



Facultad de Artes

Escuela de Danza

LA ENSEÑANZA DE LOS ELEMENTOS PEDAGÓGICOS DE LA
DANZA MODERNA PARA EL APRENDIZAJE DE LA CONCIENCIA
CORPORAL: EL CASO DE LA COMPAÑÍA DE DANZA Y ARTES
ESCÉNICAS *ORI NEWEN*

Alumna: Cádiz Ramírez, Fernanda

Profesoras guías: Figueroa Flores, Ximena

Pérez Cisterna, Nataly

Tesis Para Optar Al Grado De Licenciado En Educación

Tesis Para Optar Al Título De Profesora de Danza

SANTIAGO, 2017

Agradecimientos

Hoy tengo mi cabeza llena de ideas, sentimientos y emociones al percatarme de que este proceso llega a su fin, al darme cuenta de lo que he sido capaz de lograr. Y es por ello que quiero agradecer en primer lugar a la *danza*; por ser mi fiel compañera desde el primer momento en que escogí seguir su camino con amor, convicción y sobre todo, pasión.

Agradecer a la sonrisa que día a día me animó a seguir adelante, que me enseñó que todo se puede en la vida, y que por ella siempre lucharé para darle lo mejor como mamá y profesional. Gracias mi *Julietita* amada.

Agradecer a *Diego*, mi bailarín incondicional, que me guio desde el día uno en este camino a la danza. Me alentó las veces que fueran necesarias, con abrazos, llantos, y hasta retos, pero siempre estuvo ahí, hasta el día de hoy. Por eso y mucho más, gracias mi amor.

Gracias papitos, *Ivonne* y *Miguel*, por confiar plenamente en mí, por nunca dejarme sola y dejarme vivir este sueño loco de ser una bailarina. Gracias por tanto amor y comprensión. Pero sobre todo gracias por acercarme al camino del arte, a la libertad del ser, la inmensidad de amar y la fortaleza al andar.

Gracias hermanitas, *Barbarita*, *Naty* y mi ángel *Karincita*, que siempre que me sentía agobiada en este proceso me llenaban de ánimo y chistes para sentirme tranquila y desestresada. Fueron mis otras profesoras guías, psicólogas y humoristas.

Y así, podría estar toda una tarde agradeciendo a cada persona que se cruzó en mi camino durante proceso, a mis abuelitos, familia, profesores, compañeros, amigos, no tan amigos, pero que de una u otra manera estuvieron conmigo.

Gracias Infinitas.

Índice

1. Contexto Introdutorio	5
1.1 Planteamiento del Problema	5
1.2 Pregunta de Investigación	17
1.3 Objetivo General	17
1.4 Objetivos Específicos	17
2. Marco Teórico	18
2.1 Estado actual de investigación	18
2.2 Conciencia Corporal	18
2.3 Danza Moderna	27
2.3.1 Rudolf von Laban	29
2.3.2 Coréutica	30
2.3.3 Eukinética	31
2.3.3.1 Factor Espacio	32
2.3.3.2 Factor Tiempo	33
2.3.3.3 Factor Energía	33
2.3.3.4 Cualidades del Movimiento	34
2.4 Enseñanza – Aprendizaje	36
2.5 Posicionamiento Teórico	46
3. Diseño Metodológico	50
3.1 Enfoque de la Investigación	50
3.2 Tipo de Investigación	50
3.3 Unidad de Análisis	51
3.4 Muestra	52

3.5 Producción de los Datos.....	54
3.6 Técnicas de Análisis	56
4. Análisis de Resultados.....	57
4.1 Unión entre mente y cuerpo como elementos de la conciencia corporal	57
4.1.1 Escucha Corporal.....	60
4.1.2 Postura	62
4.1.3 Autopercepción Corporal.....	64
4.1.4 Imagen Corporal.....	65
4.2 Danza: entrenamiento físico y mental.....	66
4.2.1 Movimiento y Calidad de vida	67
4.2.2 Movimiento e Interpretación	69
4.2.3 Movimiento y Estética	70
4.2.4 Movimiento y Niveles.....	71
4.2.5 Coreografía v/s Movimiento simple	72
4.3 Teoría del movimiento.....	72
4.3.1 Aprender haciendo para experimentar el movimiento	74
4.3.2 Tomar conciencia por sí solo.....	76
4.3.3 Enseñanza – Aprendizaje colectivo y afectivo.....	77
4.3.4 Coréutica y desarrollo de la autopercepción.....	78
4.3.5 Eukinéctica y espacialidad	80
5. Conclusiones.....	82
6. Bibliografía	86
7. Anexos	91
7.1 Entrevistas	91
7.2 Observaciones.....	119

7.3 Cuadro de Subcategorías	135
7.4 Grandes Categorías	147

1. Contexto Introdutorio

1.1 Planteamiento del Problema

Desde lo más prehistórico de la existencia del ser humano surge la necesidad de comunicación verbal y corpórea, como lenguaje para expresar necesidades, estados anímicos, acontecimientos, entre otras manifestaciones que se conservan hasta el día de hoy. Como es presentado y publicado por Diego Marín (2006), profesor e investigador colombiano en la tesis titulada *Humanismo y administración: aproximación a la concepción del sujeto humano y su comprensión en la organización*, con el propósito de optar al título de Magíster en Administración de la Universidad Nacional de Colombia sede Bogotá:

El desarrollo histórico de la sociedad está matizado por la forma en que el hombre se ha agrupado y ha formado comunidades; para esto, ha se ha visto obligado a establecer códigos y lenguajes de comunicación. Sin el uso de un código y lenguaje comunes -entendiendo el lenguaje como el < sistema de señales de cualquier naturaleza física que cumple una función cognitiva y otra comunicativa en el proceso de la actividad humana [...] la forma de existencia y de expresión del pensamiento > 1-, la raza humana no hubiera podido congregarse y comunicarse, en fin, no fuésemos capaces de transmitir, dialogar y comunicar a otros nuestras ideas, pensamientos o conocimientos. (Marín, 2006, p 14).

De esta manera se deja en claro, que el ser humano necesita establecer una forma de comunicación, en la cual se ve obligado a crear un formato propio e innato con su misma raza humana, instaurando un carácter conveniente y adecuado para generar un diálogo con su especie de manera verbal y corporal facilitando la vida diaria personal y en comunidad.

Así mismo, la mayoría de las manifestaciones se originaron por medio de rituales y/o ceremonias con valor simbólico, ya sea por una religión, una tradición, una ideología política determinada, por un hecho deportivo, por conmemoración de una comunidad, entre muchas otras. Esto conlleva a tratar de interpretar la unión que existe entre la sociedad humana primitiva frente al cuestionamiento del lenguaje – movimiento, siendo una particularidad del ser desde lo más innato y nativo. Por eso, Loreto Libuy de nacionalidad chilena y Otto Lührs, español, ambos académicos de la Facultad de Filosofía y Humanidades del Instituto de Ciencias de la Educación, publicaron en el año 2012 un artículo llamado “Danza interacción como agente re-ligante ser

humano-naturaleza: propuestas desde una educación escolar transformadora”, en la Revista Estudios Pedagógicos de la ciudad de Valdivia:

(...) asumiendo que los seres humanos somos naturaleza, surgen dificultades semánticas para utilizar las palabras "natural" y "artificial". Normalmente entenderíamos lo "natural" como aquello que existe en independencia de la intervención humana; y artificial como antónimo sería igual a "no natural", aquello que existe producto del accionar humano; entonces caemos en una contradicción, pues no podemos concebir como algo "no natural", el acto de un ser que es naturaleza. Así podríamos concluir que todo lo que hace el ser humano es natural y que, por tanto, artificial no es un antónimo sino una subcategoría de lo natural. (Libuy & Lührs, 2012, p 191).

Por ende, se dejaría como natural todo aquello que esté libre de intervención humana, que en este caso sería el proceso creativo de cada humano, que es algo puramente energético e intangible y que tiene directa relación con la creatividad. En cambio, lo artificial sería algo intervenido que ya ha pasado por el proceso natural de la creación. En estricto rigor, entonces si sería una subcategoría porque nace de la creación de madre tierra/naturaleza, arte, entre otros. Un ejemplo para explicar esta situación sería el siguiente: la tierra hizo los árboles que son energía vital, creativa y pura, y si se quiere hacer una silla, deben existir intervenciones humanas para ello; entonces sería una subcategoría.

El proceso evolutivo del hombre en relación a su desarrollo hace que Edgar Morín (2014), filósofo y sociólogo francés, plantee la dependencia del Homo sapiens/demens hacia su propia conciencia, que es de carácter objetivo y subjetivo al mismo tiempo. Menciona que existe un carácter objetivo que pertenece al conocimiento de hacer racional lo irracional, donde el hombre busca una realidad asertiva y directa a su propio pensamiento, modificando muchas veces las situaciones y contextos por su mirada contradictoria desde el parámetro de lo objetivo a lo subjetivo.

Se puede comprender como ejemplo a este manifestado el término de la *muerte*, entendiéndolo con una mirada objetiva y subjetiva a la vez. En primera instancia se menciona la conciencia de la muerte como objetiva, ya que el hombre es capaz de reconocerla como un hecho de la vida humana, donde se espera que todos los seres vivos en algún momento abandonen la

vida terrenal y dejen de existir. Pero la conciencia de la muerte también posee un rol subjetivo, y es cuando el individuo se niega a aceptar dicha realidad y se opone rotundamente a creer verdadera esta situación, involucrando pensamiento y sentimientos más allá de lo determinado.

Complementando a lo anterior, el filósofo alemán, Friedrich Nietzsche, indica que existió un tiempo en el que el ser humano y todas sus formas orgánicas que le antecedieron, conservaban instintos tan fuertes que se hacía casi innecesaria la conciencia en el ser. El ser humano se sentía incompetente e inútil para poder realizar funciones y acciones simples, donde no pensaba nada de lo que hacía o realizaba y se efectuaba una mala ejecución de sus movimientos. El ser humano se sentía limitado dentro de un mundo desconocido, no activaba ningún instinto regulador que lo caracterizaba desde tiempos remotos, dejando de pensar, de razonar, de calcular, de combinar causas y efectos, dejó de lado la conciencia y siendo más vulnerable a la equivocación. (Nietzsche, 1994).

El ser humano dentro de su proceso de la actividad humana como sociedad entra en un cuestionamiento hacia su conciencia, donde deja de lado la conexión de esta y el razonar, dándole no muy buenos resultados, por lo que se ve en la necesidad de retomar una buena y directa relación con su conciencia otorgándoles nuevas posibilidades mentales y corporales.

Por esto, la conciencia en el ser humano se va haciendo cada vez más integral y dependiente de éste, ya que a medida que se ve enfrentado a resolver sus problemáticas diarias debe generar una conciencia que sea unión entre mente y cuerpo, donde sea capaz de pensar y razonar las acciones y movimientos que va a ejecutar siendo un ser que desarrolle su conciencia corporal a diario.

Frente a esta nueva definición, la investigadora y doctora argentina, María Luisa Pfeiffer, especifica que “la referencia al uno que en la modernidad se torna autoreferencia, el sujeto se presenta a sí mismo desde la lógica de una conciencia reflexiva como el autoreferente: el que se sabe, se define, se decide, se norma.” (Pfeiffer, 2008, p. 47).

Por lo tanto, se comprende a la autoreferencia como el significado que proviene en primera instancia a la identificación de uno mismo, es decir, en el propio cuestionamiento de ¿quién soy? y ¿qué soy?, estableciendo a la autoreferencia como un proceso lógico de identificación.

El hecho de normarse viene más allá de la identidad social que impone una lógica de comportamiento, pero esa identidad social proviene de la misma identificación colectiva de ciertos comportamientos, ya que la identificación del ego de cada uno es el punto clave de esta situación, porque el ego es lógico y siempre busca identificación con el mundo externo, ignorando el universo interior que cada individuo posee, permitiendo al hombre llegar al saber y así poder definirse lógicamente en este mundo.

De esta forma se puede considerar que de manera esencial y natural el ser humano a raíz de necesitar dicho medio de comunicación y expresión, como forma de saber y buscar su propia definición encuentra el concepto de danza. En el libro *Eukinéctica* (2003), de Rodrigo Fernández, Raquel Núñez y María José Cifuentes, siendo los tres de nacionalidad chilena y los dos primeros de profesión bailarines, coreógrafos y pedagogos, y la última autora, gran investigadora y doctora en historia, hacen mención al concepto de danza como:

La danza constituye un paradigma del cuerpo en movimiento y sirve como un instrumento de trabajo y medio de expresión artística. Además, representa una actividad característica del ser humano en todas sus épocas y culturas, y es por lo tanto portadora de importantes claves sobre la sociedad humana. (Fernández, Núñez & Cifuentes, 2003, p 13).

En este sentido, la danza juega un rol fundamental en la sociedad humana, ya que como se mencionó anteriormente es una herramienta que sirve para todos los aspectos del ser humano. Esta disciplina artística es un medio de expresión universal que facilita el proceso de la actividad humana.

Y además Yaghen-Vial Nafia, psicoanalista mexicano describe al concepto mencionado anteriormente como un lenguaje activo, fuerte y vivo, que ya por sí solo habla del ser humano porque es un mensaje artístico que tiene la finalidad de ir más allá de la realidad misma, busca la manera de entregar y dejar un legado más allá del simple hecho de hablar por hablar, por decirlo de algún otro modo, buscando a través de las emociones más íntimas y naturales del hombre su necesidad de expresarse. (Yaghen-Vial Nafia, 2002).

A través de dichas significaciones se considera asimismo que cada lenguaje con las respectivas acciones que realiza un individuo a lo largo de su vida posee la naturalidad de su

propia cualidad de movimiento, vale decir, distinta energía, temporalidad, relación de ésta con el espacio, la forma de hacer dicho movimiento es muy distinta en cada persona y circunstancia.

Existen dos elementos fundamentales para el análisis de la realización de un movimiento; los cuales forman parte de la danza moderna; que se despliega como medio expresivo de las emociones, pensamientos y acciones conscientes e inconscientes del ser humano.

Rudolf von Laban es considerado un gran precursor dentro de la danza moderna, pues fundó un destacado sistema para reconocer gráficamente el movimiento como un nuevo método de observación, investigación y análisis que involucra el estudio del espacio en relación al cuerpo, las características del movimiento y también la unificación entre mente y cuerpo.

El principal objeto de estudio en el sistema de Laban es el cuerpo humano, seguido por el espacio, directamente relacionado con la Coréutica y el último elemento de investigación corresponde a las cualidades del movimiento, respectivo a la Eukinética.

Ambas metodologías generan una directa relación con los factores que influyen en el movimiento. La primera de éstas tiene directa relación con la influencia del entorno, llámese espacio, en el cuerpo humano. Las actrices chilenas, Raisa Ganter Araya y Camila Millán Paz, explican esta metodología de la siguiente manera:

(...) ayuda en la relación del cuerpo con el espacio y a la comprensión de las diferentes fuerzas espaciales que nos recorren y que van dirigiendo el movimiento, es decir, “diseño corporal del espacio”. En este punto podríamos utilizar el concepto de kinósfera o kinesfera, (creado por Rudolf Von Laban) que es la base de orientación que posee el cuerpo en el espacio. Cada ser humano tiene su propia Kinósfera, que es el espacio propio del individuo, el cual es habitado en esencia por éste, determinando y transformando su actuar en el espacio, reflejando sus cambiantes estados de acuerdo a las variadas condiciones a las cuales se somete. (Ganter & Millán, 2013, p 6).

El cuerpo humano en todo momento se encuentra relacionado con el espacio, se halla situado de manera física en un ambiente determinado el cual le permite su movilidad. El cuerpo posee un rango específico del ser, pero a la misma vez muy propio, es decir, todas las personas se mueven de diferentes formas. Esta situación se puede ver determinada por la edad del

individuo, el peso, el sexo, la capacidad motriz, la capacidad mental, entre muchas otras variables. Además, se ve determinada por el espacio físico, en algunas ocasiones puede existir un lugar amplio para poder movilizarse, en otros momentos esto puede verse afectado por un espacio reducido, afectando el rango amplio de movimientos.

A través de la relación del cuerpo del ser humano en el espacio, se origina el vínculo principal de conciencia espacial, el cual permite guiar, situar y orientar al individuo en su espacio físico.

La segunda metodología estudia las cualidades del movimiento considerando tres factores: el tiempo, el espacio y la energía. Según Ganter & Millán (2013) ésta se centra en el diálogo que se genera entre el cuerpo y sus cualidades, como en las temporalidades y energías que lo van modificando, es decir, nada en el movimiento es incondicional, aunque el cuerpo esté constantemente afectado por la fuerza de gravedad, el movimiento le permite ir mutando siempre, influido por su entorno y no precisamente por una fuerza física, sino que por los tres factores intangibles (tiempo-energía-espacio).

