simplificar y sostener y que es lo que simplifico de pronto no es la corporalidad si no que de pronto la rapidez de la cosa...”

“... creo que es re importante como uno sensibiliza el espacio donde se están moviendo los estudiantes”.

“...la sensibilidad, hay algo muy sensible que te permite como ver cosas o no ver cosas o tomar ciertas decisiones o cambiar la estrategia... hay que buscar algo más allá que no tiene nombre algo más sensible, más emocional.... Creo que hay un elemento sensible ahí porque estamos trabajando con algo artístico, estamos trabajando con las emociones”

“ Desde tu sensibilidad con mucha presencia, como estar atentos a como los cuerpos van entendiendo, que van entendiendo y como esos cuerpos te van proponiendo una respuesta porque va transformando nuevamente la didáctica... la sensibilidad de una práctica cierto como conectar primero no solo contigo como conectar con todos, como conectar con el momento presente”.

“...tomé clases de danza moderna, pero en un lugar donde no había tiempo para aprender desde lo sensible”.

“...la sensación no es una metodología, como que son recursos de como lo haces, como captas ese lugar sensible y escoger la palabra y escoger para poder conducir ese trabajo”.

9.2 Recopilación de datos, grabación de clases de técnica moderna

Categorías:

1.1 Contenido

1.2 Lenguaje, palabra, habla

1.1 Contenido:

“ Ya, porque aquí estoy así diagonal del cuerpo, ahí estoy inclinada, cuando me roto quedo a la paralela”.

“Recordar este momento cuando me dejo caer con la pelvis, acercarse al centro del cuerpo en tamaño achicar para luego salir con el swing de brazos, si ese momento y el otro cuando estamos acá este, abrir realmente rápido cortando el aire para luego suavizar para que pongan atención en esos cambios”.

“ Vamos entonces soportes diagonales, repasamos ya cruzamos adelante ahora al lado adelante y voy hacia atrás cruza adelante, recordar mantener la pelvis con ese frente, atrás junto y ahora en la diagonal cruzo atrás y vuelves, ya mantener las rodillas estiradas en todos

los pasos que damos en las diagonales, nos alargamos mucho... para cambiar de lado hacemos un pase muy arriba, colapsamos aquí y que la diagonal no se vaya adelante, y de aquí empujamos el piso...”

“Cuidar un poquito que cada gesto de tu soporte no tenga una pausa ni un final ni una sensación de no seguir respirando, todo lo contrario, oxigenarte cada tendú y volver, alcanzar más lejos para que el tercero te ayude a salir de tu eje”.

1.2 Lenguaje, palabra, habla

“ Y vaa derecha, pari papa pari pari papa y arriba guaaap... papa di papa di y una izquierda guaaap y ya para pi para piparara pierna pelvis y pasa por arriba guap entra guap... va un con brazos y va guaaap.

“Como les dije de apoquito ir buscando ... esto para todos si... pero como sobre todo hacemos la diagonal busquen que todo se transforme en un conjunto... si... que no sea por ejemplo claro: me abracé, me abracé y recuperé...si no que me abraceee me abraceee y recupere”.

“Cayendo y rápido guaaap, lejooos, pelvis ya y pierna derecha ahora izquierdo, soportes paralelos eso coronilla al cielo 5 6 izquierdo 1 (sonido boca) lejos guaaaap, profundoo”

“ Atención para todes, recordar este inicio si... que las manos prácticamente suben suaves leves y en este cambio (sonido con la boca) se rigidiza hay una energía más activa... como flotando y guaaa se cambió la cualidad”

Inspira arriba, centroooo y explota boom y brazos... y van piernas, pecho al cielo, toma el centro firme y arriba lentamente y abre atrás a la mesa lejos, continuo el movimiento sin detenerse, sigue bajando y desliza atrás, no corten el movimiento todo continuo, pecho al cielo y vuelven, juntas y subes por dentro.

“Tu coronilla casi toca la tierra y tus manos te empujan para regresar, salimos adelante largues en la recta, te respiras alineas, talones, pelvis, escápulas... esternón se traslada entra, relaja en tu garganta y vuelve al eje una vez más”.

“Suavizo brazos por los lados, descendiendo en tranquilidad, tu garganta entonces genera un primer círculo hacia tu derecha gigante (Sonido con boca) segundo círculo transitando por cada punto, sumamos el esternón que entra en el ombligo, se mantiene conectado en tu columna abres, segunda vez abre en esa curva, vuelve a crecer, flexa ambas rodillas empujo para abrir soportes derecho y viajar codo esternón codo, redonde abraza, segunda vez empujo la tierra alargo piernas, vuelve a entrar flexo rodillas, para salir codo manos en la diagonal alta.

“Otro lado prepara (sonido de boca), uguapapipapapapa y lejos voy y contraído centro que se va, entrego peso, subió, entregó cruzando que se va y yaaap... bien gracias.

“ Suelta las extremidades, quítale tensión, sacude el torso pelvi, sácale toda la información enviada, soltar sacudir, rebotar, sacar, juega con la intensidad, sacudidas suaves, sacudidas intensas, pequeños grandes lugares, solo soltar ojo pelo ropa pensamiento, estado, respiración, suelta uaaaaa (sonido boca), suelta también la voz, emite algún sonido... desde tu estomago tu garganta desde tu pecho”.

- La didáctica se explica por sí misma en las grabaciones de clases, la sensibilidad o lo sensible está inmerso en el lenguaje.

9.3 Transcripción grabación de clase individuo 1

Vamos abajo partimos entonces

Cuerpo tendido relajado, suelta todo y conéctate con una inhalación profunda gigante al máximo.

Inhala y exhala profundamente un par de veces observando como aparecen empujes suaves, como se expanden los rincones del cuerpo, vas a cruzar dedos de las manos sobre tu coronilla, vas a activar talones en flex y vas a estirarlos con manos en contra de los talones y movilizándolo un poquito de un lado al otro, tirando con un talón de la mano y talón de soporte en contra... quedo al centro, alargando ambos lados simultáneamente tirante y te relajas abro brazos los derrito, flecto ambas rodillas para apoyar planta de los pies y generar un traslado suave de un lado a otro, lleva las manos al centro del cuerpo, observa como lo respirar y como se moviliza tu abdomen y continua con este traslado de un lado al otro....

Vas a ir deteniendo para quedar al centro, abrazamos ambas rodillas al pecho un momento y nos quedamos respirando profundo... soltando espalda baja, circular libremente en un sentido con ambas piernas, soltando la tensión de tus ingles y cambiamos el sentido del círculo, lentamente apoya planta de los pies en el suelo vuelve a relajar soportes.

Y movilizamos sobre el mentón de un hombro hacia otro, lento y continuo relaja los parpados siente el peso de tu cabeza, continua en este traslado suave.... Quedo al centro y vamos a comenzar todos los espacios articulares, comienza a movilizar de manera amable cada rincón del cuerpo comienza a movilizar esa columna, pelvis, rodillas y date el tiempo de sentir estiramientos amables, posiciones... comenzamos a cambiar en los frentes manteniendo siempre en contacto con tus pies y tu cabeza, viaja también hacia el centro del cuerpo y hacia tu afuera, relaciónate con el suelo desde distintos lugares, abriendo en tus ingles en tu pelvis y comenzamos a activar empujes.

Observa como estos empujes funcionan como pequeños masajes cada vez los empujes toman un poquito más de energía para elevar el centro del cuerpo, comenzar para entrar

Observa como empieza a parecer el movimiento continuo circular, percibe el cuerpo esférico y un empuje te lleva a otro, oxigénate y ahora continuamos encontrando estiramientos continuos, respiras los segmentos que necesites alargar dentro del movimiento

Movilizas, respiras, flexibiliza lugares, oxigena ese estiramiento, abre tus ojos, tomamos posición de cuatro apoyos, apoya rodillas manos debajo de tus hombros conectado coronilla coxis, palma de las manos, apoyo metatarso y con la pelvis alta genero esta caminata, entro. moviliza pelvis y desde esa caminata regreso pies hacia las manos.

Generando rebotes amables comienzo a subir vertebra a vertebra, vuelvo al eje con rebotes. Cuando llego arriba, rebotes suaves soltando en el centro, las manos al centro y observas como todo en tu adentro rebota también, liberas este rebote en la parte alta, inclinando, soltando en el cuello, suelta costillas, zona escapular, planta de los pies activamente empujan y luego lentamente lo voy alentando, suaaaave... Llego al centro elevo un talón y el otro de manera articulando conectando, nos quedamos sobre el derecho, el izquierdo queda elevado... empujo para cambiar, sede en tus tobillos

Ahora con suavidad y cuidado alargamos ese empeine, cambio. De apoco ambas piernas quitando tensión y con los soportes paralelos tirantes por fuera. Quedo al centro inhalo profundo, exhalando alargando ambas piernas, inhalo con piernas largas exhalando suelto continuo inhalo en la flexión, exhalando me empujo y me alargando, vuelo a inhalar, exhalando en continuidad flecto inhalando alargando, exhalando flecta solo rodilla izquierda derecha se queda larga, suelto el cuello y nos quedamos un momento ahí respirando.

Alargamos soportes, inhalo al centro, exhalando cambio y flecto derecha, alargando flecta ambos soportes profundos hasta llegar a cuclillas y llegar en la curva, deja caer el mentón, para sentir la gravedad y sentir el peso en tu abajo, suelta los tendones en tu cuello en la pelvis, relaja esos tobillos, pesada la lengua, los ojos, los labios, respiración gigante en tu abdomen y traslados peso entre manos y pies.

Tu coronilla casi toca la tierra y tus manos te empujan para regresar, salimos adelante largues en la recta, te respirar alineas, talones pelvis escapulas. Queda al centro y trasladamos peso adelante y atrás activando el empuje de tus dedos gordos.

Quedo al centro flecto ambas rodillas y rebotamos manteniendo el abdomen contraído, caminados con un brazo y el otro activando las escapulas, solamente centro liviano se diluye adelante suelta el cuello firme en tu centro y vuelve al eje una vez más.

Esternón se traslada entra relaja en tu garganta y vuelve al eje una vez más, entras esternón activo el centro del cuerpo y vuelves. Misma acción flectando ambas rodillas entrando en la curva relaja la garganta subes e inhala, vuelves a entrar flexible en rodillas, centros pelvis, creces, empujas

Una vez más entra en la curva esta vez sales con brazos por fuera que se alargan, elevo brazos, quédate un momento tirante con la sensación de tu torso de elevarte al máximo. Suavizo brazos por los lados , descendiendo en tranquilidad , tu garganta entonces genera un primer círculo hacia tu derecha gigante (sonido con boca) segundo circulo transitando por cada punto, sumamos el esternón que entra en el ombligo se mantiene conectado en tu columna abres, segunda vez abre en esa curva, vuelve a crecer, flecta ambas rodillas empujo para abrir soportes derecho y viajar codo esternón codo, redonde abraza, segunda vez empujo la tierra alargo piernas, vuelve a entrar flecto rodillas, impulso para salir con codo, pelvis se bascula para venir en la curva.

Roto activo escapulas, traslado peso mirada sale al final, cambio brazos quedan amplios, observas, flexible tus codos, empujas aceleras voy en la paralela me diluyo voy en esa curva y tengo 4 tiempos para respirarme y conectarme en diagonales altas, entro en 2 tiempos coronilla coxis.

Salgo en 2 tiempos abriendo el esternón, vuelvo a entrar vertebra a vertebra, y salgo coronilla coxis en 4 tiempos, el espacio te empuja hacia el centro y desde el centro te conectas en una diagonal baja. Soportes paralelos, preparo 5 6 de vuelta, vamos ahora si.

Va, rodillas respirando 5 6 garganta que se va y suuup y volvió segunda vez esternón que va y entra va gigante flecta rodillas traslada el peso para salir, y para entrar.

Inhálate y entro activo, codo mano y entro va, rota un cambio peso, amplia la segunda prepara 2 paralelo amplio y en 4 3 2 en 2 tiempos entras saliendo, entro inhala en cuatro tiempos arrúgate 2 3 desde el centro te conectas. Derecha se flecta para alargar, cambio alargas codo y centro traigo pelvis, déjate caer suelto 2 entras y va empujas por dentro creces y los brazos me diluyo y alargo flecto para subir por dentro, te respiras, lentamente bajo preparo todo izquierda.

Transita con más expansión cada movimiento, cada empuje cada codo, a separar el torso a separar pelvis y pone atención para la entrega de peso en tu soporte, me diluyo alargo piernas crezco por dentro, esta vez quedo alargando gigante roto soportes para descender con soportes en diagonales, flecto profundamente manteniendo la conexión por el espacio elevo el centro y suavemente te diluyes suelta ese cuello suelto todo, cierra el lado izquierdo nos conectamos en la diagonal derecha y alargo soportes en la cuarta paralela. Viajamos adelante atrás alargamos cervicales, rodilla descende, alargo empeine quedo un momento respirando elevamos el torso empujando con ambas manos soporte adelante la derecha se aleja en tu adelante.

Me inclino desde la mano y voy atrás, suelto cabeza y rota soporte izquierdo, yema de los dedos se aleja e inclinas, respírate para venir flecta el soporte, Traigo pelvis a la garganta, transita con pelvis tirante lejos lejos, vuelve al centro habita una vez más.

Lejos alcanza con la yema de tus dedos, habita una vez más el tránsito, pero ahora con derecho e izquierdo moviliza el espacio. Sale coronilla, talón lejos ya bajé rodilla, elevo el torso, brazo derecho sale adelante y rotas, alcanza tu atrás lejos, me diluyo, suelta cabeza. Punta de pie, traigo rodilla pegada apoya la palma de la mano, apoya todo todo todo suelto cabeza al final, relajo cervicales suelta mandíbula y ahora para venir con decisión traigo pelvis a la garganta paso por el colapso te construyes hacia tu arriba y hacia tu abajo, roto ambos soportes.

Cuidado que al subir en un soporte la zona cervical no quede, atenta bien quedemos pasemos muy por el centro, va el otro lado te alargas gigantes, descienes te relajas junto a la diagonal izquierda sale coronilla talón.

Voy atrás desde la ingle, te alargas en dos tiempos, esta vez solo vamos a transitar hacia atrás flexible, alarga esternón, esternón es lo último que llega y creces. Lo mismo el lado izquierdo.

Por la tierra 1, brazos diagonales 2, alcanzo 3, flecta el soporte de base, paso por una cuarta flecto soportes paso por esa curva.

Empujo la tierra con secuencialidad, voy delante el esternón es lo último que llega para subir por dentro y volver. Llegamos tenemos 2 tiempos para alargarnos tenemos 2 tiempos para alargarnos en el plano horizontal y 2 tiempos para abrir brazos, entonces en el último momento en continuidad movilizo en el plano. En continuidad me inclino, en continuidad zona escapular viene a su lugar en continuidad roto en continuidad subo, ¿sí?

Movimiento continuo masajeando planta de los pies conectándonos en direcciones básicas, preparas 6 va, 5 6 derecha adelante va, respiro observa en tu arriba, corto el aire, repetimos una vez más. Respiro y que va 2 pelvis contraigo y volvíó y que vaaaa cambio soporte, alarga cada tendú, alcanzo contraigo lateral... cada vez más lejos alargo y te vas, empujo y te vas otro lado va, y va cayo y hacia atrás lleva ese tendú lejos y entras y va.

Otro soporte que va atrás eh siente la línea media de tu cuerpo lejos, entro brazos salen largos epaaa. Inclinas abre brazos flecta en continuidad y empujo elevo centro y empujo alargo, tercera vez flecto alargo para contraer y subir por dentro, gracias. Cuidar un poquito que cada gesto de tu soporte no tenga una pausa ni un final ni una sensación de no seguir respirando, todo lo contrario, oxigenarte cada tendú y volver, alcanzar más lejos para que el tercero te ayude a salir de tu eje.

Te diluyes por dentro en la diagonal del cuerpo, te diluyes del cuerpo, empujo y cambio la tercera vez entro un lanzamiento pequeño que se expande y te invita a flectar el soporte de base, ambos soportes se cruzan. Traigo pelvis para bascular subir por dentro para bascular, pelvis que se va lejos, centro que trae va, centro que rebota sale 1, 2, tercera vez lanzo clic, sigue viajando, la mirada se transita. Traigo pelvis, traigo esternón curvo y subo vertebra a vertebra.

Primer momento continuo y expandido empujando la diagonal con el ombligo resiste con suavidad, en un momento iluminado rápido clic y se sostiene, va derecha, izquierda. Por la tierra, brazos se diluyen, se va en 5 y 6 7 rotada cruza derecha 1 pararapripapa 2 Eleva guapapripapa, pelvis flotando flotando eleva el torso cambia va pequeño y pequeño que va, cayendo, inhalando cruzo por atrás, otro lado prepara.