En la vida cotidiana, por ejemplo, al momento de ejecutar un movimiento, ya sea subir las escaleras, caminar, saltar, comer, hablar, respirar, manifestar alguna emoción, el ser humano demuestra a través del cuerpo la distinta energía, el tensar, relajar, contraer la musculatura, entre otros. Influye también si el movimiento es leve, muy leve, fuerte o muy fuerte como por ejemplo cuando se quiere trasladar una caja de fósforos se realiza un movimiento leve en comparación a levantar una caja llena de ladrillos, ya que se genera un movimiento fuerte activando la musculatura intensamente. A la vez, otro elemento que interviene mucho en los movimientos es la temporalidad, entiéndase como la cualidad que pertenece al tiempo o que sucede en el tiempo, porque puede ser una acción rápida, o muy rápida, hasta todo lo contrario. Pero lo más fundamental de esta situación es la poca conciencia que se tiene al momento de realizar una acción. Es decir, el individuo al hacer un movimiento no se percata de sus cualidades y menos de que si este movimiento es mal ejecutado, lo que puede ser perjudicial para su propia salud. Por esto, Ganter & Millán (2013) mencionan que:

Si pensamos en términos de acción física se puede entonces decir que Laban, a través del concepto de esfuerzo y de su “teoría del espacio”, rompe la percepción genérica en relación a la cualidades presentes en las acciones, podemos

comprender que tales cualidades, son responsable de las diferencia de los seres humanos en términos expresivos, son resultados de las combinaciones entre los “factores de movimiento” –espacio, tiempo, peso y fluencia. De esta forma nos favorece de nuevo “elementos” y “procedimientos para su confección. (Ganter & Millán, 2013, p 24).

La ejecución de cada movimiento se ve afectada por la determinación de sus factores, pero aún más por el valor que cada persona le otorga. Se puede encontrar una gran diferencia en la capacidad de pensar que posee un individuo en relación a su movimiento, en palabras simples, si la persona piensa o no en los factores que terminan la acción.

Todas estas acciones de movimientos los seres humanos las realizan a diario, pero de una manera inconsciente. Se podría creer que los bailarines o las personas que trabajan con su cuerpo en distintas disciplinas o de forma profesional tienen esta conciencia, pero no todos creen lo mismo. En un artículo de la Revista Estudios Pedagógicos de la ciudad de Valdivia, Libuy & Lührs (2012) publican:

(...) Sin embargo, existen algunas técnicas dancísticas convencionales que más que vincular e integrar al ser humano, tienden, desde nuestra perspectiva, a disociar, des-naturalizar y discriminar el accionar de las personas, donde la técnica se destaca por sobre la espontaneidad, los movimientos se repiten una y otra vez hasta lograr la perfección, siendo la anatomía y la habilidad del bailarín, características fundamentales al momento de conformar un elenco (...) (Libuy & Lührs, 2012, p 198).

En este sentido, la danza puede ser un arma de doble filo, siendo herramienta a favor o en contra del ser humano. Esto va a depender de la mirada que se le quiere entregar al alumno, si se quiere sacar el máximo provecho del cuerpo en cuanto a la estética, a la anatomía deseada y a la perfección absoluta, lo más probable es que se trabaje brusca y fuertemente en lograr el objetivo deseado sin importar las necesidades de los cuerpos. Pero, si se quiere lograr desarrollar un bailarín consciente, se priorizará la escucha propia de cada cuerpo, donde se pueda vivenciar el movimientos desde la naturalidad corporal de la persona.

Se hace cada vez más preocupante el hecho de que el ser humano no se reconozca a sí, que sea capaz de realizar millones de acciones durante todo su día y que no tenga la capacidad de reflexionar por un minuto cómo está ejecutando ese movimiento, cómo mantiene su postura cuando va en algún transporte, o cuando se encuentra frente al escritorio de su oficina, o simplemente cuando camina de regreso a casa. Al respecto, Jerónimo Ariño, Licenciado en Filosofía y Florencia Zalazar, Doctora en Filosofía y profesora de enseñanza media y superior en Filosofía, ambos de nacionalidad argentina, (2014) indican que formar un camino que recupere el cuerpo y sobre todo la dimensión corporal en relación a la conciencia, será la alerta de que no suceda una ausencia ni desplazamiento entre mente y cuerpo. Quieren indicar a tiempo una valoración de este proceso, donde se apunta a recuperar el cuerpo desplazado y restablecer esa ausencia existente. Sin embargo, recuperar el cuerpo no se sujeta al hecho de llenar un espacio vacío, pues mejor dicho implica una transformación de patrones y esquemas mentales.

De esta manera, se hace importante mantener fielmente la postura de establecer una conexión entre mente y cuerpo, como elementos inseparables para un buen proceso en el desarrollo humano tanto físico como mental. Se comprende que para generar un cambio donde se pueda salvar el cuerpo para un mejor desempeño de éste, deben existir diversos patrones mentales que pueden ser adquiridos, modificados y/o eliminados, siempre buscando lo mejor para proceso del ser humano, desde una mirada de la conciencia corporal.

Por lo mismo, se presume que las personas que deciden en su vida trabajar con su cuerpo de forma más profesional, es decir, utilizar el cuerpo como una herramienta o medio de trabajo, ya sea en algún deporte o disciplina artística, deberían tener conciencia de sus movimientos, evitando lesiones, desgarros, o un sinnúmero de otros problemas que pueden derivar en un estado de salud perjudicial.

Es por esto, que al enfocarse en la danza, comienzan a surgir una serie de cuestionamientos frente a la falta de conciencia corporal en los bailarines, que lleva a problemas corpóreos, como por ejemplo, las lesiones en los ejecutantes de esta disciplina artística.

Una principal incertidumbre, es si a los estudiantes se les enseña desde un principio la conexión e integración de la mente y el cuerpo, pensando en que si está planteado el desarrollo de la conciencia corporal como formación para ellos.

Sarah Whatley (2007), editora y profesora de danza de nacionalidad europea, publica una investigación que se centra en la interfaz entre la danza y las nuevas tecnologías, en el análisis de la danza, en la práctica de la danza somática y la pedagogía, y además, en la danza inclusiva. Al respecto, plantea que el ser humano como aprendiz de la danza deja de lado el cuerpo y mente, como su herramienta de trabajo, por la danza como un material estético y poco orgánico. Es decir, puede parecer muy extraño que una persona que trabaja con su cuerpo, en este caso, un bailarín, deje de habitar conscientemente su cuerpo. Whatley (2007), piensa que la mente y el cuerpo deberían ser elementos unísonos, pero que son separados cada uno por su camino.

La danza se convierte así en una profesión que requiere además de la inspiración que la convierte en arte, de una preparación mental y física importante que exige en parte el virtuosismo. Así, tres investigadores españoles: Esther Román, Elena Ronda y Mercedes Carrasco, en un Revista de Salud Pública (2009), publicaron que existen especialistas que certifican que entre los riesgos de la interacción que existe entre el ser humano y la tecnología dentro de esta disciplina artística, se destacan principalmente a una técnica inadecuada o mal ejecutada que deriva a la ocurrencia de accidentes.

También explican que existen investigaciones que corroboran que después de un tiempo extenso de ejercicio profesional, de diversas posturas impuestas y forzosas, y de movimientos repetitivos se logra con mayor facilidad el desenlace de problemas de salud, tanto musculares como articulares y/o óseos.

Por otra parte, se agregan los factores ambientales y externos, como el calzado, la temperatura, el tipo de suelo, entre otros. Que pueden intervenir en la manera que se ejecuta un movimiento. Y los factores psicológicos también son significativos, ya que se relacionan con la tensión psicológica, como por ejemplo, las dietas inadecuadas, la presión por el perfeccionismo y la ansiedad que acompaña a las presentaciones.

Y justamente por las razones mencionadas anteriormente, se demuestra que existen variadas razones tanto científicas, laborales, de salud y psicológicas de lo que se requiere para el buen funcionamiento del cuerpo como elemento fundamental en el proceso formativo de futuros bailarines profesionales (en este caso). Pero por mucho que se tengan claras estas razones ¿cómo se pueden evitar, corregir y cambiar a favor de la persona, si no se toma realmente una conciencia del propio cuerpo? En el libro, Eukinética (2010), se redactó que:

Laban identificó la importancia de la conexión existente entre la mente, el cuerpo y el alma, aprendiendo sobre el uso de la gestualidad y la relación directa que esta tiene con las relaciones humanas. Fue la primera vez que Laban era testigo de la existencia de un método donde se planteaban leyes específicas en torno al movimiento corporal. (Fernández et al., 2010, p 34).

Cada vez se hace más engorroso y difícil conectarse en el cuerpo propio, ya que en la colectividad de hoy en día la humanidad está involucrada cada vez más con elementos distractores que apartan y desvían a la persona a enlazar su mente y cuerpo como un único ser, por lo que se hace énfasis en el mundo externo, lo que rodea al individuo, en vez de poner hincapié en una constante lucha por encontrarse consigo mismo como medio de llegar a la conciencia corporal.

Se distingue y se percibe que el desarrollo de la capacidad de poder adquirir y ser consciente es absolutamente propio e individual, trabajando en la introspección. Pero existe también el aprendizaje del exterior, siendo esta la manera de percibir el entorno. Situándonos en el ámbito dancístico, existe un estudio psicoanalítico y psicosociológico sobre el cuerpo humano, el cual mostró que, el hombre tiene la necesidad de una continua lucha entre el cuerpo y su imagen, y del formidable placer procedente de traspasar las limitaciones corporales. Esto es resultado del proceso que el ser describe como una imagen corporal en autoconstrucción. (Yaghen-Vial Nafia, 2002).

La danza, considerándola como un método para deshacer o disminuir las estructuras rígida del cuerpo humano, genera una alteración dentro de la actividad mental de la persona, donde produce un quebranto y cambio de la imagen corporal. Así, la danza es el medio en el cual se adapta y cambia no sólo el cuerpo, sino también la sensibilidad frente a uno mismo y el mundo.

A medida que pasa el tiempo la danza va adquiriendo más seguridad y protagonismo en el rubro artístico, hoy en día ya no es extraño encontrarse con individuos que han decidido profesionalizarse en este arte, y así es como más lugares están entregando la oportunidad de continuar de forma seria y valedera con esta disciplina. En el documento “Política de fomento en la danza” del Consejo Nacional de la Cultura y las Artes (CNCA) (2009), se señala que hoy en días existen variadas instituciones que imparten la carrera de danza de forma profesional, ya sea

en universidades, institutos, academias, entre otras opciones. Pero todas estas certificando a bailarines profesionales. Esta situación, refleja el significativo crecimiento durante los años por querer formarse como profesional en la danza, ya no es sólo bailar porque sí, sino lograr un valor social como profesional ya sea formándose como intérprete, coreógrafo y/o pedagogo, lo cual crea la necesidad de construir medidas que hagan efectiva la calidad en la formación de profesionales de la danza en Chile hoy en día.

Y además, darle énfasis a su dimensión educativa y social por medio de procesos de enseñanza y aprendizaje.

La disciplina artística de la danza, provoca en el individuo descubrimientos nuevos a través de su propia experiencia corporal que resulta ser una situación necesaria para el desarrollo en el proceso integral del hombre. En este sentido, surge como una idea fundamental incorporar la danza en la educación.

Asimismo, “las escuelas de danza, a través de sus perfiles y mallas curriculares, han desarrollado un papel fundamental al reconocer las diferencias existentes entre un coreógrafo, un intérprete y un profesor”. (CNCA, 2009, p 13). Es por esto, que se debe tener más cuidado en la educación entregada a los estudiantes y sobre todo los que preparan su cuerpo como herramienta de trabajo; se hace imposible realizar un proceso de enseñanza y aprendizaje a la ligera; siendo conscientes que la base de todo nace desde la educación que se entrega a lo largo de la vida.

La profesora cubana de educación física, especializada en danza para la educación y expresión corporal, Mariela Ferreira Urzúa, cree que el hecho de enseñar a través de la danza, y educar, como un concepto global, no sólo se trata de transferir saberes y conductas como se cree en los punto de vista conductistas, sino más bien, en suponer una realidad que incentive al ser humano a descubrir dichos saberes, que sienta ese deseo por aprender cada vez más, que favorezca un cambio positivo en el significado de su propia experiencia logrando formar conductas por sí sólo, integrándolas en su vida diaria. (Ferreira, 2009).

De aquí nace la iniciativa de buscar diferentes métodos, técnicas u otros caminos para lograr que el ser humano sea un ser más consciente de sí mismo, aspecto que es todavía más trascendental en el futuro bailarín y/o bailarina.

Se debe construir y promover un enfoque que vaya más allá de realizar una actividad física como una disciplina sólo para el cuerpo en movimiento, sino que invite a acercar el cuerpo más hacia la mente y viceversa, a generar una relación interna y a la misma vez directa entre ambos para lograr una conciencia corporal, donde la persona sea capaz de saber el por qué, el cómo y el cuándo de su propio cuerpo y movimiento y sobre todo saber qué es lo orgánico de éste. Esto, con el fin de aplicar dicha conciencia en la enseñanza y aprendizaje que los individuos logran a lo largo de su vida, el cual surge desde su propio entorno, es decir, lo que éste ser observa a su alrededor lo adquiere, absorbe y finalmente lo integra generando conciencia desde una base sólida y formativa, mejorando la salud y la calidad de vida.

Y con respecto al proceso de enseñanza – aprendizaje, el profesor juega un rol fundamental al ser el encargado de entregar dichos conocimientos que formarán el camino de vida de los alumnos. Para David Le Breton, sociólogo y antropólogo francés, el profesor, llamándolo maestro, es quien consigue ser un intermediario para que el estudiante logre descubrirse a sí mismo, o muy por el contrario, puede ser un factor opuesto al anterior, donde puede ser un obstáculo para el alumno. Todo dependerá de la calidad de la presencia que posee el profesor ante el grupo curso o simplemente, ante un alumno en particular. En ese caso, la enseñanza va más allá de la enseñanza. (Le Breton, 2010).

Por lo tanto, la educación es la primera entrada al campo del saber, la cual tiene la importante misión a través del profesor de generar una impresión positiva, donde el estudiante sienta ese deseo por querer aprender cada vez más, o puede ser perjudicial, generando un rechazo en éste.

1.2 Pregunta de Investigación

¿De qué forma la enseñanza de los elementos de la Coréutica y la Eukinética son recursos que generan conciencia corporal en los estudiantes de un taller de danza?

1.3 Objetivo General

Analizar el impacto de la enseñanza de los elementos que componen la Coréutica y la Eukinética en el aprendizaje de la conciencia corporal en los estudiantes de un taller de danza

1.4 Objetivos Específicos

- Identificar y establecer los elementos que componen la Coréutica y la Eukinética
- Indagar en el desarrollo de los aprendizajes de la conciencia corporal
- Relacionar los elementos que componen la Coréutica y la Eukinética con el desarrollo del aprendizaje de la conciencia corporal
- Comprender la influencia de la enseñanza de los elementos de la Coréutica y la Eukinética en el aprendizaje de la conciencia corporal

2. Marco Teórico

A continuación se llevará a cabo una discusión teórica a partir de tres ejes fundamentales. El primer eje será sobre la conciencia corporal, indagando profundamente en sus elementos más primordiales. Luego, el eje de la danza moderna con los elementos de la Coréutica y la Eukinética. Y para finalizar, el tercer eje, es sobre la educación y formación en los diferentes procesos de enseñanza – aprendizaje.

2.1 Estado actual de investigación

2.2 Conciencia Corporal

Hoy en día es muy difícil poder centrarse y conectarse directamente con el cuerpo, cada día los individuos están más rodeados de elementos tangibles e intangibles que los distraen y alejan en todo momento del cuerpo, es decir, el ser humano va progresivamente abandonando su conciencia corporal.

La danza suele reconocerse como la metodología más antigua en relación a las destrezas y habilidades, vale decir, que “traditional methods for teaching dance techniques are inclined to emphasise the development of bodily control and aesthetic virtuosity.” (Whatley, 2007, p 5). Con esta cita se pretende dejar de lado ciertas potencias estéticas y darle real énfasis al cuerpo como un instrumento de movimiento y así lograr destacar la conciencia que se debe tener sobre éste.

La idea de esto es hacer los movimientos más conscientes, buscando una mejor calidad de estos y, de vida. Se intenta despertar al cuerpo y guiarlo a realizar ciertos movimientos que ya se encuentran adquiridos inconscientemente en el mundo interior y mejorarlos a través de la práctica consciente.

En este sentido, la danza cumple un rol fundamental. Whatley (2007) señala que como tal, a diferencia de las demás disciplinas artísticas, la danza hace que el cuerpo sea la representación visible de sí mismo. De esta forma, al investigar la conciencia corporal, nos percatamos del sinfín de definiciones que se le otorga, algunos autores como Whatley (2007) y Doughty, Francksen, Huxley & Leach (2008) se enfocan más en el cuerpo, otros autores, Pfeiffer (2008) y Martínez (2011) en la mente, Oroño (2017) y Prieto & Naranjo (2014) como complementos totalmente unísonos, pero otros autores, Pérez (2015), Ruglioni (2010) y Llórente

(2016) como una mezcla heterogénea. Para llegar a conocer y comprender cuáles son los elementos básicos de la conciencia corporal, se debe comenzar analizando qué es dicho concepto.