Uguapapipiaaaa mantiene los brazos y pa, y traslada y lejos voy y contraído centro que se va, entrego peso subió, entrego cruzando que se va y yaaap bieeen gracias. Sostener un poquito esta idea de estrujar la zona media del cuerpo, entonces te orientas en esa diagonal y no te conformes con guiar la primera sensación cuando tus brazos llegan a una posible quietud tu ombligo sigue estrujándote para llevar la columna en espiral. Gracias.

En el último momento peso de tu esternón en tus brazos y ahora cuando respirar abres tus ingles, abre tu mirada y pasa por esa curva expandida un momento que no se te quede. Entro y nuevamente fiuuuum (sonido) lo mismo, lo hacemos una vez más, derecha que se va cruzada rota y papapa y cambio. Elevados que se va y tierra y tierra dos, rota eleva mirada cambio, empujo va y vuelve al eje contraide, déjate caer alargo vaaaa. Cruzado va y esternón arriba, gracias.

Otro lado se prepare 6 7 y se va, izquierda que va y guapa dos y elevo, y que se va y tierra ahí, que un y tierra que va elevo cambio brazos tirantes abro el espacio y alcanzo contraigo y va pesado y un y esternón va gracias. Preparo 6, 7 que se va y epaa y ummm y vaaaa y entro, salió pelvis y 2 3 y que va, y va que va que va entro elevo y curva epaaa. Una vez más, mismo lado 5 preparo 6 5 6 7 pelvis va adelante pipaaa, cambio paaa, que va entro y rápido cayendo pelvis vaaaaa epaaa.

Rápido que se va, graciaaas. Una vez más este lado respíralo, recuerda entrar con energía en la pelvis, 5 6 7 que se va delante y pap cambio papa suave brazo va hoop cayéndote y vaaa entra mirada, salgo y va cambio.

Centro activo y pelvis va y opaaa pelvis rápido cambio y huella rotando soportes... y siete que se va y gracias, menos demora carolina para el tránsito. Suelta ahí un poquito las piernas, suelta los brazos, suelta las extremidades, quítale tensión, sacude el torso pelvis, sácale toda la información enviada, soltar sacudir rebotar sacar, juega con la intensidad, sacudidas suaves sacudidas intensas, pequeños grandes lugares, solo soltar soltar, ojo pelo ropa pensamiento estado respiración, suelta uaaaaa suelta también la voz emite algún sonido.

Desde tu estómago, de tu garganta desde tu pecho, ya y lentamente deja que se vaya lento lento deja que se vaya, va quedando en el espacio que te rodea se va diluyendo hasta llegar a una pausa en la paralela, en esa pausa cierra un momento tus ojos, observa el efecto de la

práctica, el efecto del rebote. Desenrollamos vertebra a vertebra, flecto levemente ambas rodillas, una pequeña flexión para soltar espalda baja con ambas manos genero un pequeño masaje en la zona lumbar, sacros glúteos, suelto brazos, alargo piernas un momento para terminar abrazando tus codos sobre tu cabeza.

9.4 Transcripción grabación de clase individuo 2

Recordamos primer ejercicio, paralelo los pies, inspiramos arriba relajamos hacia el centro, hacia los lados y hacemos un gesto con las manos (sonidos con boca). Brazo derecho sale el codo, codo izquierdo atrás abre el pecho, desliza manos por los muslos sale adelante con slag y toma el centro y creces como un sacacorchos, alarga el cuello y encajo omoplatos y vas hacia la derecha con los soportes. Con talones arriba apoyados cierto metatarsos y bajas y vuelves a crecer arriba cierto y metatarsos y flexionando las rodillas bajas.

Te quedas abajo tomas un lado el otro y desenrollas cierto y brazo derecho arriba por dentro y vuelves hacia tu cara, cruzas hacia atrás y lejos adelante, toma la pierna derecha y deslizas adelante y vas atrás y llevas el pecho al cielo y tomas el centro y subes arriba hacia el paralelo estiras atrás brazos a la mesa brazos hacia abajo deslizas atrás, manos sobre la rodilla ángulo de 90° y abres el pecho atrás y estiras alargas, juntas paralelo brazos por dentro y brazo derecho va , por el lado arriba y hacemos todo hacia el otro lado izquierdo.

¿ya? ¿Vamos?, lo hacen una vez ustedes y yo los miro, ¿se escucha bien la música? Entonces, vamos 5 6 7 va e inspira 1 y voy al centro y guaaap y gesto de manos, abre el pecho y va a adelante goop, sube por dentro busca el piso y vas hacia la derecha, creces arriba empuja el piso y vas hacia la izquierda gaaap, desenrollas arriba guap y vuelves al centro. Adelante guap atrás, centro va hacia arriba empuja el piso y crece lejos a la mesa y desliza atrás creces y abres flexible pecho, estira, busca el paralelo y lentamente subes por dentro, brazo derecho va por el lado sales, alargas el otro lado inspiras y goaap, izquierdo, abres y guuaaap sale lejos adelante por dentro subes, hacia la izquierda y bajas flexionando.

Muy arriba y te quedas arriba y gaaap y brazo izquierdo arriba y va lento y va adelante atrás gaaap, toma el centro arriba, alarga atrás y lejos 1 2, y desliza atrás creces y abre el pecho flexible estira, y subes por dentro y por el lado sales y gaaap y sube por dentro los brazos, alargas alárgate, toma los codos y lejos adelante por la mesa te quedas abajo, quédate abajo y suelta la cabeza diciendo no, suelta la cabeza diciendo sí, flexiona rodillas y ahí rebota, vuelve a estirar las rodillas, suelta los brazos y baja la pelvis, traslada el peso hacia las manos y hacia los pies, hacia las manos y hacia los pies, y caminas hacia adelante hacia las manos y moviliza la pelvis atrás dependiendo del espacio y mantiene un momento ahí, traslada el peso de un lado a otro levantando una mano y otra, mantiene el peso entre las rodillas.

Suelta la cabeza diciendo si, rebota suelta los brazos y baja la pelvis, traslada el peso hacia las manos y hacia los pies y caminas hacia adelante con las manos y desliza pies atrás dependiendo de tu espacio, mantiene un poquito ahí, relaja las rodillas y afirmando muy bien el centro, centro firme que lo vamos a usar.

Alargando ahí un momento más, como una flecha traslada el peso adelante y atrás y engancha bien los metatarsos, empujando el pecho hacia las piernas, trata de apoyar los talones en el piso y camino con los pies hacia las manos con la mano hacia los pies y suelta ahí, articula hombros, suelta el cuello relaja las rodillas y sube lentamente por dentro ¿si?

Entonces seguimos, 5,6,7, inspira arriba, ¡centrooo... y explota boom! Y brazos. Arriba empuja el piso y alárgate y firme empuja el piso, bajo cuando bajas sigue creciendo, abajo y desenrolla guap y va piernas pecho al cielo, toma el centro firme y arriba lentamente y abre

atrás a la mesa lejos, continuo el movimiento sin detenerse sigue bajando y desliza atrás, no corten el movimiento todo continuo, pecho al cielo y vuelven, juntas y subes por dentro.

La continuidad de movimiento es importante porque uno corta el movimiento a veces, todo continuo para sentir como va el cuerpo trabajando y como que no se corte la energía, de este ejercicio es super importante ‘respirarlo’ pero en esa simpleza necesitamos integrar más la respiración en el movimiento, cuando vamos atrás por ejemplo tac, como yo traigo todo lo del ombligo hacia el centro y sigo, mucho más conectada esa sensación para poder empujar más el piso.

Cuando estamos arriba vamos a trabajar harto equilibrio, poder conectar esa sensación de conectar el piso para subir, poder lograr ese momento ahí, mucho más control. El siguiente paralelo, plié sale al lado paralelo, plié salgo atrás plié palma queda abajo y rotamos el hombro para quedar en un tendú atrás vuelva adelante y paralelo. Lo mismo al lado, atrás, plié, adelante atrás y vuelves paralelo, después salgo todo hacia afuera como una estrella tac, y ahora esos mismos empujan hacia adelante y luego la pelvis hacia atrás y vas hacia adelante para ir arriba para luego ir atrás, elevar los talones al piso, bajar los talones a la cuarta, paralelo y te construyes para empezar el otro lado.