En primera instancia, desde una mirada más técnica de la definición de conciencia, frente al pensamiento de Nietzsche, la conciencia despliega al hombre de su propio centro haciéndole dudar, titubear y restándole por completo su libertad. “Tanto la explicación empirista como la reflexión intelectualista, instituyen un sujeto que construye el objeto en lugar de vivirlo, rechazando como imposible toda inmediatez en la relación con el mundo.” (Pfeiffer, 2008, p 47).

Desde este punto de vista, la conciencia se acopla al pensamiento del razonar del hombre como una forma de anular la experiencia del ser, alejándolo de la dependencia del mundo externo por el interno.

Por otra parte, para Pablo Martínez Becerra, chileno académico del Departamento de Filosofía de la Facultad de Humanidades de la Universidad de Playa Ancha, enuncia la conciencia, como un elemento que refuerza desde el interior al propio cuerpo en su proceso positivamente:

La conciencia, al igual que el llamado «deseo razonado», es como el cuerpo se acondiciona para desenvolverse con seguridad y rapidez en sus procesos de apropiación.- Recordemos que la voluntad de poder opera desde dentro, por lo que no pueden haber simples reacciones. (Martínez, 2011, p 103).

A la vez, existen otros autores que tienen una visión diferente al concepto planteado anteriormente. Nietzsche da un sentido importante a los precursores del pensamiento moderno, ya que ellos han dado pie al desarrollo del gran espectro del mundo orgánico, es decir, “la vida puede desenvolverse sin el concurso de la «razón» y la «conciencia»”. (Martínez, 2011, p 100). Aquí se deja en evidencia la desconexión que existe entre el cuerpo y la mente, otorgándole énfasis al cuerpo por sí solo, es decir, la conciencia no ayuda en nada en el proceso del ser. Además, según el pensamiento de Nietzsche: “la conciencia racional surge a partir de una deficiencia interna o, dicho de otro modo, «en todo volverse consciente se expresa un malestar del organismo»”. (Martínez, 2011, p 109). Por donde se busque, es viable encontrar en los

documentos de Nietzsche, la idea de una conciencia que no sea otra cosa que un síntoma del mal funcionamiento del cuerpo.

Como última definición, Diego Pérez (2015), técnico español en musculación y fitness, instructor del método Pilates Matwork de Barcelona y entrenador personal. Menciona que la conciencia corporal está desde el primer momento en que llegamos a la tierra, desarrollándose desde esa primera instancia. Es importante mencionar que la persona va aprendiendo a moverse y así, entendiendo lo que hace, percibe y siente. Cuando se centra en el propio cuerpo se sitúa al mismo nivel la mente y el cuerpo funcionando de esta manera como un todo y no de forma fragmentada, consiguiendo un equilibrio absoluto.

El ser humano desde sus primeros días de vida comienza a descubrir el mundo donde de una u otra manera, el cuerpo se hace presente en la mente y viceversa. Inicia una búsqueda constante en su desarrollo de movimiento, el ser capaz de ir resolviendo las dificultades que se le van presentando en el día a día logra una satisfacción personal, y de aquí nace el vínculo de generar una directa relación en el pensar y actuar como mente y cuerpo.

De esta manera, al transcurrir los años el ser humano va adquiriendo un aprendizaje inconsciente de todo su entorno lo que le permite obtener una amplia gama de acciones innatas tanto positivas como negativas. Frente a esto, se realizó una investigación en la Universidad de Coventry que busca la manera más efectiva de hacer a un grupo de estudiantes más conscientes, resultado en que:

Many students discussed the challenge of ‘unlearning’ before being ready to learn afresh, and how this process encouraged them to be more aware of their own limitations, although none made the link between their own awareness of what were experienced as ‘limits’ in relation to other students. (Whatley, 2007, p 9).

Por ende, si se permite integrar la conciencia corporal al ser humano se abrirá el camino para que el individuo pueda investigar su lenguaje corporal, vale decir, el cuerpo está en constante proceso de dominar la propia capacidad de pensar, interpretar y analizar el movimiento desde una perspectiva física, mental, cognitiva y motriz. De esta manera, se debe estar abierto a todos los aspectos que esta conciencia corporal evidencie, ya sean positivos y/o negativos. Como plantea el filósofo argentino, Matías Oroño:

La conciencia de la propia corporalidad es una condición subjetiva necesaria no solo del elemento de displacer propio de lo sublime, sino también del placer implicado por tal juicio estético. Esto es así en la medida en que nos hallamos frente a un sentimiento de placer que solo se define en relación con el momento displacentero, en el cual necesariamente está supuesto el vínculo entre la mente y el cuerpo. (Oroño, 2017, p 29-45).

El cuerpo busca siempre una manera de comunicarse con su entorno, a través de la corporalidad de sus movimientos. Se puede descubrir cuando una persona se encuentra enojada, alegre o triste sólo al observar su postura, su rostro y su forma de moverse. De esta manera, no se puede dejar de lado la conciencia, generando un solo vínculo en el cual el individuo debe ser capaz de conocerse a sí mismo, inspeccionarse, explorarse y mostrarse conforme. “La conciencia en cuanto conciencia corporal, en cuanto intencionalidad operante primera, es característica de un sujeto que se ‘reconoce’ yo luego de haber ‘se’ sabido y haber actuado como ‘se’”. (Pfeiffer, 2008, p 52). La persona se explora a través de la conciencia que adquiere y la aplica en el cuerpo, como se mencionó anteriormente, <el individuo antes de todo se reconoce> buscando un medio para que el cuerpo llegue a la mente, como la mente al cuerpo y trabajar de manera unísona en todo momento haciéndose cargo de su propia corporalidad.

La conciencia corporal desde una mirada más técnica y táctica del cuerpo, se basa en “una unificación de la mente y el cuerpo; señala la importancia de mantener siempre una postura correcta, puesto que de ella depende la forma de interrelacionarse con el mundo que nos rodea.” (Ruglioni, 2010, p 167). Así, la unión de elementos que originan la conciencia corporal crea una estructura para conservar la actitud corporal y mental adecuada para enfrentarse al mundo externo e interno, en la toma de decisiones, en la manera de relacionarse con el medio, en la forma de hablar, moverse, es decir, en la forma propia que tiene la persona de verse y de que lo vean.

Pero, a pesar de tener una amplia certeza de la unión de ambos conceptos, existen dos profesoras colombianas, Adriana Prieto y Sandra Naranjo, que se posicionan desde una mirada contraria, basándose en el pensamiento de Descartes y su teoría del Interaccionismo Simbólico, en la cual consideran al cuerpo y la mente como dos sustancias creadas de forma muy diferentes. Además consideran que la interacción de estas dos sustancias es posible sólo a través de la

glándula pineal, ya que esta le permite al cuerpo generar la relación necesaria. (Prieto & Naranjo, 2014).

El cuerpo del ser humano posee una naturaleza innata totalmente manejable, ya que el individuo genera un mecanismo que permite hacer muchas acciones sobre sí mismo sin la intervención de la mente. Comprendiendo a la mente, como un objeto sustancial que sólo sirve para pensar y razonar, no necesariamente tiene la capacidad de guiar al cuerpo. Así, el cuerpo, se ve, se observa, por lo que se sabe que existe. No se necesita de la mente para explicar el funcionamiento de éste.

A pesar de encontrar estas definiciones ya planteadas y establecidas para conciencia corporal, existen otros autores que no se arriesgan por completo a otorgarle una explicación; ya que unos plantean la unión y otros la des-unión de los conceptos, por lo que enfocarse sólo en una mirada se les hace más complejo.

Aquí se considera un concepto más concreto, vale decir, el cuerpo se percibe desde lo físico y la mente sobre el mundo interno de los sentimientos. Por esto, E. Di Sante (2001) citando a Frosting y Maslow (1984) dice que no existe un concepto concreto aún, pero que con otros significados establecidos se puede deducir algo; dicen que desde un alcance corporal, la conciencia es el conjunto de todas las sensaciones y sentimientos que pertenecen al cuerpo, siendo un organismo que siente. También mencionan que es el conocimiento real del cuerpo, vale decir, la persona sabe que tiene dos ojos, que tiene dos hombros que unen los brazos del cuerpo, que tiene dos piernas que le dan soporte y le permiten desplazarse. Entonces según estas definiciones se puede deducir que conciencia corporal es el pleno conocimiento del cuerpo, no solo en sus partes, sino también es tener una amplia visión mental en la que no se requiere un espejo para saber cómo es el aspecto individual de cada quien sino más bien tener la interpretación de conocimiento del cuerpo; por otra parte ese conocimiento hace que el individuo sepa en qué momento está en movimiento o en tensión alguna parte de su propio cuerpo y que pueda detenerla si considera que es innecesario emplearla o que se puede lastimar. La decisión que se tome de algún acto depende netamente de la persona, la cual debe relacionar su mente (pensar) y cuerpo (actuar) como conciencia corporal de forma orgánica para poder generar la realización del hecho. En esta situación se debe generar un cambio personal, tal como lo señala

una investigación en educación realizada por un equipo de investigadores de la Universidad de Montfort (2008):

The central aim of the students' work in this area was the facilitation of conscious and constructive personal change and improvement in their performance work. One key problem with habitual behaviour is that it is very difficult to change because the individual is unaware that they are directing it. Lack of conscious awareness means that habitual behaviour remains invisible to the subject, at least until after its realisation in activity. (For example, we only become aware of an unwanted verbal mannerism after we've uttered it.) Any form of constructive change is impossible without first bringing about some conscious awareness of the activity in question, especially awareness of the moment in which a formal choice is made to engage in that activity. The individual has to know what it is they do in order to begin any process of change. However, increased awareness of activity is of little use if such awareness is only ever after the activity's initiation (although such a posteriori awareness can be valuable information with which to construct an improved conscious conception of existing activity). (Doughty et al., 2008, p 129-146).

Para lograr este cambio y ser consciente se requiere percibir la conciencia como un elemento a favor y no en contra, es decir, que ayuda a sumar en vez de restar; “la conciencia no es el vacío de la nada y el cuerpo no es un objeto”, sino que, muy al contrario, “la subjetividad es real y el cuerpo es subjetivo”. (Llórente, 2016, p 110). Por ende, se requiere el complemento de ambos conceptos, entrelazando ambas significaciones para el mejor funcionamiento de la conciencia corporal en la persona, buscando un elemento por sí sólo más el otro elemento para unificar ambos.

Así, el ser humano en torno al concepto de conciencia corporal, debe identificarse como una persona capaz de descubrirse a sí misma y crear en sí una imagen corporal propia, a través de una búsqueda interior y exterior de sí misma, siendo ésta influenciada por la sociedad, por el entorno en el cual está inmersa y de así tener una propia opinión de sí.

La imagen propia o autoimagen es la representación que crea el sub-consciente sobre sí mismo, cabe en sí todo aquello que la persona cree, siente, piensa, y es ésta la que interactúa concisamente con la personalidad, por lo que es el medio de representación del cuerpo y mente.

Así para lograr una conciencia corporal, primero se debe tener una autoimagen, donde se puedan observar todos los elementos que integran al ser humano. ¿Cómo me veo? ¿Cómo me ve el resto? ¿Cómo me encuentro en la sociedad? Estas preguntas se relacionan con la visión interna y externa que se tiene de sí mismo.

Todo este cuestionamiento que surge en cada persona se denomina imagen corporal, la cual es la imagen que la propia mente formula del cuerpo. Esta imagen corporal, además de crearse por lo que la mente cree, se ve influenciada por la percepción que se tiene de todo el cuerpo y de sus partes, de forma física, como por ejemplo el movimiento y los límites de éste, también de forma psicológica, las actitudes, emociones y pensamientos. Y el mundo externo, lo que ven los demás respecto al individuo, estas condiciones son influyentes en la imagen personal propia. (Vaquero, Macias, & Macazaga, 2014).

Esta situación es como ubicarse frente a un espejo y describir cómo se siente y se ve el individuo, luego situarse dentro de una vitrina y recibir las críticas que perciben los demás. Pero aparte de lo que se puede ver a simple vista, existen más elementos que componen esta imagen propia, abordados desde una perspectiva biológica, hasta social:

Moshé Feldenkrais menciona tres aspectos de orígenes de la autoimagen; la herencia que es el material biológico que traemos, la cual es menos inalterable; la educación que es toda información que se recibe desde afuera, el lenguaje propio que crea patrones los cuales se forman a partir del medio en donde se desenvuelve y la reeducación que es toda reinterpretación de la educación externa. (Mallegas & González, 2015, p 47).

La imagen corporal se encuentra determinada por la sociedad en que habita un individuo y su lado biológico. La persona desde que nace ya trae consigo su material genético que con el paso del tiempo se va modificando el fenotipo de éste, que es la expresión de esta información genética determinada por el medio ambiente. Es decir, las cualidades físicas del material genético sí se alteran.

Pero a medida que se enfrenta al mundo tiene bastantes influencias sociales que componen la autopercepción del cuerpo. En primer lugar los padres, que son ellos los encargados de presentar y enseñar al niño/a el mundo, luego el jardín infantil o la escuela como medio educativo y formativo, y así comienzan a surgir más influencias como el medio social donde están los amigos, compañeros, familiares, entre otros.

Esta autopercepción es importantísima en el desarrollo de la propia imagen corporal, ya que siempre se encuentra expuesta a la evaluación propia y del medio. Thomas Cash, estadounidense, profesor de psicología de la Universidad Científica de Florida, cree que la imagen corporal es un patrón determinante que involucra todo lo que la persona piensa, siente, y percibe de su propio cuerpo, denominándose un autoconcepto. Este autoconcepto puede comprenderse como el conjunto de percepciones y apreciaciones que el individuo tiene de sí mismo, incluyendo juicios morales sobre su comportamiento, actitudes y habilidades. (Cash, 1994).

Además, se adiciona la autoestima como otro aspecto elemental de dicho autoconcepto y se refiere a una condición positiva o negativa hacia sí mismo, establecida por la evaluación de las propias características, conllevando a sentimientos de satisfacción o rechazo de parte de la persona. (Cash, 1994).

Es decir, se entiende la imagen corporal como la valoración física, emocional y cognitiva del ser humano en relación a su propio cuerpo, la cual está sujeta a cambios, es variable dependiendo de las circunstancias internas y externas en la que se rodea el individuo. Esta valoración ejerce un juicio moral donde se produce una evaluación de aspectos positivos y negativos donde la persona genera sus propios criterios determinando una autoestima positiva o negativa.

En la Revista Española de Salud Pública, en un artículo llamado “Danza profesional: una revisión desde la salud laboral”, existe otra referencia en relación a dicho concepto, la cual plantea lo siguiente:

La distorsión de la imagen corporal no difiere mucho de los grupos de control, integrados en este caso, por bailarines en formación, adolescentes, alumnos de escuelas de modelos y deportistas. Sin embargo, afecta más a las bailarinas

aspirantes que a las profesionales, aunque éstas afirman que el control de su peso es eje central de su vida. (Román, Ronda & Carrasco, 2009, p 528).

Por medio de estos significados y elementos determinados por la autoimagen se llega a una metodología que ayuda a determinar y así corregir lo deficiente, como forma de mejorar la conciencia corporal. “Peer observation is used as a means to enhance this self-observation, which becomes part of a conscious strategy for students to recognise and deal with problems arising from habitual behaviour. (Doughty et al., 2008, p 133).

Se le otorga a la imagen corporal un valor único, personal y a la misma vez considerado por la sociedad actual. En un principio el cuerpo era considerado pecaminoso, se oprimía toda libertad de éste, pero con el paso del tiempo esta mentalidad va tomando otro rumbo, cambiando a un cuerpo más aceptado, pero que aún la sociedad crítica e idealiza una imagen del cuerpo perfecto.

Ángela Vaquero, Olga Macias & Ana Macazaga (2014), científicas españolas, en la Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado mencionan que:

En definitiva, nuestra civilización, que hasta el momento actual estaba basada en la negación del cuerpo, ahora lo ensalza; la cultura, que había sido construida a espaldas del cuerpo se transforma en una cultura del cuerpo; la civilización, que se había construido en contra del cuerpo se ha transformado en una civilización del cuerpo. Esta nueva construcción social de lo corporal no deja de ser problemática ya que confronta el cuerpo real y el cuerpo legítimo (cuerpo modelo), produciendo este choque toda una serie de tratamientos orientados a modificar ese cuerpo real. (p 163-176).

Por lo tanto, el cuerpo y su imagen en sí no generan una problemática sino más bien la poca conciencia que tienen los seres humanos en relación a su cuerpo. En este caso se enfocará la mirada hacia los profesionales de la danza, bailarines; así mismo “es importante destacar que, para ejercer como profesional de la danza se requiere trabajar arduamente con su cuerpo, el más fuerte y a la vez más frágil de los instrumentos”. (Calvo, 2001, p 520). De esta manera es importante que el bailarín se haga cargo de su cuerpo en cuanto a su alimentación, ejercicios, mente, salud, entre otros. Porque al despreocuparse de algún punto importante en la formación

del bailarín pueden ocurrir lesiones, perjudicando así el propio bienestar. Lo que llama la atención de esta situación es que el bailarín asocia la lesión como algo inherente a la profesión, por lo que no le toma tanto el peso siendo este suceso muy reiterativo:

“Por otra parte, el profesional de la danza suele considerar la lesión como algo intrínseco a su profesión, y la mayoría de estos sufren varias lesiones importantes durante su carrera⁸⁹. Tales son las exigencias cuantitativas y escaso control sobre el tiempo de trabajo que, con frecuencia, acuden tarde a buscar un adecuado diagnóstico y tratamiento. Se acostumbra a bailar con la lesión y con el dolor ⁹⁰ y esto convierte lesiones inicialmente leves en crónicas, lo que puede acabar con su carrera profesional (Brown, 2004, 303).

Así, se considera fundamental enseñar desde un comienzo a desarrollar la conciencia corporal para que el individuo pueda aplicar dicho conocimiento tanto en su vida diaria como en la danza.

2.3 Danza Moderna

En primera instancia para poder contextualizar la época en que nace la danza moderna hacemos referencia al libro *Danza Educativa Moderna* (Laban, 1978) en el cual se hace referencia al siglo XVIII donde sólo se encontraban danzas aristócratas las cuales no tenían otra pretensión que el de lucir sus joyas y utilizar grandes y decorados trajes. Además, estas eran “danzas del período de las monarquías absolutistas que precedieron a la reciente revolución política e industrial” (Laban, 1978, p 14).

Así, la danza emprende un camino que va tomando más fuerza, pasando de danzas cortesanas a un estudio académico de la danza, abriendo paso al ballet. En Europa:

La danza clásica está afincada en todas partes, la llegada de los Ballets Rusos, el considerable interés por la gimnasia y el deporte, y los primeros investigadores en el campo del movimiento: Jaques-Dalcroze y la Rítmica (en la realidad, un estudio, bastante dogmático para la época, del lenguaje musical a través del movimiento) y Rudolf von Laban, filósofo, hombre de ciencia, artista y teórico.

Ambos fueron los jefes de fila e inspiradores de un gran número de otros hallazgos.” (Wigman, 2006, p 10).

En un primer momento, la danza, como medio de expresión artística no tenía un espacio en el cual se pudiera desenvolver, sólo se aceptaba como entretenimiento en celebraciones de la alta aristocracia, lo que la llegada del ballet le abrió un nuevo rumbo y posibilidades a la comunidad. El ballet fue el punto clave que hizo la unión entre diferentes disciplinas y puntos de vista, como la gimnasia, el deporte, la entretenimiento y la estética, permitiendo la inspiración en el ser humano.

La danza clásica emprende un camino sin retorno, vale decir, con el paso de los años comienza a tomar más fuerza y se hace más importante dentro del mundo social. Desde ese momento, la danza comienza a abrir nuevos rumbos y objetivos, ya no se observa sólo como un medio del cual la gente se pueda entretener, sino que también como un medio de expresión, como una manera de querer comunicar algo originándose nuevos estilos y formas de baile. Así, surge una nueva danza, la cual es denominada “danza moderna”.

La danza moderna es un estilo que se crea con la finalidad de expresar sentimientos. En el siglo XIX, existieron muchos bailarines que se quejaban y consideraban a la danza clásica como una disciplina demasiado estricta y rigurosa, la cual los invalidaba a expresar sus sentimientos y emociones.

La llegada de la danza moderna, se ocasiona a través de su gran precursora Isadora Duncan (1877-1927) una gran figura que destaca hasta el día de hoy, la cual fue capaz de revivir, manejar y unir los ideales del arte antiguo para crear formas más naturales de danza donde el cuerpo humano es el principal instrumento de expresión corporal y emocional con el objetivo de sentir todos los movimientos.

En este sentido, Isadora Duncan es catalogada como una revolucionaria de la danza por haber ampliado las fronteras creativas del arte, esperando que muchos artistas logran expresarse por medio de la danza moderna. Isadora Duncan creó montajes coreográficos con el propósito de manifestar a la sociedad la complejidad que se vivía en la época, dejando de lado el afán de entretener y divertir a la gente. Las danzas estaban llenas de pasión y crítica queriendo siempre dejar un mensaje, no así la danza clásica, donde todo era belleza y sutileza. En este sentido, se conoce a Isadora Duncan como una artista que quebrantó los cánones de la danza

clásica cambiando las formas bellas y las historias lineales por la danza moderna, que rompe completamente con este esquema. (Yaghen-Vial, 2002).

Y así el nacimiento de la danza moderna surge como consecuencia de una época influenciada por un contexto lleno de cambios y avances tecnológicos, donde uno de los puntos más fuertes fue la revolución industrial, en el cual se modifica la educación, la cultura y por sobre todo el sentido del arte. “La danza moderna fue, entonces, durante la primera mitad del siglo XX, un espacio de libertad.” (Alcaíno & Hurtado, 1970 - 2000, p 216) Y aquí queda plasmado el interés de los artistas de dicha época en buscar nuevas formas de vida, requiriendo de la naturaleza y por sobre todo la propia libertad del movimiento estableciéndose así la danza moderna fuertemente con Isadora Duncan, Paul Klee, Bertolt Brecht y el mismo Rudolf Laban.

2.3.1 Rudolf von Laban

Rudolf Von Laban (1889 - 1958), reconocido bailarín de origen húngaro, fue el precursor de la danza moderna creando un libro llamado *Danza Educativa Moderna*, donde se plasma el estudio de los movimientos más básicos y primordiales del ser humano. Laban postula teorías sobre el análisis del movimiento, en las cuales se presentan como medio expresivo de las emociones, pensamientos y acciones conscientes e inconscientes. Para el autor, esta búsqueda por medio del movimiento otorga una total conformidad entre alma y espíritu, ya que toda obra de arte proviene de una necesidad íntima. (Jaramillo, 2014).

Además Laban es considerado un gran precursor dentro de la danza moderna en Europa Central durante la década del siglo XX. Por lo que “Laban tuvo importantes discípulos que consolidaron la Escuela Alemana: Rudolf Bode (1881 – 1971, Alemania) creador de la gimnasia artística o expresiva. Mary Wigman, Kurt Joos, etc.” (Cachadiña, Rodríguez y Ruano, 2006, p 14). Conjuntamente Rudolph von Laban “crea el primer sistema de notación de danza, o escritura del movimiento, la Labanotation.” (Marín & Pizarro, 2014, p 11).

Rudolf von Laban fundó un considerado sistema no sólo para reconocer gráficamente el movimiento sino para considerar un nuevo método de observación, investigación y análisis que involucra el estudio del espacio en relación al cuerpo, las características del movimiento y también la unificación entre mente y cuerpo.

El principal objeto de estudio es el cuerpo humano, seguido por el espacio, directamente relacionado con la Coréutica y el último elemento de investigación corresponde a las cualidades del movimiento, respectivo a la Eukinética.

2.3.2 Coréutica

Como primer acercamiento hacia una definición de Coréutica, la actriz española y editora de la Revista Diagonal, Iraitz Lizarraga, comenta lo siguiente:

Una forma de comprender la Coréutica es observar que se trata de un estudio del movimiento que proviene de la tridimensionalidad espacial en su relación geométrica y arquitectónica del cuerpo humano que habita en un espacio. Para Laban, la Coréutica realiza dibujos y diseños en el espacio, y retrata su arquitectura como una gráfica viviente de los trazos y formas del movimiento en el área en que se circunscribe. (Lizarraga, s/a, p 54 – 55).

Es decir, esta metodología es la directa relación entre el cuerpo y el espacio, además del conocimiento de las diferentes fuerzas espaciales que atraviesan al ser humano y que son las responsables de dirigir el movimiento, llamándolo así, el diseño corporal en el espacio. Dichas relaciones del cuerpo en vinculación a su espacialidad forman el concepto de Kinósfera, que pertenece a la base de orientación que posee el cuerpo en el espacio. Así pues, “La Kinósfera es una especie de volumen que siempre rodea el cuerpo humano, se moviliza junto con él, por lo que se establece una relación sobre la conciencia que el cuerpo tiene con el espacio.” (Ganter & Millán, 2013, p 20).

Frente a esta dimensionalidad espacial que intersecta con el cuerpo y el espacio, Mahmoud Sami-Ali (1993) es un psicoanalista de origen egipcio y nacionalidad francesa. Profesor Emérito de Psicología Clínica en la Universidad de París VII y director científico del Centro Internacional de Psicósomática (CIPS) que opina que en cualquier medida dentro de esta geometría imaginaria en la que el espacio y los cuerpos se contienen, pasan también a ser nuevas formas en las que se proyecta, replicando esto en el cuerpo dentro del espacio. Dentro de esta relación cuerpo – espacio se destaca además como un elemento central en esta geometría la cruz dimensional, siendo esta la encargada de hacer intersección en tres planos dimensionales (frontal,

horizontal y sagital) que conectan y relacionan al cuerpo con la dimensión espacial. Al mismo tiempo, Laban clasifica la Coréutica a través de los siguientes elementos, como términos básicos: direcciones básicas, niveles, extensiones y diseños espaciales. Así en este estudio de la Coréutica se logran identificar puntos básicos mencionados anteriormente, sobre los cuales dicho estudio, poco a poco, se ha ido complejizando hacia contenidos que especifican el cómo abordar el cuerpo en el espacio y sus movimientos, facilitando nuevos caminos a la interacción de conceptos como corrientes espaciales y anillos. (Brito & López, 2015).

Por lo tanto, la Coréutica, en cuanto a su relación del cuerpo en el espacio, es un elemento indispensable para la formación y desarrollo de la conciencia corporal, entregando las herramientas principales para lograr una orientación espacial consciente.

2.3.3 Eukinética

Para Laban la Eukinética se basa en el estudio de las leyes de gravedad, clasificando la gran gama de energías que existen entre un total de relajación y un máximo de tensión, proporcionando como punto central un cuerpo en movimiento, ya que éste siempre se va a ver afectado por la gravedad en cuanto a su relación con los factores básicos que lo determinan, como el espacio, tiempo y energía, teniendo en consideración que cada ser humano se moviliza de manera diferente, donde estos factores establecen la calidad dinámica del movimiento. “De este modo, la proyección permanece ligada a la génesis del espacio y el tiempo a través del cuerpo propio que funciona como esquema de representación.” (Sami-Ali, 1993, p 184).

En este sentido, para la bailarina y pedagoga chilena, Vilma González (2013), la Eukinética es y tiene como propósito ser un instrumento de ayuda en la realización de los movimientos, otorgando claridad sobre éstos para una buena ejecución tanto en el día a día, como también en la danza:

Si bien cada técnica entrega su propia dinámica funcional, se hace necesario trabajar por separado las cualidades básicas que informan toda danza; cualidades que resultan de la interacción de los tres factores primarios (energía, tiempo y espacio propio) y que exteriorizan la intensión expresiva del movimiento. Estas cualidades al ser aplicadas con conciencia y dominio tienden a producir la expresión deseada, según la atmósfera,

la situación, sensación, etc. propuesta. Esta disciplina, parte de la técnica, ayuda a superar el naturalismo y la ejecución puramente mecánica, para alcanzar el plano más elevado de la danza. Permite la poetización del gesto, el cuerpo se convierte así en un instrumento sensitivo que refleja las intenciones del intérprete. Una clara conciencia y sobretodo un afinado dominio eukinéutico hace en buena medida, la diferencia entre moverse correctamente o danzar con categoría artística. (González, 2013, p 17).

La Eukinéutica posee la riqueza de la precisión de cada movimiento tanto en su ejecución, como en su intención. Esta situación, hace más consciente al individuo para el accionar corporal tanto de forma natural como de manera impuesta o aprendida. Cada factor influye en el movimiento, pero depender también de cuanto grado de conciencia posee la persona, es decir, si es capaz de darse cuenta de la cantidad de energía, espacio o tiempo que aplica en cada movimiento.

Todos los seres humanos realizan a cada instante acciones o movimientos corporales que son determinantes de los tres factores mencionados a continuación:

2.3.3.1 Factor Espacio

Para Fernández et al. (2010), este factor denominado Espacio se encuentra establecido por los conceptos de central – periférico, donde se hace referencia a la directa conexión que tiene el individuo y el espacio. De esta manera, se observa cómo puede afectar el entorno y la personalidad al propio espacio corporal. A la vez, este factor suele ser una conexión con el mundo interno de la persona que lleva al movimiento.

Debe tenerse muy en cuenta que dentro de la Eukinéutica el concepto de espacio es diferente al de Coréutica, ya que en este último el espacio está referido únicamente al cuerpo.

En la vida cotidiana existe una amplia gama de individuos con diferentes personalidades, unos más introvertidos que suelen sentirse seguros y cómodos en su propio espacio (central), buscando siempre la manera de pasar desapercibidos por el mundo. Pero por otro lado se encuentran las personas extrovertidas las cuales siempre buscan llamar la atención del resto, proyectándose constantemente al espacio externo, es decir, salir a la periferia.

2.3.3.2 Factor Tiempo

Este factor hace referencia a la temporalidad como la cualidad que pertenece al tiempo en la cual el cuerpo se moviliza. Los paradigmas del factor tiempo están en la disposición que el cuerpo explore a través de diversos matices y contrastes la velocidad entre lento – rápido. Asimismo el tiempo como ritmo y parte del proceso de la acción o movimiento llevará siempre los sucesos consecuentes del cuerpo. (Ñeco, 2014).

Las acciones o movimientos se clasifican dentro del cotidiano como un acto relajado, normal o urgente en cuanto a su realización en relación con el tiempo. Depende además de cómo se ejecuta la acción y con qué parte o partes del cuerpo se encuentran involucradas, ya que se establece que cada acción posee un cierto tiempo funcional para su ejecución, que está levemente propicio al cambio. El hecho de establecer una diferencia de tiempo en las acciones también depende de cual parte del cuerpo es utilizada porque cada una de ellas tiene un parámetro de velocidad distinto.

Las numerosas circunstancias de la vida cotidiana hacen que el reloj personal se modifique dependiendo de las necesidades, por lo que ya no se trata de un reloj establecido cronológicamente por segundos, minutos y horas determinados, sino más bien que pasa a ser un reloj propio de la persona con tiempo subjetivo.

2.3.3.3 Factor Energía

Este factor está relacionado directamente con la intensidad en la que se realiza un movimiento, ya sea en el grado de tensión muscular o en la cantidad de energía aplicada a la acción.

Este factor nos permite realizar movimientos con mucha tensión muscular, (hablaríamos entonces de un movimiento fuerte), o movimientos con poca tensión muscular, en cuyo caso se trataría de un movimiento suave. La intensidad o el tono sustentan a la postura y ayudan a regular el movimiento, y debemos aprender a regular el movimiento, y debemos aprender a controlar la cantidad de energía que le damos en función de la sensación que se quiere transmitir. (Asencio, Ruano & Udias, 2012, p 94).

En este sentido en cada movimiento que realizan las personas se produce una descarga de energía que puede variar dependiendo de la acción y del individuo, ya que depende de la energía que se ponga para movilizar el cuerpo. Existen diversas influencias dentro del factor energía que intervienen en la realización del movimiento como, por ejemplo, la personalidad, algunos individuos son introvertidos y retraídos por lo que sus movimientos suelen ser de energía leve, no así los extrovertidos que tienden a utilizar más energía. Otro ejemplo es el de lanzar una piedra pesada, donde se utiliza mucha fuerza y se aprieta la musculatura, a diferencia de lanzar una pelota de tenis que no necesariamente necesita mucha energía siendo más leve, por ende la Eukinética clasifica este factor en energía fuerte y leve.

2.3.3.4 Cualidades del Movimiento

Producto de los tres factores mencionados anteriormente (espacio, tiempo y energía) existen ocho cualidades del movimiento, las cuales establecen una única forma de moverse entrelazando y contrastándose una con otra. A continuación se adjunta una tabla explicativa (*figura 1*):

CUALIDADES BÁSICAS						
Factores				Cualidades		
TIEMPO	ESPACIO	ENERGÍA	SÍMBOLO	NOMBRE		
				alemán	español	inglés
lento	central	leve		<i>gleiten</i>	flotar	<i>floating</i>
lento	periférico	leve		<i>schweven</i>	deslizar	<i>gliding</i>
lento	central	fuerte		<i>druck</i>	exprimir	<i>wringing</i>
lento	periférico	fuerte		<i>zug</i>	empujar presionar	<i>pressing</i>
rápido	central	leve		<i>schlottern</i>	sacudir	<i>flicking</i>
rápido	periférico	leve		<i>flattem</i>	puntear	<i>dabbing</i>
rápido	central	fuerte		<i>stoss</i>	latigar	<i>slashing</i>
rápido	periférico	fuerte		<i>schlag</i>	golpear	<i>punching</i>

Figura 1. Cualidades del movimiento. Pensamiento y acción. El Método Leeder de la escuela alemana (p 123), por Cámara & Islas, 2007, México, D F: ITESM. Derechos de autor [2007] por Elizabeth Cámara. Adaptación autorizada.