Primera vez lo hare con ustedes y la segunda los miraré. 5,6,7 y va, dale un tag al lado toc, atrás guap, atrás, lado, adelante 1 2 3 guap, y sale 1 flex empujas y 1 y 2 guap apa. Atrás segunda y paralelo y 1 y 2 al lado y atrás, atrás, Abres guap tac y sales 1 flex, pelvis atrás adelante y atrás segunda y talón y paralelo arriba, vuelves y 1 eleva talones, arriba guap flexiona apoyas en un tiempo. Cuidado con la pelvis (menciona a estudiante) , mantener la pelvis, ¿podemos hacerlo una vez más ya?, Hacer la rotación con relación a la pelvis, buscar también bien arriba, arriba y tac.

Flexionas talones arriba y pasas arriba, baja y arriba y sigue creciendo y guaa tamara, guap paso si es la diagonal abajo abierta la palma de la mano y yap papa y otra vez derecha y guap. Memoria chiquillos o si no, no los puedo mirar, el video está estudien.

Vamos entonces soportes diagonales, repasamos ya cruzando adelante ahora al lado adelante y voy hacia atrás cruza adelante recordar mantener a pelvis con ese frente, atrás junto y ahora en la diagonal cruzo atrás y vuelves, ya mantener las rodillas estiradas en todos los pasos que damos en las diagonales, nos alargamos mucho, para cambiar de lado hacemos un pase muy arriba, colapsamos aquí y que la diagonal no se vaya adelante, y de aquí empujamos el piso bajamos por dentro.

Vamos entonces, soportes diagonales, repasamos cruzando cierto adelante abro al lado adelante y voy hacia atrás cruzo adelante. Recordar mantener la pelvis con ese frente, me devuelvo atrás junto, adelante en la diagonal, atrás junto, adelante en la diagonal, alargas y vuelves, mantener las rodillas estiradas en todos los pasos que damos en las diagonales para que no nos pase eso, si? nos alargamos mucho, ya? para cambiar de lado, hacemos un pasé muy arriba, cerramos colapsamos, toma la pelvis, la pelvis va hacia adelante que no nos vayamos hacia adelante la pelvis esta firme, llevamos el pecho al piso, bajamos por dentro y estamos listos para empezar el otro lado.

Segunda parte sería, vamos en la misma dirección cierto un tac tac, en las mismas direcciones de los brazos, pero ahora va en la misma dirección de la pierna tac tac tac, diagonal adelante y cruzando 1 2 3 4. Buscando un pasé abierto paralelo, junto y rotan las piernas para hacer un relevé para empezar el otro lado.

La primera vez vamos a hacer 10 tiempos en vez de 8, ya, vamos, entonces 5 6 7 y va, y cruza un adelante y atrás cruza adelante guaaap te devuelves atrás y soap y tac tac y 1 2 quedo guaaap 3 4 5 6 7 va y 1 y atrás 1 tac tac y va atrás guap, 1 2 3 y va arriba, rodillas salen lejos adelante.

Con la música una vez, esa parte con música, 5 6 7 paralelo y va. Un dos y guap y va uno, dos, pelvis arriba va 1 brazo, pecho y rebota 2 3 4 y va 1 2 rodillas pecho uno dos arriba en un tiempo va en 1234 y va 1 2 3 arriba cambio, 1, y va mantiene uno dos mantengo, queda vuelves desliza abajo colapso, 2 3 y cuatro y lado 1 2, abre más otro lado. Pelvis y pelvis, arriba va 1 2 3 y vuelves rebota y va uno dos y 1 2 3 atrás y 1 2 3 4 pase. Va la pierna (menciona a estudiante) la idea es cambiar y que de la mesa cambies, busca proyectar tus brazos hacia arriba y hacia abajo.

De nuevo una vez más, y luego ustedes tienen que verlo en sus casas para hacer el último ejercicio. 5 7 y va y pelvis va y suelta el cuello guaaaaa, 1 2 pecho 3 vuelves, flexiona rebotas 3 y va y rodillas, saca las rodillas hacia abajo y pecho, pelvis abajo, bajo adelante pelvis adelante y guap 3 va y arriba, mantiene dos 1, queda y cambia, y guaaap a la mesa alarga y brazo 1 pecho y rebota 5 6 7 y pierna 2, crece en el pecho.

Busquen terminar el movimiento, aquí en el paralelo, busquen terminar, entonces es eso subir desde el centro ya, mejor (menciona a estudiante) busca el paralelo para llegar al final, es más control, podemos girar muchas veces, pero en este caso como es solo el cambio de frente ocupamos más el control. Vamos a hacer el que viene al tiro con música todo, se acuerdan o no, ya repaso rápido lo hacemos una vez y hacemos el otro ejercicio.

Relajamos círculo grande y dos veces.

Pregunta alumna: La segunda vez que se lanza, se cae para que la derecha suba al pasé ¿es así? Porque si es así como que pierdo tiempo.

Docente: Busca ir directo, no sé por qué pierdes tiempo, lanza cae es como tac tac, ¿¿ya??

¿No hay más preguntas?, vamos 5 6 7 y va inspira y relajas, centro circular abre el pecho y caes suave, el cielo y adelante redondo, rebotas, al lado Grand plié. Relaja el peso creces y adelante, pecho al cielo y cae y guaaap guaaap.

El último ejercicio es de equilibrio y concentración más que fuerza, saber dónde ocupar la tensión es mucho más meditativo, es de mucho equilibrio, esta parte así. En paralelo caemos... fuuuu el brazo izquierdo cae hacia el otro lado y se despega uno y el otro lado, tac tac, ahora sale el brazo derecho de ustedes que es el izquierdo mío. Así y succión hacía arriba y pueden traer la alfombra, eso es succión.

Vas cerrando botones 1 2 3 y 4 y ya salió el brazo para cruzar, salgo atrás y subes puedes apuntar hacia arriba y busca el equilibrio... piqué sale adelante va... brazos y cruza atrás y va tobillo dos tres bajas y sobre el soporte, busca el equilibrio atrás segundo y sale por el lado vuelve, al lado adelante, vuelve se devuelve por el otro lado guap tac guapp tac tac y cerrando, pecho al cielo y ahí viene un tiempo para ustedes, trabajar como quieran ¿sí?

¿Ya? Está claro o no, ¿hay preguntas? Lo hacemos una vez más o hay preguntas

Alumna: si cuando parte es, el brazo que está afuera, se me olvido si era hacia abajo o hacia atrás, como derrotado, así como reflexivo como cuarentena como reflexivo...

Docente: Esta sensación de kuj kuj te va trayendo el torso, entonces ocupen los abdominales y el potto que es toda la fuerza de la energía para ocupar el centro y concentración y equilibrio, empuje el piso fuuugg, hagámoslo una vez más, escuche la música e intente viajar, ahí que es muy bonita.

7 y va cayendo, despegando, trayendo con las manos 1 2 3 sale el brazo y ya. Mira lejos hacia adelante y abajo y adelante, abres equilibrio va, pulso, abre atrás y un dos tres sale extiende tu cuerpo, abre segunda y va saliendo al lado guaaa... y suelta la cabeza y al otro lado guaaa... y va 1 cambia la energía lejos, sale con tu energía lejos proyéctala lejos... abre el pecho y continúen con la sensación, busque equilibrios, lo que quiera ¿sí?. Otro lado va... y saliendo y guaaap, mira lejos adelante, busca el piso.

9.5 Transcripción grabación de clase individuo 3

Acepten por favor la grabación, activamos la cámara entonces, quienes puedan hacerlo y nos ponemos al centro del espacio. Vamos entonces paralelo, y brazos por los costados entrelazando y empujamos (sonido con la boca) alargamos y soltamos, balanceo y lado a lado, vamos de nuevo brazos por los costados, entrelazamos dedos empujamos para sacudir y balancear.

Recuperamos la verticalidad y palma contra palma, generamos fricción calorcito, y nos vamos al pecho esternón circulando costillas, seguimos bajando abdomen y por atrás zona lumbar circulando eso, seguimos bajando glúteos y por delante pubis, ingles, caderas por los costados y seguimos bajando, borde interno externo, rodillas, la corva y sigo bajando, gemelos la zona de la tibia, tobillos y pies, la planta y subimos por el mismo camino rápidamente nos quedamos en la cabeza, eso friccionando generando calorcito para despertar y mano cóncava generamos

golpecitos libremente por el cuerpo, buscamos en cada rincón y desde la coronilla guap limpiamos por todo el cuerpo golpeamos bajamos.