2.4 Enseñanza – Aprendizaje

En relación al tema de la educación vinculado directamente al cómo se les entregan los contenidos a los alumnos y de qué forma estos mismos lo aprenden en base a la conciencia corporal, se encuentra a Miguel Ángel Zabalza, catedrático español de Didáctica y Organización Escolar de la Universidad de Santiago de Compostela. Doctor en Psicología y pedagogo, quien plantea que:

La enseñanza es un ejercicio “cuerpo a cuerpo” con nuestros estudiantes. Se trata de un proceso mediado por las características personales de ambos, las suyas como estudiantes y las nuestras como profesores o profesoras. Y cuanto más vulnerables son esas personas con las que trabajamos, más importancia adquiere nuestra condición de persona y la forma en que nuestras características personales influyen en la forma llevar a cabo nuestro trabajo. (Zabalza, 2011, p 48).

De esta manera queda clara la importancia de la enseñanza que es entregada a los estudiantes y lo significativo que es para ellos recibir este aprendizaje. El docente debe tener la capacidad de generar diversas metodologías para crear una sola cultura de aprendizaje dentro del aula donde los educandos logren la capacidad de descubrir sus propias fortalezas y así proponerse nuevos desafíos. Donna Dragon, pedagoga, editora e investigadora estadounidense, en un artículo publicado para la revista *Journal of Dance Education* hace referencia a que muchos educadores del área dancística tienen un gran deseo de transformar la pedagogía por medio de la identificación de los valores de estos mismos; comprendiendo estos valores estéticos y también prácticas de enseñanza en el aprendizaje de los alumnos para llevarlos a cabo en el campo de la educación en danza. (Dragon, 2014).

Los educadores del área dancística además de entregar conocimientos y material con contenidos técnicos determinados, también suelen integrar contenidos personales, llámese vivencias a través de sus propias experiencias (valores, ideas, pensamientos, posturas, entre otras) donde generan nuevos modelos de la cultura de la enseñanza y aprendizaje.

Mary Wigman, bailarina alemana, plantea una postura frente a esto y considera a la educación de la danza como una fuente responsable de formación donde la mayor importancia será entregada siempre al individuo con toda su corporalidad y naturalidad. Además agrega que:

¿Es, pues, la formación del cuerpo? Sí, puesto que es un fenómeno de crecimiento en el que el movimiento físico, la agilidad espiritual y la flexibilidad mental deben estar equilibradas a fin de llevar a bien esta metamorfosis del cuerpo del hombre en instrumento. (Wigman, 2006, p 97).

Se percibe el gran valor que se adquiere en la educación desde el docente hacia alumno como del alumno al docente. Podemos hacer una similitud entre un profesor y un escultor, ambos son individuos del camino del arte, el escultor trabaja modelando el barro, tallar en madera, piedras u otros materiales donde se expresan creaciones de volúmenes y conformación de espacios, y el profesor trabaja moldeando a sus alumnos tanto en sus mentes y cuerpos.

Es así de fundamental el proceso de enseñanza - aprendizaje y cómo influye en la vida de los estudiantes lo que les transmite el profesor, mejorando o empeorando su calidad de educación y de vida. Como lo anuncia Doughty et al:

When a student arrives at university, they inevitably bring their own personal experience. This experience will necessarily inform everything that they come into contact with, including their learning. We have found that problems can arise in a student's experience of learning due to the extent that their previous experience inflects their present behaviour. Most behaviour is learned, and much of that learned behaviour is no longer consciously directed. For the purposes of this project such learned and non-consciously directed behaviour is identified and termed, following F. M. Alexander's use of the term, habit. Habit defined in this way – as something we do that we no longer consciously direct – has radical implications for learning.³ Looked at from this perspective, education seems to require strategies for dealing with the problem of habitual behaviour. (Doughty et al, 2008, p 129-146).

La educación se adquiere desde la infancia y así va progresando con el paso del tiempo, por lo que se hace cada vez más difícil modificar los patrones ya establecidos porque se transforman en hábitos inconscientes, vale decir, la persona una vez que adquiere su educación determinada por la cultura, la época, la biología, entre otros factores que se acoplan en su día a día, lo que lo se transforma en algo que queda integrado en sí y no tiene espacio para poder reflexionar de esto al respecto.

Dentro de la naturaleza constructiva del conocimiento existe una historia llamada “Un pez es un pez” creada por Leo Lionni (1970), donde se relata la historia de un pez que tiene gran interés en saber lo que sucede en la tierra, pero no puede investigar por sí solo ya que sólo puede respirar bajo el agua, por lo que decide hacerse amigo de un renacuajo que con el paso del tiempo se transforma en rana y así logra salir a la tierra. Esta rana a las semanas después vuelve al estanque donde se encuentra el pez y describe todas las cosas que observó como, por ejemplo, las aves, las vacas y los seres humanos. Mientras el pez comienza a escuchar las descripciones de su amiga, la rana, empieza a imaginar cada detalle, pero siempre lo más similar a él mismo. A los seres humanos los imagina como peces que andan con cola, a las vacas se las imagina como peces que tienen ubres y a las aves se las imagina como peces con alas.

Esta historia enseña las estructuras mentales que se crean con todo aquello que es aprendido a lo largo de la vida, donde el ser humano construye un conocimiento en base a todo lo que ha adquirido. Según el pensamiento de Piaget, el pez asemeja la información de la rana a través de sus propias estructuras mentales en cuanto a su conocimiento actual.

En el ser humano sucede una situación similar, a partir de su propia experiencia el individuo puede generar estímulos y responder a estos en base de su aprendizaje personal. Un ejemplo dentro de la educación, puede ser el caso de un docente. El profesor enseñará como le enseñaron, es decir, lo más probable es que utilice los mismos métodos y formas de enseñanza ante sus alumnos, es la experiencia personal la que prima ante el conocimiento. Todo lo que el ser humano piensa parte de algo conocido.

De esta manera “la práctica pedagógica centrada en el docente se desarrolla a partir de un enfoque metodológico, que puede mostrar una tendencia a prácticas y enfoques tradicionales o enfoques activos de la enseñanza orientados al constructivismo”. (López, 2012, p 59).

Dentro de todo se hace muy complejo poder determinar sólo una metodología de enseñanza-aprendizaje como la más exacta y efectiva para poder utilizar con los estudiantes previos a una formación profesional. Por ello, se pretende distinguir la o las técnicas más cercanas a esta disciplina artística que es la danza, para luego poder escoger las más apropiadas. En primera instancia, según Claudio Naranjo, médico, músico y filósofo chileno se señala la educación tradicional de la siguiente manera:

La educación patriarcal, que es la que conocemos desde siempre, es una educación predominantemente intelectual en la que los demás aspectos del ser humano son desestimados.

Es éste claramente el caso de la función materna interior, que tiene que ver con ese cerebro límbico, ligado al amor, que compartimos con nuestros antepasados mamíferos. Es poco decir que ésta se ve muy descuidada, pues hoy en día sabemos que la forma en que la medicina ha dispuesto nuestra entrada en el mundo, comenzando por el nacimiento mismo (innecesariamente traumático en una medida que se desconoce) y siguiendo por el período de lactancia (en que no se respeta suficientemente el establecimiento del vínculo natural entre la madre y el hijo), daña al sistema subcortical.

La forma tradicional y establecida de crianza entraña ya una gran insensibilidad, y la escuela viene a rematar esta postergación de lo afectivo, pues nada necesitaríamos tanto como una educación afectiva o interpersonal, una educación de esa capacidad amorosa que es la base de la buena convivencia y la participación en la comunidad –y que tan críticamente está faltando en el mundo. (Naranjo, 2007, p 180 – 181).

En este caso, la educación se centra netamente en lo intelectual, se olvida de lo innato y esencial del ser humano por lo que se vuelve una persona insensible. Dentro de la danza puede ser un poco difícil concentrarse en este enfoque metodológico porque el individuo sí le toma importancia al cuerpo, ya que éste es su herramienta de trabajo y medio de expresión corporal.

Por lo mismo “es importante destacar que, para ejercer como profesional de la danza se requiere trabajar arduamente con su cuerpo, el más fuerte y a la vez más frágil de los instrumentos”. (Calvo, 2001, p 520). Por lo cual, si no hay conciencia en la educación, esta disciplina no funcionará de una forma eficiente. Por este motivo, la revista *Sport Schw Z med und Traumatologie* publica un artículo (1996) en cual hace referencia a las lesiones que existen a lo largo de la carrera profesional de los bailarines:

Entre los 40 artículos incluidos en el grupo I la frecuencia de lesiones varía según los estudios. En este sentido, algunos afirman que el 91% o 100% de los

profesionales de la danza podrían sufrir al menos una lesión en su carrera profesional. A su vez se afirma que el 97% de bailarines podrían sufrir lesiones durante un año. (Menetrey & Fritschy, 1996, p 116).

Tras esta inevitable situación, se trata de buscar una solución en relación al proceso de enseñanza - aprendizaje de los estudiantes por lo que se plantean diversas metodologías de aprendizaje. La primera de ellas hace referencia al concepto de *desaprender*, y se plantea de la siguiente manera según los estadounidenses y profesores en educación, Bransford & Darling-Hammond (2005). Cuando se pretende generar un cambio más eficiente para poder adquirir nuevos conocimientos se busca con suma importancia la reconceptualización y la transmisión del aprendizaje como algo más que la práctica de utilizar y aplicar las habilidades ya adquiridas a través de las estructuras y patrones de modo eficiente para poder resolver los problemas.

La idea de esto, no es dejar de lado el aprendizaje anterior sino más bien integrarlo para que los individuos logren adaptarse al nuevo conocimiento de una manera óptima. Esta forma de adquirir el aprendizaje necesita la habilidad de “desaprender” rutinas anteriores, dejando ir las creencias mantenidas inicialmente y modificar las estructuras mentales y corporales para integrar el nuevo conocimiento.

Con esta metodología se propone salir de las estructuras mentales vinculadas con los procesos de aprendizaje de los individuos, de esta manera se menciona el concepto de *desaprender*, como patrón. El ser humano a lo largo de su vida aprende como caminar, como hablar, como andar en bicicleta, como escribir, como tomar una cuchara, entre muchas otras cosas. Pero a medida que pasa el tiempo, estas acciones muchas veces se comienzan a realizar de una manera inconsciente, vale decir, la persona sólo realiza la acción sin pensar. En este caso, muchas veces al dejar de tener conciencia de este actuar se puede ir deteriorando el movimiento; Por ejemplo, un bebé aprende a caminar utilizando toda la planta de su pie generando un trípode en éste con todo el peso de su cuerpo en sus soportes, pero a medida que va creciendo se empieza a estropear este peso y la huella comienza a ladearse llevando el arco del pie (borde interno) hacia adentro, lo que genera una modificaciones en la distribución del peso al caminar, lo que daña la salud física, la respiración y también el calzado.

Conjuntamente Sandra Jaramillo Mora, Directora del Departamento de Educación de la Municipalidad de Temuco y Sonia Osses Bustingorry, Doctora en línea de investigación de

Diseño, desarrollo e innovación curricular con énfasis en Enseñanza de las Ciencias y Educación Ambiental y metacognición. Ambas de nacionalidad chilena. Señalan lo siguiente:

... la metacognición como una alternativa viable para formar alumnos autónomos, sobre la base de una educación que potencia la conciencia sobre los propios procesos cognitivos y la autorregulación de los mismos que parte de los estudiantes, de manera tal, que les conduzca a un “aprender a aprender”, es decir, a autodirigir su aprendizaje y transferirlo a otros ámbitos de su vida”. (Jaramillo & Osses, 2008, p 187).

Para la metodología de *metacognición* o del volver a aprender, la idea es volver a observar, conocer y así aprender desde de un nuevo comienzo las acciones que ya estaban establecidas para obtener nuevas técnicas y mejoras en las acciones y movimientos del día a día.

Por otra parte, se expone otra metodología para este proceso, desde un punto de vista que hace énfasis en el aprendizaje por observación, es así como Albert Bandura, psicólogo y pedagogo canadiense, propone que el conocimiento se adquiere únicamente por medio de los efectos que nuestros mismos actos conllevan.

Por lo demás se logra explicar de mejor manera esta idea de una metodología donde el eje fundamental es el de aprender mediante la observación, es decir, lo que se aprende del entorno.

Los impedimentos impuestos por el tiempo, los recursos y la movilidad limitan, de forma importante, las situaciones y las actividades que pueden ser exploradas directamente. Sin la guía que representa la información proporcionada por los demás, muchos de nuestros esfuerzos nos comportarían graves errores y trabajo innecesario. Afortunadamente, la mayor parte de la conducta humana se aprende por observación mediante modelado. Observando a los demás formamos las reglas de conducta, y esta información codificada sirve en ocasiones futuras de guía para la acción. (Bandura, 1987, p 68).

Se debe buscar la mejor solución para obtener buenos resultados en el aprendizaje de los estudiantes. Con la metodología de observación se puede conseguir un conocimiento subjetivo, ya que la persona que observa puede tener su propia estructura mental de lo que considera más importante aprender. Si bien es cierto que desde el momento en que un bebé llega al mundo se

debe enfrentar a los desafíos que aquí se presentan, a medida que va creciendo busca resolver de manera adecuada dichos obstáculos. Es aquí donde el ser humano debe generar un proceso de aprendizaje para poder enfrentarse al mundo. La observación juega un rol fundamental en este proceso, ya que el bebé/niño comienza a observar su medio/entorno y debe generar por sí mismo una manera de correlacionarse con este mundo. Él es quien decide qué aprender y qué no, lo que puede ser perjudicial si su entorno no es un buen ejemplo de conducta, pues este patrón será difícil de modificar. En base a esto se menciona también que “a lo largo del tiempo, el modelado se ha venido reconociendo como uno de los medios más poderosos de transmisión de valores, actitudes y patrones de pensamientos y de conducta”. (Bandura, 1987, p 68).

Siguiendo con otra técnica de enseñanza – aprendizaje, se encuentra el *conductismo*, la cual se conoce como una corriente de la psicología que tiene como fundamento el análisis del comportamiento o conducta del ser humano, entendiéndolo como un conjunto de relaciones entre estímulos y respuestas.

Para garantizar un buen aprendizaje en los estudiantes se requiere que la persona sea capaz de generar preguntas y respuestas sobre lo que está aprendiendo. En este caso, se hace un poco complejo desarrollar esta reflexión ya que se establecen conductas determinadas (positivas – negativas) con un estímulo (también determinado) que genera la respuesta esperada. “Un modelo estrictamente conductivista no permite el cuestionamiento y el desarrollo de nuevas preguntas, pero un modelo divergente como el constructivista, permite mayor desarrollo del estudiante, quien percibe claramente dicha visión en el mundo global donde está inserto.” (Brieba, 2006, p 118).

Por una parte puede considerarse desfavorable, ya que todo está determinado y establecido; no existe un cuestionamiento propio del ser en el cual se pregunte ¿Por qué estoy aprendiendo esto? ¿Por qué de esta manera? ¿Por qué tal y tal cosa? Al estudiante no se le otorga la posibilidad de ir más allá, sino más bien se le limita a lo que el docente quiere entregarle. Por otra parte, se encuentra el método constructivista, que se conoce como una corriente pedagógica centrada en la necesidad de otorgar al educando instrumentos que le permitan construir sus propios medios para solucionar una situación problemática, lo cual establece que sus ideas se transformen y siga aprendiendo.

Esta metodología educativa plantea un modelo donde el proceso de enseñanza – aprendizaje se descubre y se lleva a cabo como un proceso eficiente, interactivo y recíproco del sujeto, de manera que el conocimiento sea una auténtica construcción manipulada por la propia persona que está aprendiendo.

Continuando con el diverso panorama de los procesos de enseñanza – aprendizaje, encontramos la teoría del *aprendizaje significativo* postulado por David Ausubel, donde se plantea la idea de que un conocimiento efectivo solo puede emerger cuando los nuevos contenidos poseen un significado a la luz de los conocimientos antiguos, es decir a los que ya se conservan. Vale decir, que el hecho de aprender significa que los nuevos aprendizajes se adhieren a los ya establecidos, de modo que nace un nuevo significado. Por esta razón el nuevo conocimiento no conecta con el antiguo, pero el conocimiento pasado se ve reconfigurado por este nuevo.

Hoy en día los resultados del aprendizaje de nuestros estudiantes suelen considerarse poco significativos... Por lo menos así menciona Marco Antonio Moreira, nacido y criado en Brasil. Es un investigador en enseñanza de la física y experto teoría del aprendizaje significativo, enfatiza que:

La teoría del aprendizaje significativo es la propuesta que hizo David P. Ausubel en 1963 en un contexto en el que, ante el conductismo imperante, se planteó como alternativa un modelo de enseñanza/aprendizaje basado en el descubrimiento, que privilegiara al activismo y postulaba que se aprende aquello que se descubre. Ausubel entiende que el mecanismo humano de aprendizaje por excelencia para aumentar y preservar los conocimientos es el aprendizaje receptivo significativo, tanto en el aula como en la vida cotidiana (...) No es necesario, desde este enfoque, descubrirlo todo, es más, es muy lento y poco efectivo.” (Moreira, 2011, p 30).