Ya super. Brazos por los costados nuevamente y enrollamos columna guap soltamos brazos y dejo caer el torso, balaceamos dibujando un 8, y caminamos hacia adelante boca abajo alargamos isquiones al cielo lejos lejos, lejos. Flecto una rodilla y la otra en el lugar para movilizar cadera y desde los metatarsos con piernas hasta mi cabeza dibujamos una onda grande, eso a ras del suelo y atrás, cuatro apoyos y posición del perro de nuevo, nuevamente una gran onda arras del suelo, cuatro apoyos, isquiones al cielo y voy de nuevo, brazos a la tierra deslizo atrás camino con mis manos hacia mis pies, flectamos rodillas y subimos vertebras por vertebras. Subimos los brazos por los costados y colapsando, voy de nuevo abriendo en el espacio y cerrando, una vez más guap y cerrando colapso, sale un brazo el otro y pecho profundizamos, abrir guap elevo un brazo y centro elevo el otro y centro, una vez más lejos centro, activando el abdomen guap y sale un brazo uno más arriba y traslado centro de peso, cambio.

Por el otro lado traslado centro de peso y guap cambie, yaaa alargamos el costado del cuerpo y centro, sale un codo, el otro y hacia abajo, un codo y suavizando columna y abrimos huella guap me inclino, y profundizo pelvis y el otro lado, recordamos inclinación recta el eje plié izquierdo. Brazos hacia arriba traslado centro de peso y cambia, profundizamos, voy de nuevo otro lado, traslada centro de peso traslado y lejos traslados por el plano frontal y profundizo pelvis... otro lado guap y profundizo, estiro rodillas. Ya cerrando paralelo brazos por los costados y me dejo caer para balancear, flecto un poco rodillas y lejos viajando, guap cambio de lado balanceando, eso lejos centro y circulando centro hacia atrás, esternón al cielo. Una vez más (sonido de boca), una vez más sigo circulando ya brazos por los costados, se me apago la cámara, pero sigan.

Hacia el cielo los brazos y empiezo a enrollar mi cabeza dejando caer mi torso hasta abajo y dibujamos un 8, soltando, flectando rodillas subimos vertebra por vertebra. Ya recordamos entonces vamos todes juntas, me equivoque de clase jaja ahora sí. Lejos centro, subiendo profundizo, me abrí guap. Subiendo lejos lejos lejos, cambio y circulando pelvis, rodillas flectadas, y suavizando hacia adelante cae, con la huella amplia, rápido y subiendo lejos lejos lejos y cae brazos, esternón al cielo, me inclino pelvis eso vamos entonces.

Derecho e izquierdo, soportes paralelos ¿se escucha bien?

5 6 7 y va, lejos y centro subiendo, cayendo y rápido gaaap, lejos cayendo y rápido gaaaap, lejos, pierna derecha, ahora izquierdo. Soportes paralelos eso... coronilla al cielo, 5 6 izquierdo y va, 1 (sonido boca) lejos gaaaap, profundo, y rápido gaaap. Cayendo y un recordamos entonces soportes abiertos 5 6 y 7, 1 lejos centro.

Recordar este momento cuando me dejo caer con la pelvis, acercar al centro del cuerpo en tamaño achicar para luego salir con el swing de brazos, si ese momento y el otro cuando estamos acá este cuaj, abrir realmente rápido cortando el aire para luego suavizar para que pongan atención en esos cambios.

Alumna: Profe tengo una duda en el final cuando los bracitos hace una trayectoria en el plano frontal para cerrar siempre eh siempre me equivoco hacía que lado es, es hacia el derecho los brazos deben cerrar hacia el derecho.

Docente: ¿me estás hablando de este momento?

Alumna: nonono cuando el final hacemos un desplazamiento como un grito

Docente ¿Ya cuál es tu duda?

Alumna: ¿Que si es para la derecha debo pensar que los brazos cierran a la derecha?

Docente: si es brazo derecho los brazos cierran hacia la izquierda, es contrario

Alumna: ah ya bacán

Docente: Piensa que siempre es dirección contraria para cerrar

Vamos entonces los veo, pueden encender cámara se los agradezco, vamos entonces soportes abiertos, derecho 6 7 y va, Guoop diagonales. Lejos lejos lejos centro fuerte... chiquitito chiquitito ya, derecho y va, uno centro, cerrado el cuerpo para abrir, ultimo derecho 7 y va. Suaveee, Yaaa como están como están, Vamos entonces un poco más rápido.

Soportes abiertos antes de que se me olvide, este momento de abrir hay una tensión de salir mientras la pelvis se va trasladando cuando la pelvis se va trasladando, Yaaa. Atención con vamos a intensionar un poquito más los metatarsos cuando estamos abriendo cierto relajamos,

vamos a intensionar realmente apoyar los metatarsos para cambiar ahí también, apoyamos metatarsos y subir.

Para todes, para poder trabajar un poquito más los pies no quiere decir que paso el peso hacia la pierna si no que la intención en el flex y atención con la contracción todavía lo veo un poco suave, que realmente haya un combo en el centro del cuerpo marcar esa energía rápido fuerte. Yaaa cambia la cosa, ¿sí? Poner atención allí para que puedan matizar a la cualidad para poder matizar una contracción de un colapso.

Vamos a hacerlo una última vez con esos dos elementos que les mencione

Alumna: Profe en esa misma parte que estabas marcando en la ultima la cadera como iba que me confundí

Docente: ¿Este?

Alumna: No, cuando proyecto estoy estirando los brazos

Docente: La pelvis va hacia adelante esta más orientado al cubo, entonces lo que marca las diagonales son las extremidades y las diagonales van hacia adelante y la cadera no cambia de ubicación solo la pierna con el codo que luego genera la contracción.

Alumna 2: Tengo una duda en la parte final, ¿cuándo vamos con los brazos vamos entrando o es solo en el lugar?

Docente: Vamos circulando y uno termina de circular, en el centro terminamos en el centro para volver a salir y en ese momento al salir miren hacia afuera para que se conecten con la periferia.

Vamos otra vez, intensionar metatarsos recordar. Les doy inicio, 5 6 7 y va. Recordamos entonces paralelo, 5 6 7 y va. Atención para todes, recordar este inicio si, que las manos prácticamente suben suaves leves y en este cambio (sonido con la boca) se rigidiza hay una energía más activa, como flotando y gua se cambió la cualidad.

Atención (menciona a estudiante), y si alguien más cuando tenemos la huella amplia talón debe estar en línea con la rodilla ajustar ahí para que la rodilla no sufra. Vamos les veo derecho izquierdo derecho izquierdo.

Paralelo, 5, 6, 7 y va. Una cosita solamente en este momento cuando hacemos swing de brazos es importantísimo que trasladen el centro de peso para poder alargar por el costado, si no se lo estarán haciendo, ojo con trasladar el centro liviano, ahí no estoy trasladando.

Lo importante es trasladar y ahí naturalmente y ahí el centro liviano se va a inclinar, eso para sentir que el costado del cuerpo se alarga. Hacemos calentamiento de pelvis. Soportes paralelos. Recordar momento de los brazos cuaaj, de los brazos, hay un momento fuerte.

Antes que se me olvide, en este momento acerquen más sus manos, se les está desparramando la energía cuando puede ser chiquitito central, la acción es hacia el centro del cuerpo más que amplio y abierto, se conecta la energía chiquitita, y en este momento es trayectoria druart

Recordar flex de pie y flex hacia afuera, si trayectoria druart en ese momento una inclinación al cubo para luego hacer una inclinación hacia adelante, este momento cuando cambiamos trasladen más en ese centro de peso, siento que saco la cadera para ahí recién apoyarme, cambiar de brazo y cambiar de peso, trasladar su cadera, saco la cadera hacia el costado para que se traslade más más, más.

¡Y que más les iba a mencionar ah! El (menciona estudiante) lo hizo y después se le olvido trayectoria rond del brazo para luego salir con el pubis, es el brazo el que me deja caer y esa sensación de ir atrás proyecta el pubis adelante. Vamos entonces brazos por los costados para ir cerrando y enrollamos cabeza, relajo brazos y suelto el torso, caminamos con las manos hacia adelante posición del perro boca abajo, isquiones, izquierda y derecha avanzan, balanceo adelante y atrás, apoyamos rodilla empeina y vamos a una rotación manos hacia el frente y cambio de pierna muevo el peso adelante y atrás, apoyo rodilla empeine.

9.6 Transcripción grabación de clase individuo 4

Abrir la sala de entonces, entonces vamos con la music ocupa en el espacio a mí como que me da el calor frío, uno nunca sabe cuándo puede suceder. Vamos entonces Círculos con la cabeza, cambio de lado buscamos articular lo más consciente posible, Cambia el sentido hacia el otro lado. Me detengo en la cabeza y artículo las muñecas hacia fuera. Cambia el sentido

hacia adentro, voy, codos hacia fuera y va hacia adentro, y muevo hombros hacia atrás y adelante.

Detengo los hombros y voy con el pecho hacia la derecha, cambio a la izquierda, bajo el torso flexionar rodillas y mueve la pelvis hacia la derecha, cambio hacia la izquierda, rodillas hacia la derecha, cambio hacia la izquierda, detengo las rodillas y voy con el pie derecho hacia fuera el tobillo, y hacia adentro.

Cambio de pie, hacia fuera, y hacia adentro, buscar estar en la paralela, lleva los brazos arriba, engancha dedos y lleva las palmas hacia el cielo, entra costillas y alarga ahí y crezco, abro brazos y bajo al colapso. Suelta la cabeza y estiro soportes, empuja y crece estira brazos arriba engancha dedos, y empuja desde costillas adentro, y abre brazos baja la cabeza y baja vértebra por vértebra.

Suelta la cabeza cuando llegues abajo, y flexionar una rodilla y luego la otra, flexionar una rodilla y luego la otra intercalando, flexiona ambas rodillas, y traslada al peso a la derecha alarga descansa, estira la pierna adelante de la otra pierna flexiona, la rodilla de la pierna delante y da un paso atrás, alarga. Da un paso atrás con la izquierda y alarga, flexiona la pierna derecha y trae ambas piernas, trae ambas piernas, flexiona la pierna derecha, trae la izquierda junta y pasa la pelvis.

Levanta los talones y lleva a juntar la cabeza con el ombligo, estiro rodillas y mantengo un momento ahí para estirar por última vez, flexionar rodillas y con esa flexión voy subiendo lentamente por columna lo último que subo es la cabeza eso.

Vamos con los abdominales la misma secuencia, la de estira piernas, traes tira rodilla y codo 20 pierna y estira 10 dos veces y luego plancha alta 10-10-10 lateral y la última 10 codos si vamos a hacer al joven Chayanne ya que me lo sacaron de la imagen. Y voy a traer a mi Chayanne de vuelta, vamos donde estás torero esa canción nunca me puede aburrir jamás, se le había, espérenme se me pegó el Spotify, Ay qué pasó. Espérame que se me perdió... no denme un segundo.

Ahí sí, porque me suena el tiro porque la primera que puse ahora sí vamos. Preparamos, Prepara, 5 6 7 y va cruzado 1 10, 20 descansa, rodilla al pecho, traer rodillas y estira iba 23. 4

5 6 7 8 9, 10, descansa, preparados listos 567 y va 1 10, 20 descansa, rodillas al pecho traer rodillas iba 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 descalza descansa, vamos la planta. Preparamos 567 arribaba 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 cambio 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 cambio 12345 6-7-8-9-10 abajo 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 apoyar rodillas estira tras la pelvis.

Eleva la pelvis y voy hacia adelante a la cobra alargo ahí el abdominal, y lleva la pelvis atrás y recupera. Gracias Chyanne ...Oki doki ya Mori.

Denme un segundo, secuencia dos veces y ahora que estoy con ustedes, no sé si no también voz media rara que la intento sacar, déjeme un segundo que tengo que responder el chat vamos a ir al tiro con una pasada. Voy a poner la música que llegó del fraseo sin desplazamiento.

No soy muy buena para esto, ya entonces esta es la music lo voy a hacer una vez así ustedes, vamos marcando la música. Está con el mismo tiempo si es sin desplazamiento quedaría. Sí esa es me confundí, ahora sí marquémosla una vez así chiquitito y va uno. Por arriba miro lejos, abrazo abrazo abrazo, relajo a la izquierda 12 va va.

Relaja y ahora pliegue un cuasi 6 y entra 2 3 4 5 6 baja 2 3 4 5 6 arriba, y entra a 2 3 4 paralelo, 1, 2, 3, 4 y 6 1, 2, 3, 4 y 6 y 1 2 3 4 y 6 1 2 3, 4 y 6 abrazo 1, 2, 3, 4 y 6 1 2 3 4 y 6 1 2 3 4. Le puso talento el joven distinto el ritmo solo nos cambia la la melodía, Sí vamos a verles para ver si hay algo más cargar, así como tips entonces van ustedes están al piso, pues no siento las patitas, les pongo la música si íbamos Deme un segundo aquí preparadas va.

1 2 3 y derecho va por arriba, abrazo paripapa pari diagonal, y vaa una guapa guapa por arriba papari papari papari, entra pelvis y va un Pari papa, Pari papá y con brazos va un dos tres y va arriba y al lado.

El otro lado di Papá di Papá di papá y va del abrazo y abre pierna y abrazo.... Ejale activo comentarios, acérquense un poquito.

Profesora ayudante: Si, está bastante bien... ayer le fui a soplar ahí a la (menciona estudiante) que mejorara la diagonal del cuerpo. Mejor (menciona a estudiante) , ahí ya no nos estamos llenando con los hombros.. ahí va solo brazo. eso era... recordatorio si nos vamos con los hombros a la diagonal del espacio o con la cadera, no es el trabajo que estamos buscando, a pesar de que el cuerpo está orientado hacia este costado ya sea derecha o izquierda, los hombros y los huesitos de las caderas, las crestas iliacas, deben estar mirando hacia el frente,

ya los soportes deben estar abiertos, los brazos relajan a la diagonal pero mi rectángulo está mirando al frente y eso para todos los ejercicios... la diagonal del espacio la vemos más adelante cuando sacamos brazos y tomamos la onda.. pero todo el rato los tendú, tendú con pies el 8 todo hombros y caderas siempre al frente... los brazos se orientan distinto pero esto esta cuadradito... pero eso esta bastante bien este ejercicio.

Docente: Si como que en verdad no hay nada que estemos haciendo errado...Sino que hay que cuidar las cosas que siempre les decimos como un claro, esto de la diagonal, por ejemplo que se cierra el hombro, pero no se cierra tanto como antes Gaby creo que en un momento antes del arriba como cuando llegamos con el Ochoo ahí se está abriendo de un poquito too much. Cuando el torso se mueve hay que tratar de no abrirlo.

Recuerden que en el plano frontal igual tiene su dimensión, pero no tiene que irse más atrás. Creo que la onda está bastante bien... les vi los dos lados y no está sucediendo el error que por lo general sucede que saca la pelvis, 8 cuando llegó y de lado, creo que para reforzar Recuerden que la cabeza se acciona porque empieza a suceder toda la onda que no suceda como que abro y no la acción o o la otra situación que no la muevan.

Ya cuando estamos haciendo el ocho el principio hay un desplazamiento del torso pero no los hombros, o sea, como que los hombros se mantienen frente entre comillas y se desplazan al frente en verdad es como que rotamos en block se van bloquecitos.

Bien cuadradito bien Y cómo le digo no está sucediendo algo grave, sino que cuidar como que uno se emociona es súper normal y está súper bien. Porque aún no quiere darlo todo, hay que cuidar que los momentos de la prueba uno lo quiere dar todo, pero suele pasar que uno le pone mucho y aparecen. esas cosas que Controlaba mejoría y colaboración empiezan a pasar cosas o quizás pase algo, pero no va a suceder, es, pero está bastante bien en ese sentido. No hay...

Alumna: ¿Podrías hacer lo de las dos una vez?

Docente: ¿La onda?

Alumna: No no la secuencia haciéndolas nosotros de lado para que ustedes vean

Docente: Pero por supuesto ustedes solo pidan y yo les doy Jajaja, soy la sugar profe.. eh

Ya Entonces ¿vamos una vez de lado sí?, se ponen de ladito a la cámara

Vamos de ladito a la cámara eso, excelente... vamos va la música y va la derecha Pari papá, Pari Pari papá y arriba guap... Papá di Papá di y un izquierda guap y ya para pi para piparara pierna pelvis pasa por arriba guap entra guap.. va un con brazos y va guap

Y lado va guap y va.. y ya te vas y yap.

Pero excelente está bien eso es... de ahí pa delante. Como les dije de a poquito ir buscando... esto para todos si.... Pero como sobre todo hacemos la diagonal busquen que todo se transforme en un conjunto. ¿Si?, que no sea por ejemplo claro: me abrace me abrace y recupere... si no que me abrace, me abrace y recupere...

Los sin camaritas ¿tienen alguna consulta o estamos bien?

Alumna: con respecto a este fraseo no tengo dudas

Docente: ¿alguien más, todo clarito? Todu bem, aaah en idiomas, alguien en ingles por favor como para aponernos más internacional.