Dentro de la teoría del procesamiento de la información se comprende al individuo como un procesador de la información, cuya función es recoger dicha información, procesarla y proceder de acuerdo a ella. En este caso, el ser humano no interactúa con su medio existente, sino más bien con la representación subjetiva creada por el mismo, donde el sujeto asume este aprendizaje y aplica en el cotidiano. Además, según el político y pedagogo argentino, Domingo

Faustino Sarmiento, se puede expresar que las teorías del procesamiento de información se orientan de tal modo que los individuos prestan atención inmediata a los sucesos que ocurren en el alrededor, recopilando y procesando la información que deben y quieren aprender. De esta manera, la relación que tiene la persona con sus conocimientos dentro de su memoria, se amplía y mezcla con los nuevos aprendizajes y conocimientos, reutilizándolos y recuperándolo cada vez que se necesiten. (Sarmiento, 2012).

En algunas ocasiones el ser humano es comparado con una máquina del saber, en la cual se enfatiza la adquisición de conocimientos por medio de un procesador de información como medio de aprendizaje, en el cual se tiende a confundir el asimilar este aprendizaje con la técnica de la memorización, desconociendo la dimensión del desarrollo del individuo.

En todos estos diversos planteamientos, con puntos de vista diferentes, se considera el rol del profesor como un pilar fundamental dentro de este proceso que va más allá de enseñar por enseñar, sino que también ayuda al proceso de unificar el cuerpo y mente.

Para David Le Breton, sociólogo y antropólogo francés, es fundamental pensar en la relación *Cuerpo – Enseñanza*, ya que todo lo que se aprende se lleva al cuerpo. El ser humano necesita de su entorno para subsistir, del mundo para aprender:

La criatura humana requiere que los otros la reconozcan como existente para poder plantearse como sujeto; necesita la atención y el afecto de su entorno para desarrollarse, experimentar el gusto de vivir y adquirir los signos y símbolos que le permitirán proveerse de un medio de comprender el mundo y comunicarse con los otros. (Le Breton, 1999, p 15).

El hombre está en una constante búsqueda de valoración consigo mismo, esperando la aceptación del mundo que lo rodea para sentirse seguro dentro de sus pares buscando adquirir y aprender de su entorno. Esta situación conlleva al individuo a relacionarse directamente con el proceso del aprendizaje.

Además, Le Breton en su texto “Cuerpo sensible” (2010) menciona la misma idea del aprendizaje, “Al anclar al niño en una cultura dada, la educación llena poco a poco este universo de posibles en beneficio de una particular relación con el mundo, en la que incorpora los datos a su propio carácter e historia.” (Le Breton, 2010, p 24). Por lo que toda forma de enseñar y educar

se efectúa por medio de un carácter personal del pedagogo, exponiendo su estilo y presencia en ante la comunidad estudiantil generando una relación entre ambas partes. Dicha relación se convierte en un intercambio de palabras, gestos, acciones y silencios, donde este simple hecho nutre la vida de cada alumno y profesor.

La importancia del profesorado sobre sus alumnos en el área, ámbito o asignatura que sea, deja una huella en la vida de ellos, y si mencionamos a un profesor de alguna área artística, en este caso la danza, se aprecia que su enseñanza va más allá de una simple imitación kinética, de enseñar un movimiento, una rítmica o una herramienta para la interpretación, es más que eso, es unir cuerpo, alma y mente, hacer una mezcla que se transforme en danza, en la propia danza. Por lo tanto, el profesor es el principal encargado de entregar los conocimientos, aplicando todo su material verbal y corporal, para complementarlo con el deseo de enseñar como un “arte de vivir”, instaurando una relación de armonía consigo mismo y los alumnos.

2.5 Posicionamiento Teórico

Al indagar en los tres ejes fundamentales de la discusión teórica se proponen diversos conceptos y significados para éstos. Surgen ciertas ideas y pensamientos muy lejanos a la visión de la investigadora, pero también existen autores que plantean teorías, opiniones y concepciones que sí son compartidas por esta investigación, razón por la cual se realizará una selección de los autores afines.

Con respecto al concepto del primer eje, conciencia corporal, Diego Pérez (2015), técnico español en musculación y fitness, instructor del método Pilates Matwork de Barcelona y entrenador personal. Engloba la idea central de esta investigación, haciendo referencia a que el ser humano desde que nace, es decir, de manera innata comienza a descifrar una propia conciencia de su ser. El individuo en su proceso de desarrollo de vida, con la adquisición de esta conciencia, inicia el viaje de aprender a moverse, resolviendo las dificultades que se le presentan en base a las necesidades de éste y así va logrando comprender lo que hace, percibe y siente. Siguiendo esta lógica, es fundamental indicar que cuando la persona logra centrarse interna y externamente en sí mismo adquiere un equilibrio entre cuerpo y mente, pudiendo comprenderse como un todo integrado, y no como la suma de sus partes.

A este punto, se agrega la idea del colombiano, Giuseppe Ruglioni, maestro de Aikido y autor del libro “Ki Aikido, Unificación de la mente y el cuerpo” (2010). Su pensamiento es similar al autor anterior, ya que también plantea la unificación del cuerpo y la mente como conciencia corporal, pero además menciona que esta conciencia otorga una postura correcta tanto física como interna y socialmente porque determina la interrelación que se tiene con el mundo.

Por esto la investigadora plantea que si se logra integrar la conciencia corporal en el ser humano se abrirá un nuevo camino para que la persona logre investigar su lenguaje corporal; la idea de esto es que el cuerpo no sea un objeto sólo de acción, ni tampoco la mente sólo una forma de razón, se pretende relacionar ambos conceptos para lograr una mezcla homogénea la cual permita al individuo controlar la capacidad de pensar, interpretar y analizar un movimiento desde una representación física, mental, cognitiva, social y motriz adquiriendo así una conciencia corporal absoluta, pudiendo reconocer las acciones correctas que ejecuta el propio cuerpo y también reconocer las que son dañinas para este, como por ejemplo, distribuir el peso del cuerpo en toda la planta de los pies, para generar la estabilidad del eje corporal, lo que ayudará a una

buena respiración, por el contrario, un ejemplo dañino puede ser el sentarse siempre con las rodillas flectadas, ya que a la larga será perjudicial para las articulaciones generando un desgaste innecesario de éstas.

Frente a esta argumentación anterior, se pretende agregar el pensamiento de la editora y profesora de danza de nacionalidad europea, Sarah Whatley (2007) que propone la idea de desaprender para aprender, logrando una conciencia corporal y espacial que permita superar ciertas limitaciones que pueda tener la persona. A partir de esto, se afirma en esta investigación que para generar una conciencia corporal se debe implementar una base que facilite un cambio personal consciente y práctico en los estudiantes que iniciarán o se encuentran en proceso inicial del rubro de la danza, pretendiendo mejorar el rendimiento en el trabajo físico y mental. Al no tener incorporado el proceso de desaprender, suele ser muy complicado poder comenzar este cambio porque el ser humano ya trae consigo un comportamiento habitual inconsciente, lo que dificulta que se genere este nuevo proceso. Entonces, cualquier intención de crear un cambio beneficioso para el desarrollo de la conciencia se hace imposible sin que el individuo reconozca esto primeramente; debe saber qué es lo que está haciendo o realizando para comenzar un cambio. La idea es que se logre pensar primero la acción y luego realizarla, reflexionando en relación a si es correcto en cuanto a la ejecución y realización del movimiento, sin generar perjuicios para la salud propia.

Doughty et al (2008) plantean la metodología de la observación del entorno y también propia (auto-observación) como un medio que conlleva al desarrollo de la conciencia. La persona posee una autoimagen producto de lo que piensa de sí mismo y de lo que la sociedad piensa de ella, pero la investigadora propone que lo más importante es lo que el ser percibe de sí, tanto lo que ve, piensa y siente. Así pues, importa más la autoimagen interna que la externa para generar conciencia corporal.

Dentro del eje de la danza moderna con sus contenidos de Coréutica y Eukinéctica, los autores que más se acercan a la ideología investigativa son Laban (1978), Lizarraga (s/a) y Fernández et al (2010).

En primer lugar, se entiende el inicio de la Danza Moderna como un estilo creado a partir de la necesidad de expresar los sentimientos, ya que los bailarines se sentían muy restringidos por la Danza Clásica, siendo su idea principal el ser una inspiración para experimentar y crear

formas más naturales de movimiento donde el cuerpo humano sirve como un elemento de expresión corporal y emocional, por lo que sentir los movimientos es fundamental. Este problema ha sido muy cuestionado y por lo mismo analizado dentro de la Danza Moderna y según Rudolf Laban es falso considerar a esta danza sólo como un arte de expresión de las emociones. “Es más bien un lenguaje de acción en el que las diferentes intenciones y los esfuerzos corporales y mentales del hombre se disponen en un orden coherente”. (Laban, 1978, p 51). Como ya se mencionó, Rudolf von Laban fue quien instituyó un prestigioso método de observación, investigación y análisis que involucra el estudio del cuerpo humano directamente relacionado con el espacio; la Coréutica y las cualidades del movimiento, perteneciente a la Eukinéctica.

Para Laban “el estudiante del movimiento debe conocer las leyes de la armonía del movimiento en el espacio”, siendo esta una forma de acercarse a la Coréutica. Así pues, se logra entender como el estudio del movimiento que procede de la tridimensionalidad espacial en relación con el cuerpo humano. Según Lizarraga (s/a), Laban dentro de su estudio de la Coréutica realizaba apuntes y diseños espaciales plasmando su arquitectura como una representación del movimiento demostrando todas sus posibilidades.

Por otra parte, la Eukinéctica se conoce como el estudio de las cualidades del movimiento. Para Fernández et al (2010) no es solamente una definición de factores del movimiento, sino que más bien un conocimiento que es parte importante de los seres humanos ya que genera una conexión entre mente y cuerpo, por lo que mantiene relacionadas a las personas con su diario vivir tanto en sus características corporales y mentales. En resumen, es una habilidad que más que cumplir un rol expresivo, se torna útil para determinar y diferenciar ciertas acciones.

La Eukinéctica es una herramienta de la danza moderna que posee cualidades básicas del movimiento, las cuales son determinadas por tres factores: tiempo (rápido – lento), energía (fuerte – leve) y espacio (periférico – central). Estos tres elementos se relacionan entre sí y generan ocho cualidades del movimiento (Gleiten/Flotar, Scheweven/Deslizar, Druck/Exprimir, Zug/Empujar, Schlottern/Sacudir, Flattern/Puntear, Stoss/Latigar y Schalg/Golpear).

Para finalizar este posicionamiento, dentro del eje de la formación de los procesos de enseñanza – aprendizaje, se resalta primeramente el rol del profesor, es decir, la importancia que se le otorga a éste. Para la investigadora, se hace muy pertinente la postura que plantea la

bailarina alemana, Mary Wigman (2006), quien establece que la educación de la danza, vista como una responsabilidad absoluta del ser humano hacia su total corporalidad, es pues un fenómeno en el que el movimiento físico, mental y espiritual logra un equilibrio.

La importancia que tiene el profesor sobre su alumnado es tal, que va dejando siempre una huella en la vida de éstos. Este aspecto se incrementa en el caso de la danza, donde se logra aún más una relación entre cuerpo y mente. Para el sociólogo y antropólogo francés, David Le Breton (2010) el profesor entrega sus conocimientos, además de sus movimientos, pero también traspasa el *arte de vivir*, naciendo de una constante búsqueda de la armonía propia y con el resto.

La educación es posible si se establece una relación entre profesor y alumno, a través de una palabra, gestualidad, silencio, entre otras. Así, el estudiante recibe una educación que le permite ir llenando cada vacío que posee para así poder enfrentarse al mundo incorporando este nuevo conocimiento a su propia historia y carácter.

Como un método para restablecer la conciencia corporal, se plantea el concepto de desaprender para aprender. El ser humano conserva un conocimiento que obtuvo desde su infancia hasta lo largo de su vida, el cual se ve afectado por la monotonía de éste lo que lo lleva a una inconsciencia en la realización de sus actos. Para los estadounidenses, John Bransford, profesor en educación y psicología, y la profesora y doctora en educación, Linda Darling-Hammond (2005) la idea no es eliminar el aprendizaje, sino que realizar un complemento a éste. A menudo se desea consolidar el concepto de desaprender rutinas ineficientes, dejando ir las creencias que se tenían precedentemente. Con esta metodología se plantea salir de las estructuras mentales vinculadas con los procesos de aprendizaje de los individuos, entendiendo el concepto de desaprender como patrón habitual dentro de la mente del ser humano.

Para esta investigación, otros autores pertinentes son Sandra Jaramillo Mora, Directora del Departamento de Educación de la Municipalidad de Temuco y Sonia Osses Bustingorry, Doctora en línea de investigación de Diseño, desarrollo e innovación curricular con énfasis en Enseñanza de las Ciencias y Educación Ambiental y metacognición. Ambas de nacionalidad chilena. (2008). Las cuales establecen la idea de la metacognición como una opción factible para constituir estudiantes autónomos, donde la base de la educación es potenciar la conciencia sobre los propios procesos cognitivos y el control automático propio, guiando así al alumno desde el *aprender a aprender*.

3. Diseño Metodológico

3.1 Enfoque de la Investigación

Para los españoles, Juan Luis González, Director General en Orange3 y Paloma Ruiz Hernández, la actual Directora en Gestión de Riesgos en Área Global de Crédito Individuos, (2011). Plantean que “el objetivo de cualquier ciencia es la adquisición de conocimiento, por lo que la elección del método adecuado que nos permita conocer la realidad va a resultar fundamental.” (189-193) De esta manera se llevará a cabo un estudio asociado y determinado en un contexto estructural y situacional donde la investigadora indagará en profundidad sobre su problema de investigación en un rango más abierto y flexible en el cual dialoga con el objeto de estudio sin la intención de sistematizar dicho tema ni tampoco efectuar mediciones numéricas con fines estadísticos.

Por consiguiente, la investigación que se llevará a cabo es de diseño cualitativo, donde el objetivo es analizar el impacto de la enseñanza de los elementos pedagógicos que componen la Coréutica y la Eukinéutica en el aprendizaje de la conciencia corporal en los estudiantes de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, perteneciente a la ciudad de San Felipe.

Aquí la postura de la investigadora está orientada al proceso y no al resultado, tomando en cuenta la visión subjetiva que tiene dicha investigación. Por esta razón se toma en consideración las vivencias y experiencias que han de desarrollar los alumnos de la compañía *Ori Newen*, comprendiendo de esta manera el contexto y sus individuos.

3.2 Tipo de Investigación

Para los docentes y economistas españoles, Villarreal & Landeta (2010). “El estudio de casos permite analizar el fenómeno objeto de estudio en su contexto real”. Pero, a la misma vez para dichos autores este estudio se ve cuestionado ya que conlleva información subjetiva de parte del investigador, en la cual no es factible utilizar la deducción estadística obteniendo una alta influencia del propio juicio subjetivo del investigador en la elección y precisión de la información.

El estudio de casos es el análisis de la característica y de la complejidad de un caso en particular, para lograr comprender su actividad en situaciones significativas:

Autores como Yin (1989) enfatizan la contextualización del objeto de investigación, al entender que un estudio de caso es una investigación empírica dirigida a investigar un fenómeno contemporáneo dentro de su contexto real por la imposibilidad de separar a las variables de estudio de su contexto. (Álvarez & Maroto, 2012, p 3).

La manera de abordar la siguiente investigación es el estudio de caso, ya que se indagará a la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, siendo un grupo de danza en particular, analizando sólo a este y no permitiendo la generalización, ya que se tendrán resultados sólo para el grupo investigado. Así “los estudios de casos son particularistas, descriptivos y heurísticos y se basan en el razonamiento inductivo al manejar múltiples fuentes de datos”. (Arzaluz, 2005, p 107-144).

Asimismo, para poder anticipar en el conocimiento de explícitos fenómenos complejos, el estudio de caso es una metodología que logra conceder contribuciones meritorias si es empleada con severidad y formalidad, empleando procedimientos que aumenten su confidencialidad y su eficacia.

La experiencia de la compañía *Ori Newen* es un caso único, donde la actual investigación parte del interés que genera dicha práctica en la investigadora. Para la investigadora este espacio ya es conocido, ya que realiza clases de forma regular dentro de la compañía. Además, tiene un vínculo cercano a los estudiantes lo cual facilita la buena relación. Y existe un gran interés por aprender conocimientos nuevos dentro del grupo, donde varios alumnos han decidido profesionalizarse en la danza, llegando a Santiago con todas las herramientas que se les brindó en el proceso dentro de la compañía de danza y artes escénicas.

Es por esta situación, que la investigación se origina con el afán de comprender y analizar éste caso particular, logrando que los alumnos puedan aprender los elementos que componen la Coréutica y la Eukinéctica para el desarrollo de la conciencia corporal.

3.3 Unidad de Análisis

El profesor y psicólogo chileno, Pablo Cáceres (2003) menciona que “las unidades de análisis corresponden a los trozos de contenido sobre los cuales comenzaremos a elaborar los

análisis, representan el alimento informativo principal para procesar, pero ajustándolo a los requerimientos de quien “devorará” dicha información.” (p 60).

Se pretende analizar el relato de los integrantes de la compañía *Ori Newen* como colaboradores de la investigación en relación a cómo estos vivencian la experiencia de explorar, indagar e integrar los elementos pedagógicos de la Coréutica y la Eukinéutica como recursos que les generan conciencia corporal, y además cómo experimentan la práctica de éstos en la danza.

Por tanto, como plantea Roberto Hernández Sampieri, metodólogo e investigador mexicano, (2010) “aquí el interés se centra en “que o quiénes”, es decir, en los participantes, objetos, sucesos o comunidades de estudio (las unidades de análisis), lo cual depende del planteamiento de la investigación y de los alcances del estudio”. (p 172).

Con la *Experiencia* se logra el conocimiento de los participantes de *Ori Newen* con sus habilidades procedentes de la observación, de la participación de una situación y sobre todo de la propia vivencia del suceso. Se orienta a enriquecer la investigación por medio de sus experiencias y puntos de vista, además de valorar los procesos y las perspectivas de los participantes.

3.4 Muestra

Dentro de la investigación el tipo de muestreo que se llevará a cabo será de carácter intencional con criterio teórico, el cual suele considerarse un rasgo significativo dentro de la investigación cualitativa, ya que se recolectarán datos específicos de la experiencia de la compañía *Ori Newen* que luego serán analizados para posteriormente formular una teoría. Es por esto, que “más que representatividad estadística, lo que se busca en este tipo de estudios es una representatividad cultural, es decir, se espera comprender los patrones culturales en torno a los cuales se estructuran los comportamientos y se tribuye a la situación bajo estudio”. (Monje, 2011, p 130).

Por lo tanto, se trata de un proceso en el cual la investigadora selecciona directa e intencionadamente los individuos de la población a estudiar. Utilizando con mayor frecuencia los casos más cercanos y de favorable acceso como muestra para la investigación.

De esta forma, no todos los individuos o situaciones del caso a investigar tienen la misma probabilidad de ser seleccionados para desarrollar la muestra, porque la utilización de los datos escogidos dependerá principalmente de la máxima relación con la respuesta a la pregunta de la investigación y con el desarrollo de la potencialidad de un muestreo no probabilístico.

Para la doctora y maestra en Medicina Social, Carolina Martínez-Salgado (2012) La representatividad la determina el investigador de modo subjetivo. Se selecciona sobre la base de ciertas características, para obtener información de los miembros de la comunidad que comparten dichos aspectos.

El estudio se efectuará con la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, que es un taller perteneciente a la Ilustre Municipalidad de San Felipe, V región de Valparaíso; el cual es un espacio de educación no formal donde se le entrega una posibilidad artística del ámbito dancístico a dicha comunidad.

A continuación se presentarán los criterios que se utilizarán para la recolección de información y datos específicos en los estudiantes de la compañía *Ori Newen*, que posteriormente serán analizados, para luego, generar una hipótesis que responda la pregunta de la investigadora.

- 1) Criterio *Localidad*: El primer criterio se compone por la obligación de pertenecer a la comuna del Valle del Aconcagua, V región de Valparaíso (San Felipe, Putaendo, Santa María, Los Andes, Panquehue, Catemu, Llay Ilay, San Esteban, Curimón).
- 2) Criterio *Presencia*: En segundo lugar, se determina un criterio que tenga relación con el compromiso en cuanto a asistencia. Al ser un taller municipal y no de formación profesional no se puede exigir una asistencia completa en su totalidad, ya que existen imprevistos, enfermedades, cambios de ánimos, entre otras variables que pueden influir en una asistencia constante; aun así se mantendrá un margen de máximo 4 inasistencias y 5 en caso de presentar certificado médico.
- 3) Criterio *Dancístico*: Y por último, en este criterio se buscarán personas que cumplan con uno de los cuatro sub criterios expuestos a continuación:

- 3.1) El individuo debe estar en pleno proceso de estudio de la carrera de danza en algún instituto, centro de formación técnico o universidad.
- 3.2) El individuo debe haber asistido a algún curso de danza de forma profesional.
- 3.3) El individuo debe tener conocimientos previos de la danza. Ser o haber sido parte de algún grupo anterior que lo haya formado dancísticamente, ya sea compañía de danza, academia, etcétera.
- 3.4) El individuo debe querer profesionalizarse en el rubro de danza, teniendo planes a futuro de entrar a estudiar dicha carrera.

3.5 Producción de los Datos

Para continuar con el desarrollo de esta investigación se pretende establecer por medio de las distintas técnicas, procedimientos y métodos de recolección de datos, obtener información con el principal objetivo de alcanzar los conocimientos precisos de los colaboradores que permitirán responder a la problemática presente fundamentada con sus percepciones, opiniones, actitudes y/o creencias.

Adjuntando así que “la recolección de datos ocurre en los ambientes naturales y cotidianos de los participantes o unidades de análisis. En el caso de seres humanos, en su vida diaria: cómo hablan, en qué creen, qué sienten, cómo piensan, cómo interactúan, etcétera.” (Sampieri, 2010, p 409).

Para poder lograr un buen análisis de los datos que se obtendrán en esta investigación se utilizarán las siguientes técnicas:

- 1) **Observación:** “En la investigación cualitativa necesitamos estar entrenados para observar y es diferente de simplemente ver (lo cual hacemos cotidianamente). Es una cuestión de grado. Y la “observación investigativa” no se limita al sentido de la vista, implica todos los sentidos”. (Sampieri, 2010, p 411).

La observación es más que contemplar algo, implica ingresar a fondo en la situación a investigar estando atento y activo a todos los detalles en todo momento el cual se requiera.

En la siguiente investigación se utilizará la Observación *Participante/Activa*, la cual permite relacionarse directamente con la realidad, sin intervención alguna logrando analizar la situación tal cual es (natural y espontánea).

Es importante especificar que el este tipo de Observación se debe entender como la presencia del observador inmerso al ambiente situacional observado.

Para poder comenzar una investigación se puede hacer factible utilizar este método, ya que da un primer acercamiento al contexto que será investigado:

En términos de proceso, la observación participante tiene su primer reto en lo que genéricamente se denomina "ganar la entrada al escenario" u "obtener el acceso". El éxito en lograr este cometido depende en buena parte de las habilidades interpersonales del investigador, así como de su creatividad y sentido común, para tomar las decisiones que sean más apropiadas y oportunas, de acuerdo con las especificidades de la situación que encuentre. (Sandoval, 1996, p 141).

2) **Entrevista:** Para empezar

“El propósito de las entrevistas es obtener respuestas sobre el tema, problema o tópico de interés en los términos, el lenguaje y la perspectiva del entrevistado (“en sus propias palabras”). El “experto” es el mismo entrevistado, por lo que el entrevistador debe escucharlo con atención y cuidado. Nos interesan el contenido y la narrativa de cada respuesta.” (Sampieri, 2010, p 420).

A lo largo de la investigación se utilizará la Entrevista de tipo *semiestructurada*, donde se debe generar naturalidad y espontaneidad en todo momento permitiendo una amplitud en las respuestas, vale decir, que estas no sean cerradas.

El colombiano, Carlos Monje, antropólogo y profesor de Comunicación Social y Periodismo (2011) comenta que este tipo de entrevistas se basan por un guion, pero no lo siguen paso a paso, lo que le permite modificar en momento si lo estima conveniente el entrevistador (agregando o quitando preguntas) se hace más flexible lo que entrega una expresión libre al entrevistado.

3.6 Técnicas de Análisis

La técnica de análisis que se utilizará en la investigación será la *Narrativa*, la que permitirá indagar en la comprensión de las experiencias personales de los individuos que serán investigados.

Así pues:

El enfoque surge de la constatación de dos hechos fundamentales. Primero, reconoce que una forma básica a través de la cual los seres humanos otorgan sentido a sus experiencias es pensándolas como historias o relatos. Segundo, constata que la práctica de contar historias (o la narrativización) constituye una forma de comunicación humana fundamental. Estas narraciones permitirían organizar acciones, motivaciones y actores alrededor de un significado a la vez que estructurarían nuestra experiencia del tiempo. En consecuencia, lo que las aproximaciones narrativas hacen, es aplicar esta forma cotidiana de interpretación y comunicación a la práctica y propósitos investigativos con el objeto de estudiar la vida social. (Bernasconi, 2011, p 14).

En el enfoque narrativo, se buscará como proposición tomar la investigación en base a la experiencia e historia de la persona que relatará en su relación con el contexto en cual está situado.

Por consiguiente, la técnica narrativa se ajusta a originar relatos modulados por su propio investigador a través de preguntas que están siempre buscando relacionarse con las experiencias del individuo donde la perspectiva y experiencia del individuo es primordial en este tipo de análisis porque en las instancias educativas no formales, la persona dentro de su contexto y realidad accede a la construcción de estos espacios, haciendo esencial para la investigación el relato de las vivencias personales de los investigados utilizando como base la experiencia.

4. Análisis de Resultados

A continuación se procederá con el análisis obtenido de los datos recolectados, en los cuales se presentarán los principales resultados surgidos a partir de las entrevistas y observaciones como parámetros por los cuales se estructura el desarrollo de la investigación, con el fin de elaborar una hipótesis donde se integren aspectos esenciales de la danza moderna compuesta de la Coréutica y la Eukinética para profundizar en el mejoramiento de las prácticas pedagógicas por medio de la conciencia corporal.

Basándose en los objetivos específicos, se estableció el análisis en 3 grandes categorías:

- Unión entre mente y cuerpo como elemento de la conciencia corporal
- Danza: entrenamiento físico y mental
- Teoría del movimiento

4.1 Unión entre mente y cuerpo como elementos de la conciencia corporal

Resulta interesante verificar que, naturalmente surgieron coincidencias en los resultados obtenidos tanto en las entrevista como en las observaciones, inclusive con respuestas casi iguales en algunas preguntas planteadas desde los ejes principales de esta investigación.

En primer lugar, analizamos la necesidad de los estudiantes por generar una unión entre la mente y el cuerpo, donde se interpreta que el equilibrio de ambos elementos conlleva a una conexión personal con su vida, influyendo en todo ámbito.

La unión de estos elementos repercute en el funcionamiento corporal y mental que la persona obtenga, ya que si no están alineadas nada funcionará adecuadamente. (E1/S20). Para los estudiantes es muy complejo crear el equilibrio entre la mente y el cuerpo porque no han adquirido en su totalidad la conciencia corporal. Aun así, es importante para ellos esta unión porque de estar deficientemente en alguno de estos elementos o factores se ejecutará mal un movimiento, donde muchas veces se pueden generar daños en la salud, como lesiones, desgarros, esguinces y otras cosas, por el hecho de no estar complemente equilibrado en el pensar y en el actuar. Los estudiantes reconocen que muchas veces realizan movimientos sin pensar, por ejemplo, sin un calentamiento previo comienzan de inmediato a bailar, o llegan y realizan lifts (tomadas en pareja) sin estar completamente concentrados teniendo un desempeño deficiente.

El alumno debe aprender a percibir las necesidades de su propio cuerpo, no puede hacerse cargo de otro. Si está cansado no puede exigirse más allá, o si está pensando en muchas cosas y su concentración no lo acompaña, tampoco puede exigirse. Debe comenzar a adquirir y desarrollar la conciencia corporal.

De las observaciones, se analiza que varios estudiantes son muy desconcentrados, ya que llegan con una actitud pensativa y se mantienen así durante toda la clase. En reiteradas ocasiones se les pide que dejen de mirarse en el espejo (que utilizan como medio para corregirse u observarse y arreglar su cabello o vestimenta) que se encuentra en el salón de clases, pero esta situación comienza a cambiar durante el proceso de clases, cada vez se hace menos repetitivo este hecho.

Según la información recolectada, la gran mayoría de los alumnos de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, sienten que de a poco han integrado la conciencia corporal a sus vidas, siendo un proceso complejo que no les es indiferente. Los alumnos entrevistados reconocieron haber comenzado este proceso de investigación sin ni un grado de conciencia corporal, muchos de ellos sentían que eran conscientes de sus movimientos sólo con saber las direcciones básicas o simplemente con la capacidad de crear y memorizar coreografías o frases dancísticos entregados durante una clase. Luego, con el paso del tiempo y el transcurso de clases, los alumnos pudieron darse cuenta que la conceptualización de la conciencia corporal que ellos tenían en un principio fue modificándose en base a los contenidos aprendidos durante el proceso.

Esta situación, permitió la incorporación de la conciencia corporal de una manera progresiva donde la totalidad de los estudiantes no se sienten conscientes por completo, sino que reconocen que desde un principio no tenían mucha conciencia corporal y que a través de las clases de danza moderna de alguna manera los ayudó. Esto es uno de los principales cambios dentro de la compañía de danza *Ori Newen*, adquirir conciencia corporal. (E2/S1) (E3/S1).

De esta manera, se puede interpretar que la conciencia corporal es una herramienta que se puede integrar y/o desarrollar en algún momento de la vida del proceso humano. Vale decir, este elemento de los individuos se logra desplegar por medio de una concientización que le otorga a la vida una amplia gama de posibilidades tanto corporales como mentales.

Asimismo, la conciencia corporal se comprende como un elemento fundamental en el proceso de la actividad humana. Por consiguiente, a los estudiantes se les realizó la siguiente pregunta: ¿qué piensas sobre la conciencia corporal? A lo que la mayoría de ellos coincidió en que una respuesta parecida, de hecho la palabra *importante* se identificó en todas las respuestas de las entrevistas:

“Creo que es algo fundamental en un bailarín, influye mucho. No sé si solo en un bailarín, pero en este ámbito sí, es *importante*”. (E2/S5). Otra alumna agregó: “(...) te ayuda mucho en la danza, (...) siento que es un factor súper *importante* tener conciencia y conocer tu cuerpo y cada parte de ello (...) Siento que te ayuda a conocerte a ti mismo y a tener un mayor rango de movilidad y de danza, en el cuerpo en general, en todo”. (E1/S5). Y la última respuesta también agrega que es un concepto muy *importante*. (E3/S5).

La conciencia corporal se transforma en un concepto insistente dentro de la sala de clases, en las observaciones se extrae las reiteradas veces que la profesora le decía a sus alumnos que tengan conciencia corporal y conciencia espacial, dejando reflejado el afán de que los estudiantes logren escuchar, aprender y aplicar el desarrollo de la conciencia corporal.

Se hace importante destacar además que la conciencia corporal profundiza el conocimiento (E1/S4), ya que el individuo al ser un ser consciente puede percatarse de los elementos que componen un movimiento, permitiendo a la persona darse cuenta de cómo realiza esta acción, por ejemplo, cuánta energía aplica, cuánto desplante o rango de movimientos utiliza, si las rodillas van flectadas o estiradas., etcétera En resumen, la acción que se realiza se hace más prolija.

A raíz del hecho de incorporar la conciencia corporal como un elemento a favor del movimiento facilita al individuo a percatarse de los errores (E3/S18). La persona entra en un constante análisis de la ejecución de la acción, lo cual enjuicia moral y físicamente cada ejercicio o acto que realiza pudiendo mejorar éste a tiempo si es dañino para él, tanto en la danza como en la vida cotidiana.

La entrevistada Mariela Olgún (E3), reconoció que “nadie se lesiona porque quiere”. (E3/S23). Cuando la persona no es consciente se descuidará en absoluto, ya sea física y/o

mentalmente. Este hecho perjudicará sólo a sí mismo, lo cual debe ser importante que el individuo desarrolle la conciencia corporal para desarrollar la capacidad de percatarse de sus propias necesidades. Además, agregó: “Ahora aprendí a darme mi espacio y si necesito algo simplemente lo hago”. (E3/S23).

Por otra parte, se extrae de las observaciones la necesidad de aprobación de la profesora hacia sus alumnos. Al entregarse una indicación, los alumnos siempre la observan desde el lugar en el que estén, en ocasiones, dejan de hacer lo que estaban haciendo por escuchar a la profesora. Les falta desarrollar la capacidad de escucha para ejecutar dicha indicación. Se percibe el miedo a la equivocación, están en un constante consentimiento hacia la docente, necesitan escuchar que lo que hacen no está malo. La profesora menciona que “nada va a estar malo, ni un movimiento, por el contrario” (O1/1.4) incentivando al grupo a una exploración corporal, la cual le ayude a desarrollar la conciencia corporal.

4.1.1 Escucha Corporal

Lo que más se reitera, es que en un comienzo era escasa la escucha corporal, los alumnos reconocen verbal y físicamente la falta de ésta. Al analizar las observaciones se distingue en un comienzo, como estructura de clase, la ausencia de un calentamiento corporal al llegar a la sala de clases (de parte de los alumnos). Debe existir una escucha en las necesidades corpóreas personal donde cada individuo pueda hacerse cargo de su propio cuerpo.