Profesora ayudante: Yo creo que (menciona a estudiante), creo a que a la (menciona a estudiante) le falta un plié en la relajación diagonal... ahora que lo hizo de lado me parece que no hizo plié... esa esa relajación de ladito va con plié... revísala por si acaso.

Alumna: Va como recta y desde la boca del estómago como curvo

Profesora ayudante: Si, porque tus curvas están super bien, las curvas bien, el eje bien pero faltaba el plié. Ya... entonces no vi tan mal

Todas: jajajja

Alumna: ¿cuándo nos movemos hacia el costado va con un plié? ¿O voy recta a buscar?

Docente: no, abre plié

Es abre plié, cadera, esa es la secuencia por separado, abre plié cadera... juntito sería abre plié cadera, abre plié cadera. Porque es más cómodo sentir en un plié la cadera hacia los lados, arriba uno igual lo siente, pero es más obvio, para eso hacemos el plié para que una sienta el sacatasa. Vamos a ir con el otro, el vimos ayer el que ya ensayamos con la musiquita

Lo vamos a ver una vez, pero este está bastante bien, déjenme buscar la música y vamos con el desplazamiento, ahora si yo les voy a decir el ‘Y’

Alumna: ¿el plié era con ambas piernas? o ¿sólo con el de la pierna inclinada?

Docente: ¿cuál en este?

Alumna: No en el que me comento (profesora ayudante)

Docente: ah van las dos... ambas dos

Vamos, suena música va atentas, y, un abre arriba guap y abrazo pipipipip lentoooo y un abre lado, guap brazo brazo y ja, vamos con la izquierda, vamos a ver altiro la izquierda para aprovechar y le demos comentarios... vamos izquierda ahora si

Atentas izquierdas y... un dos guap y iapapapariripapap letooo pasa y un va a tras lado un...

Yo sé que los espacios no son los mismos... hoy cuando me grabe choqué de lleno así que

Docente: cosas que hay que cuidar, el ejercicio está bastante bien... cuando abre, yo ayer me estaba grabando y quede así...

Cosas que hay que cuidar, pero están bastante bien... abro quedo en plié, abro y mantengo en la abertura no voy como cambiando, si abren quedo donde están y solo cambiando el peso

flexiono una y la otra donde va...si, pasa por arriba inclinado y aquí relajen el torso porque está quedando, están haciendo la relajación como una relajación como lenta no e todos lados, pero de repente a uno se le olvida

entonces relajo para salir, entonces leeeento, también cuando abre, haga plie para sacar la cadera entonces porque está asando que a veces no están haciendo el plie entonces no se siente la cadera entonces abreeee, con los brazos, los brazos bajan para estirar conmigo para estirarme así.

Alumna: profesora me puede ... es que no se la temporalidad, la cuenta, como va con la música eso me confundo un poco

Profesora: Estoy aquí 123456, 123456 paso el peso para adelante 123... cua si seis... voy a poner la música y lo voy a contar por sobre la música

1234 456

123456

123456

123456

123456

123456

123 y en los cuatro 5 seis 6...

Docente: ¿ alguna cosa que se nos haya quedado en el tintero de ayer?

Profesora ayudante: No comerse la pasada por la diagonal del cuerpo antes de ir a la diagonal del espacio que por ligarlo por encontrar fluidez no están pasando por ahí hacen guaap y ya llegaron a la diagonal y ayer también pasaba ya entonces marco diagonal y tomo, no dejo de pasar por ese lugar por agarrar ehh la diagonal del espacio y por ligarlo, a veces uno por ligarlo se come momentos que son superimportantes, vamos a estar pendiente de que pasen por ese lugar, que sienta que desde ahí va acá... así que ojito con eso

Profesora ayudante: si tienes pierna derecha delante va a ir a la izquierda la cabeza y si tengo izquierda derecha derecha izquierda contrario. Es que por eso lo estoy trabajando para que después podamos hacer.

Infaltable clásico de clásicos entonces hay que cuidar ese momento y este dígame y si alumna hablando cuando inclinamos en esa parte lo que va agachado es como desde las cervicales nomás, verdad profesora cortamos aquí en las costillas se genera una leve inclinación en la cervical, entonces quedó así. Solo hasta ahí porque si quiero bajar más. Empezar desde la pelvis, si no aquí sigo acá.

Docente: De a poco vayan buscando sé, cómo unir, Pero no por unir pasar demasiado rápido tiene tiempo de aquí a 1 2 3 y en el 4 recién nos cambiamos un dos tres cuatro cinco seis y uno vamos una vez más.

Alumna: ¿Conoce la relajación como así al lado la cabeza también o cómo?

Docente: Sí, relajo, toda la diagonal cuide que la cabeza no se vaya delante, así no perdemos todo profesora verla, vamos una vez más. Hacemos derecho, paramos y hacemos izquierdo. Si.. quiero después si va la music recuerde que les doy él y va y 1 2 parara parararara diagonal, cambia 1, 2 brazos brazos contracción vamos con el lado izquierdo.

Alumna: una pregunta Cuando inclinamos en esa parte... lo que va agachado es como desde las cervicales nomás, ¿verdad?

Docente: Cortamos aquí en las costillas entonces el torso relajo ya no estaría, sino que se genera una leve inclinación y las cervicales. Se quedó así solo hasta ahí porque sí, claro, si yo Quiero bajar se va a comenzar a hacer un traslado de la pelvis, solo que no queremos entonces si no que sigo aquí con la pelvis neutra.

Docente: Sobre todo cuando hagamos los tendus si? de a poco vayan buscando ese como... lo que les decía... unir, pero no por unir pasar demasiado rápido, tienen tiempo, pero de acá hace un dos tres y en el 4 5 6, si nos cambiamos 12346 y uuun, vamos una vez más. Para pasar a los tendú lo que más me preocupa son los cambios de peso en los pasitos.

¿Sí? vamos una vez más... tururur hacemos derecha paramos izquierda después... va la music, va y un.... paparapiparara, y un paraprarariria lento diagonal cambia un brazo, brazo,contracción.

Vamos con el lado izquierdo... suena y parara y apararrapriapa lentooo y un pararariapapa guaa y un brazo brazo y bramp. Queridos comentarios.

Docente: Yo creo que vamos bien, pero los espacios...

Profesora ayudante: (menciona a estudiante) ayer te vi ordenadita, pero ahora el espacio te tiene media tupida de memoria, porque yo te vi pierna pa un lado pierna pal otro, pero ayer estábamos bien, pero hoy día no es malo moverse. Paciencia en espacio no está distrayendo lo de la sesión 1 sesión 2 estaban igual.

Docente: yo cuando me grabé, para el balcón porque tocaba con todo tuve que grabar tres veces el ejercicio porque no quedaba... por el espacio

profesor ayudante: que les quede claro que hombros y caderas Quién es la diagonal del cuerpo se orienta la cabeza y los brazos y después si me puedo girar a la derecha me quedo tranqui...

Docente: entonces guardamos este y hacemos los tendus una pasadita yo ayer igual los vi bien, pero vamos ahí a verlo una vez.

Vamos a dar tips para pasar a la 8 tenemos y tenemos que ver la izquierda del otro.

Alumna: ¿lo que hablaba la profesora ayudante del plié ¿está así y luego cambia así?

Docente: Estamos en endehors y después los deditos de la pierna de adelante son los que se rotan para quedar paralelo... ese es su huesito para quedar adelante.

Vamos con los tendús a las diagonales, con la música que me carga, pero el musico todavía no me manda la canción... de hecho yo ya estoy terminando con los fraseos de la segunda unidad... a ver si los mando la próxima semana ah, pero tenemos receso todavía tengo tiempo va la música espérense... 7 y va.

1 y va atrás cruzado relevé lenta contracción... y va izquierda diagonal abierta y va, atrás cruzada y va sube baja contracción a plié y plié y plié plié y yap y contracción, izquierda plié, cruzado sube, baja contracción.

Docente: Comentarios

Profesora ayudante: estaba en el chat jaja ya, pero vamos con las correcciones de siempre. Soportes siempre bien extendidos, ya que no haya una micro flexión de soporte por querer que la pierna pase, con que nosotras veamos que marquen su primera, no su primera rusa si no el primer personal que podamos sostener, nosotras vamos a sentir que está correcto y para

variar el mismo cuento de siempre, caderas al frente, el cuadradito no se modifica. Como podemos ir a las diagonales con la rotación de los soportes, las piernas mirando hacia afuera, pero me refiero a la primera personal, si por abrir mucho empiezo a desequilibrar cierro un poco y si por cerrar empiezo a cerrar la pierna de soporte junto meno. Las orientaciones yo creo que están bastante bien, puedo trabajar en cuidar las de atrás y por qué más allá que sintamos que los huesos no se pueden trabajar más que nosotras si se pueden trabajar y flexibilizar. En los tendus y tendus con pies es importante poner atención en las diagonales de atrás y tendús de atrás, en los 8 cuiden la de adelante porque se les va la cadera y siguiendo con los spoilers que no por agrandar y darlo todo en la prueba... vayan a perder la línea que estamos trabajando ahora.

Hay gente que tiene su trabajo super limpio entonces por querer agrandar puede que lo pierdan... prueben tanteen, posiciones endehors que puedan mantener, posiciones de tobillos que les sean cómodas, no ensucien su trabajo.

Docente: Cuidar que a medida que vamos avanzando que el brazo de atrás siga subiendo porque tiende casi al final ahí ahh... ahhhh.. empieza el de adelante nada que decir esta super bien orientado estamos ready el de atrás empieza como a, piensen me estoy adelantando a lo que viene si tenemos el trabajo secuencial cierto lo que nos ayuda a empujar es que los brazos vayan estirados desde abajo. Traten de no generar que se activen las articulaciones porque si yo articule puede que no termine en el dedo, sobre todo atrás como yo no lo veo. Los dedos van dibujando en el espacio para que así nos aseguremos que no pase esto. Entonces para a ustedes no les pase, ustedes dibujen.

La contracción llegar en el 1234 (voz fuerte en el uno para que entiendan la contracción)

1,2, a tiempo atrás plié, pierna sube 1 2 3 cua si ses baja dos tres izquierdas, un dos tres cua si seis a tiempo 1 2 3 cua si seis recupera va, y sube relevé a plié, plié y plié plié plié dale lento...recupera sube, baja y va plié abrió plié y vá a plié a plié a plié. No es plié y estiro plié y estiro (voz tranquila) si no que es plieeee estiro plieee estiro (voz grave para que intencionen más el plié).

Los brazos están bien en el recorrido de a poquito le daremos importancia, en el sentido que se están movilizand, pero démosle más vida, hagámonos más conscientes.

Las materias que estamos viendo ahora no es como para que digamos guaaa, la logramos en un dos por tres, la puse ahora porque es una materia que se va a ir basando, ya que podamos mantener las caderas y los piecitos lo más rotados, está bien, después le agregaremos torso eso sí.

Pero eso creo que hay que cuidar las palomas en el sentido de que traten de armarse antes de bajar, es decir estoy aquí preparando, dando la vida ¿sí?, pelvis neutra omoplatos arriba me alargo y de ahí voy en bloque y va todo junto.

Profesora ayudante: y para no dejar de lado a los que ya tienen su paloma dominada, igual en general a pesar de que había buenas líneas, estaban los piecitos muertos, el que ya encontró su paloma, boto energía por las manos, cuello a tres metros, debe salir la energía por el dedo guatón.

9.7 Cuadro comparativo grupo focal y grabaciones de clases.

CATEGORÍAS	GRUPO FOCAL	GRABACIÓN DE CLASES
Didáctica de la danza	<p>“...guarda relación con el modo de modular la forma, de ir transformando un camino y un proceso y desde ese lugar de modular se empieza a componer ciertos momentos para poder lograr con el cuerpo un objetivo...”</p> <p>“... la palabra didáctica me resulta compleja de comprender, no sé por qué siempre me ha pasado lo mismo, si me preguntay te diría no sé... no hay un fundamento teórico...”</p> <p>“... tiene que ver mucho con la capacidad de ser flexible en ese viaje, si bien uno tiene como un objetivo, un foco o un contenido a trabajar siempre uno esta transitando un poquito aquí, un poquito acá, esa flexibilidad va</p>	En las grabaciones de clases no existen categorías específicas sobre la didáctica de la danza.

	<p>surgiendo dentro del proceso educativo...”</p> <p>“...si bien en la clase lleva el material quizá como un fraseo más técnico dependiendo de como sucede todo, tienes que ir buscando lugares que... eee quizás que ayuden que ese material se trabaje de mejor forma...”</p>	
<p>Contenido</p>	<p>“Identifico el contenido a trabajar como que esa es la primera tarea que hago, invento no sé, en esta unidad voy a trabajar swing y ya qué tiene el swing, tiene lo pendular...”</p> <p>”...Igual el contenido como que hay contenidos que trabajar otros que todavía no y otros que sí... como exigencia, pero cuarto y quinto o un training de técnica moderna no necesity un contenido específico como están todos los contenidos y libertad mayor de generar material</p> <p>“ yo parto siempre desde un lugar rítmico, me gusta bastante como generar al menos dos o tres materiales moviendo y luego de eso comienzo a observar que contenido hay mayormente en el movimiento”.</p>	<p>“Recordar este momento cuando me dejo caer con la pelvis, acercar al centro del cuerpo en tamaño achicar para luego salir con el swing de brazos, si ese momento y el otro cuando estamos acá este, abrir realmente rápido cortando el aire para luego suavizar para que pongan atención en esos cambios”.</p> <p>“ Vamos entonces soportes diagonales, repasamos ya cruzamos adelante ahora al lado adelante y voy hacia atrás cruza adelante, recordar mantener la pelvis con ese frente, atrás junto y ahora en la diagonal cruzo atrás y vuelves, ya mantener las rodillas estiradas en todos los pasos que damos en las diagonales, nos alargamos mucho... para cambiar de lado hacemos un pase muy arriba, colapsamos aquí y que la diagonal no</p>

		<p>se vaya adelante, y de aquí empujamos el piso...”</p> <p>“Cuidar un poquito que cada gesto de tu soporte no tenga una pausa ni un final ni una sensación de no seguir respirando, todo lo contrario, oxigenarte cada tendú y volver, alcanzar más lejos para que el tercero te ayude a salir de tu eje”.</p>
<p>Lenguaje, palabra, habla.</p>	<p>“...de si lo hablo muy rápido si lo explico muy rápido porque quizá el mismo material complejo, pero si uno lo habla más lento y con palabras más simples para una persona que no sabe mucho puede que igual lo pueda hacer...”</p> <p>“...fuera del tecnicismo cierto también cambiar la palabra no voy a hablar en términos técnicos voy a hablar de una forma mucho más cotidiana... abraza aquí, huele acá, desde esa forma se puede sostener el material complejo y hacerlo simple...”</p>	<p>“Tu coronilla casi toca la tierra y tus manos te empujan para regresar, salimos adelante largues en la recta, te respiras alineas, talones, pelvis, escápulas... esternón se traslada entra, relaja en tu garganta y vuelve al eje una vez más”.</p> <p>: “Cayendo y rápido guaaap, lejoos, pelvis ya y pierna derecha ahora izquierdo, soportes paralelos eso coronilla al cielo 5 6 izquierdo 1 (sonido boca) lejos guuaaap, profundoo”</p>

	<p>: “El lenguaje aporta mucho en eso quizá hay momentos en que uno puede crear un discurso más imaginativo o hay momentos que son momentos en que uno puede crear un discurso más imaginativo o hay momentos que son más no sé más técnicos propios de la técnica moderna, el torso el centro de peso etc... La didáctica la manera que uno lo comparte desde el lenguaje también eso estaba pensando creo que es re importante como uno sensibiliza el espacio donde se están moviendo los estudiantes desde el lenguaje que uno va poniendo en práctica”.</p>	<p>“ Y vaa derecha, pari papa pari pari papa y arriba guaaap... papa di papa di y una izquierda guaaap y ya para pi para piparara pierna pelvis y pasa por arriba guap entra guap... va un con brazos y va guaaap.</p>
<p>Sensibilidad, sensible</p>	<p>“...y es ahí donde uno tiene que estar bien sensible y muy amplio de percepción para tomar la decisión de simplificar y sostener y que es lo que simplifico de pronto no es la corporalidad si no que de pronto la rapidez de la cosa...”</p> <p>“...la sensibilidad, hay algo muy sensible que te permite como ver cosas o no ver cosas o tomar ciertas decisiones o</p>	

	<p>cambiar la estrategia... hay que buscar algo más allá que no tiene nombre algo más sensible, más emocional.... Creo que hay un elemento sensible ahí porque estamos trabajando con algo artístico, estamos trabajando con las emociones”</p> <p>“... creo que es re importante como uno sensibiliza el espacio donde se están moviendo les estudiantes”.</p>	
--	---	--

Tabla n 2

9.8 Imagen sobre didácticas de la danza que hace referencia uno de los participantes del grupo focal.