Todos los días el ser humano se levanta de manera diferente, un día puede despertar adolorido, otro día no. Eso, hace que sea importante saber percatarse de cómo se encuentra el cuerpo desde el primer momento del día, pudiendo hacer una observación interna y externa de sí mismo. Por lo tanto, se evidencia que los estudiantes no poseen una escucha corporal, ya que llegan y esperan a la profesora para que haga un estiramiento o calentamiento previo, siendo que no todos los cuerpos se encuentran de la misma manera. Debe surgir de ellos mismo la escucha corporal, no esperar que llegue alguien a decirles cómo deben moverse, ya que ellos saben, por ejemplo, que les duele, que musculatura está más contractura, donde tuvieron un esguince, entre otras, teniendo la madurez personal como punto clave para responsabilizarse de las necesidades corporales propias.

El ser humano si no es consciente en su escucha corporal no podrá darse cuenta a tiempo de alguna dolencia o daño, lo hará cuando ya sea tarde.

El análisis de la observación en cuanto a la escucha corporal, da un resultado poco propicio, donde la atención del individuo se encuentra lejana al cuerpo, es más bien un ser poco cuidadoso de sí mismo. Se observa a un alumno en reiteradas ocasiones, golpearse y lastimarse contra el suelo en la actividad de improvisación durante la clase, ya que al no poseer una escucha de su cuerpo, no tiene real consciencia de cómo poder caer, confirmando con esta situación que si una persona no tiene escucha corporal será más propensa a lastimarse e ignorar sus necesidades, haciéndose muy vulnerable frente a la vida.

La idea principal de la escucha corporal es realizar los movimientos más conscientes, buscando la mejor ejecución de estos para cada persona y así encontrar una mejor calidad corpórea, y así mismo, de vida. Se intenta despertar y unir al cuerpo y a la mente guiándolos a realizar ciertos movimientos que ya se encuentran adquiridos inconscientemente en el mundo interior y mejorarlos a través de la práctica consciente.

A medida que el ser humano se acerca más al concepto de conciencia corporal, aprecia la importancia hacia éste. Dejando en evidencia su aprendizaje al momento de realizar una acción o movimiento prestando atención a lo que es capaz de realizar el cuerpo (E2/S16).

Además, se busca ser consciente para evitar posibles daños de salud, como lesiones, desgarros, entre otros. La idea es saber escuchar las necesidades del cuerpo y no tener que enfrentarse a un problema corporal para luego tener que remediar la situación. Así menciona una estudiante: “Me da lata porque me descuidé por algo que no valía la pena, mis compañeros tampoco me apoyaron, la profesora de ese momento se enojaba si me vendaba”. (E3/S23).

Con esta situación, se comprueba nuevamente la escasa escucha corporal, debe ocurrir una situación para saber escuchar al cuerpo. El propósito de incorporar la conciencia corporal para desarrollar la escucha del cuerpo, busca desarrollar la atención corpórea como una base para un buen desempeño del cuerpo y la mente previniendo resultados desfavorables.

La danza está influenciada constantemente por el virtuosismo y destrezas dentro de esta disciplina. Se conocen diversas competencias de baile durante el año, en la cuales, se priorizan las habilidades dancísticas obteniendo mayores puntajes por sus dificultades y despliegues, pero

muchas veces sucede que el conocimiento corporal se deja a un lado por sacar el máximo provecho al cuerpo prevaleciendo los métodos tradicionales. “Traditional methods for teaching dance techniques are inclined to emphasise the development of bodily control and aesthetic virtuosity.” (Whatley, 2007, p 5).

De este modo, se torna interesante el desenlace de la danza virtuosa, en la cual existen factores que alejan a los seres humanos de su propia conciencia corporal, en este caso, el “tecnicismo”. Al analizar la entrevista de Mariela Olgúin, integrante de la compañía *Ori Newen*, se extrae que dependiendo del objetivo de la clase se sabe cuánto se puede desarrollar la escucha corporal, es decir, existen clases que no poseen la finalidad que el estudiante conozca y escuche su cuerpo, sino más bien, que se logre sacar el mayor provecho corporal (en el caso de preparación de campeonatos). (E3/S5). En este caso, el profesor a cargo toma un rol importantísimo en la preparación de la escucha corporal en su grupo. Es éste el principal motivador de generar este elemento aportando con su metodología la integración de la conciencia corporal.

Las observaciones comprueban que la profesora da indicaciones de mayor experimentación y exploración a sus alumnos, dándoles la posibilidad de ampliar los movimientos, en el cual les pide dejar de lado el tecnicismo que poseen. El análisis considera que los alumnos están muy estructurados técnicamente en la danza, lo cual no les permite ampliar su rango mental inmediatamente, es decir, con los patrones mentales ya establecidos los estudiantes se retienen a generar cosas nuevas, nuevos movimientos. Todo lo piensan.

El profesor debe estar dispuesto al nivel de escucha corporal de sus alumnos, donde quede en evidencia, que se les debe exigir de acorde a sus procesos personales.

4.1.2 Postura

Una correcta postura en el ser humano permite desarrollar una propia percepción, ya que es el material tangible con el cual el hombre se presenta al mundo.

Al analizar las entrevistas realizadas a los integrantes de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, se llegó a la conclusión que los tres creen tener una mala postura, ya sea a

causa de la espalda (E2/S18) y de los hombros (E1/S18) (E2/S18) (E3/S18), lo cual sólo una de ellas ha mejorado esta situación.

Queda comprobado en los resultados obtenidos de las entrevistas y observaciones que la manera en que se pueda remediar una mala postura es a través de la adquisición de la conciencia corporal, ya que el individuo al hacerse consciente puede observarse y analizarse percatándose, en este caso, de su mala postura. Ahí se genera un cambio, muchas veces una persona le puede comentar a otra que no está en su eje corporal, que quizás tiene los hombros muy arriba, que su espalda se encuentra encorvada, pero es el mismo sujeto (de la mala postura) el que debe instaurar patrones mentales nuevos con dichas modificaciones y sobre todo con la disposición al cambio.

Con esto, se rescata de una entrevista lo siguiente: “Yo quise cambiarlo, yo me di cuenta cuando la gente me dice algo no presto atención, yo debo darme cuenta para concientizarlo”. (E1/S19). De esta manera, se demuestra que la conciencia corporal es un elemento que sí permite generar cambios positivos en el ser humano, reconociendo los errores y modificándolos.

Por otra parte, en la entrevista se comprobó que una postura adecuada ayuda a enfrentarse al mundo, más allá de un tema fisiológico de anatomía, influye en la calidad de vida corporal y emocional. Una estudiante manifestó “que una postura derecha te ayuda como a enfrentar la vida. Si andas por la vida agachadito como que uno atrae las malas vibras, en cambio cuando tú vas parada es distinto.” (E3/S21).

Al analizar la respuesta anterior, se deduce que el cuerpo ya habla por sí solo. La postura depende de cómo se siente la persona y cómo lo percibe el resto, además de demostrarse al mundo. Si le gusta pasar desapercibido tomará una postura más encorvada, o buscando pasar desapercibida. Pero si la persona quiere llamar la atención, buscará una postura grande y amplia. “Yo siempre voy parada porque me carga que me griten cosas, entonces prefiero parecer pesada para evitar eso”. (E3/21).

Además, el tema de la personalidad también se torna parecido al anterior, si una persona es extrovertida siempre buscará estar bien de pie y bien derecha, pero si es introvertida, su postura corporal tendrá tendencia estar agachado, encorvado. Una alumna menciona la situación de su timidez, el hecho de ser tímida la hacía agachar los hombros cada vez que llegaba a un lugar

desconocido, concientizó esta situación a través de la conciencia corporal y pudo mejorar su postura corporal. (E1/18).

4.1.3 Autopercepción Corporal

Es fundamental desarrollar la conciencia corporal desde lo antes posible, idealmente en la primera etapa de vida del ser humano, ya que para Pérez (2015) la conciencia corporal surge de manera innata en el ser humano, es decir, desde que nace viene integrada en el ser humano, la cual debe ser desarrollada con el paso del tiempo.

La conciencia corporal otorga diversas herramientas que pueden aplicarse en la danza, una de ellas es la conexión que se establece consigo mismo. “(...) me ha ayudado a como despejarme, y en sí a encontrarme a mí mismo porque muchas veces uno baila, pero bailar puede hacerlo cualquiera, entonces encontrándose a sí mismo como que ya la danza se vuelve más propia.” (E2/S2). Esta respuesta da un análisis claro de que la autopercepción está vinculada con la conciencia corporal porque permite al individuo acercarse a sí mismo, es decir, conectarse con él permitiendo una danza innata, pura y personal.

Al integrar la conciencia se pueden modificar estructuras mentales por medio del cuerpo, es decir la persona puede cambiar patrones y hasta actitudes de su forma de ser.

Se distingue y se percibe por los estudiantes, que el desarrollo de la capacidad de poder adquirir y ser conscientes emerge de un instinto propio e individual, trabajando en la introspección. Existen diversos patrones aprendidos que inconscientemente repercuten en la vida cotidiana y para generar un cambio se debe modificar estos analizando internamente el ser.

La autopercepción dentro de la conciencia corporal de una persona potencia sus cualidades, entregándole mayor confianza y seguridad en sí mismo (E1/S2). El cómo me muevo, cómo me siento y cómo me veo son elementos que van de la mano, según este análisis, la autopercepción entrega herramientas que favorecen el autoestima de una persona, ya que le permiten sentirse pleno y seguro de sí y frente a su entorno. Mejora en su propiocepción ya que se hace más consciente de su cuerpo y de su entorno.

4.1.4 Imagen Corporal

El incorporar la conciencia puede producir cambios en la imagen corporal de manera favorable, ya que genera un buen funcionamiento del cuerpo en cuanto a la postura, a la escucha corporal, a la percepción personal y a la calidad de vida, permitiendo la disminución de daños anatómicos y además formando patrones claves en la personalidad de los individuos. Así, los estudiantes reconocen que la imagen corporal nace de sí mismos, lo que ratifica la unión entre el cuerpo, es decir, lo que se observa en este caso, y la mente, que es lo que se percibe o se piensa de uno, además de la influencia que se genera del entorno social. (E1/S18).

Se analiza de las observaciones, que para los estudiantes la imagen corporal es la asociación a la representación simbólica que el ser humano hace de su propio cuerpo, la manera en que cada persona se ve a sí misma. Cabe agregar, la importancia de esta a nivel personal y social, es decir, la significancia que tiene en el individuo el cómo me veo y me siento y el cómo me observa y percibe la gente.

La imagen corporal tiene un importante factor emocional, que está vinculado a cómo enjuicia cada persona aquello que observa frente al espejo. De esta manera, se analiza de las observaciones la insistencia que tienen ciertos jóvenes de observarse frente al espejo del salón durante la clase, dejando en evidencia la importancia de verse y sentirse bien consigo mismos y que el entorno perciba algo positivo de ellos. Se agrega además, que los alumnos más pequeños, refiriéndose a edades de 14 y 15 años, son los más vulnerables a caer en esta situación.

Por lo tanto, una imagen corporal crea autopercepción de sí mismo, que es la conexión interior o escucha corporal del individuo, en la cual predomina la personalidad que define al ser humano siendo influenciada por la relación entre la mente y el cuerpo generando un acercamiento hacia una mayor conciencia corporal.

4.2 Danza: entrenamiento físico y mental

La danza como disciplina artística y medio de expresión corporal, genera un complemento indisoluble entre la mente y el cuerpo, donde se establece un entrenamiento físico y mental a la vez.

Este entrenamiento es fundamental para un bailarín, siendo la base principal para conseguir buenos resultados en el manejo de tecnicismos y movimientos propios de la danza. Esta situación se debe al esfuerzo físico que realiza el individuo aumentando sus capacidades y cualidades corporales, y a la adecuada preparación mental que debe requerir para lograr un trabajo integral.

De la tercera entrevista, se extrae el análisis del entrenamiento de danza en base al cuerpo y la mente, como una relación complicada de mantener en equilibrio, no imposible, pero sí difícil. (E3/S17). Se deja demostrado que siempre que se genere un entrenamiento mental, será más simple, en cambio, el hecho de buscar posibilidades mentales y luego llevarlas al cuerpo se complejiza, ya que se debe tomar conciencia de la forma de realizar esta acción, en el caso de la danza, se aprende un concepto para interiorizarlo e integrarlo y verse reflejado corporalmente.

Si no se realiza un entrenamiento dancístico consciente, en equilibrio entre mente y cuerpo, será casi imposible poder determinar una ejecución precisa en un movimiento o en un concepto. La persona al ser consciente de este entrenamiento logra comprender cada accionar que realiza y ya no se cuestiona el desenlace para llegar a ello. (E3/S17).

Además, está muy marcado en los alumnos de la compañía de danza *Ori Newen* lo que está buscando cada uno desarrollando sus propios movimientos a través de su lenguaje corporal. Por medio de la observación, se analiza una preparación personal explorativa en cuanto a la danza como entrenamiento físico y mental. Aunque en un comienzo esta situación se percibía de forma escasa, con el paso del tiempo comenzaron a surgir más posibilidades dancísticas, ya que los integrantes de la compañía hicieron de las clases un entrenamiento constante en sus propios procesos.

Por consiguiente, la danza es un constante entrenamiento. Una estudiante comentó en la entrevista que muchas veces ella sentía que realizaba una acción bien ejecutada, pero luego se

daba cuenta que no era tan así. Estaba acostumbrada a realizar movimientos hasta su rango cómodo, por lo que el hecho de realizar un movimiento que vaya más allá de su periferia le hacía perder el equilibrio. (E3/S16). En la respuesta anterior, se comprueba que el cuerpo es un elemento moldeable y manejable por medio de sí mismo y complementario a la mente. El cuerpo muchas veces está acostumbrado a realizar movimientos convenientes, no permitiendo la búsqueda de nuevas experiencias corporales. La mente se bloquea y paraliza al cuerpo, por lo tanto se debe insistir en un entrenamiento como herramienta clave para un mejor desarrollo, en el cual se puedan corregir los patrones ya establecidos por unos mejores, probando mayor riesgo y rango en los movimientos a través de la conciencia corporal y la conciencia espacial.

Y en la observación, se demuestra dicho argumento, ya que los estudiantes en el proceso de clases logran un mejor manejo del centro del cuerpo que permite ejecutar de manera apropiada la temporalidad de los ejercicios impuestos por la profesora. De esta manera, la danza se enfatiza como un entrenamiento físico y mental, que si se logra trabajar de forma consciente mejorará indudablemente.

Por lo tanto, para los bailarines, una buena condición física y mental es clave a la hora de un desarrollo personal que permita reducir el riesgo de la salud, optimizar la interpretación y garantizar una prolongada calidad de vida. Un bailarín entrenado es aquel que posee un equilibrio en su bienestar corporal y mental logrando un nivel óptimo en su desarrollo.

4.2.1 Movimiento y Calidad de vida

Los estudiantes comprenden y profundizan en la conciencia corporal lo cual les permite obtener una mejor calidad de vida, floreciendo una gran cantidad de instrumentos que les permitan desarrollar la danza de manera íntegra y un análisis corporal y espacial consciente.

Al analizar las entrevistas, se puede extraer de ellas en primer lugar, que la danza como medio de acercamiento a la conciencia corporal si entrega una ayuda en el movimiento y en la vida misma. (E3/S19) Permite al estudiante ser conscientes de sus movimientos otorgándoles una razón y respuesta a la acción ejecutada. Cuando no posee un grado de conciencia el individuo no piensa en lo que hace, sólo actúa, perjudicándolo física y mentalmente.

Se hace importante destacar que los integrantes de *Ori Newen*, se sienten más libres al adquirir la conciencia corporal por medio de recursos pedagógicos de la danza moderna (Coréutica y Eukinética), permitiéndoles dejar de lado su juicio moral personal. (E1/S1)

Es muy fácil, poder crear un cuestionamiento propio de sí, pero cuando el ser humano desarrolla su conciencia corporal, esta situación mejora favorablemente. La persona ya no se juzga porque sí, sino que establece razonamientos retadores de sí mismo, donde todo nace de la mejoría en la calidad de su vida. En palabras simples, el estudiante al ser consciente deja de juzgarse, deja de pensar en lo que está haciendo, sino que internaliza el conocimiento y luego como sabe que está correcto sólo lo realiza.

La alumna, Marcela Rivera, confirma que ahora ella confía más en si misma sintiéndose segura, con mayor confianza y sobre todo no cuestionándose nada. (E1/S2). Indudablemente la conciencia corporal dentro de la danza mejora la calidad de los movimientos, ya que se realizan con precisión, con determinación, pero también es importante destacar el buen desempeño de la mente, ya que es ésta la que de forma positiva nutre la autopercepción y autoestima en el ser humano, permitiéndole desempeñar una calidad de vida integral y enriquecedora.

Para los estudiantes, la integración de la conciencia corporal y el aprendizaje de la Coréutica y la Eukinética, permitió una ayuda en el movimiento del cual ellos se dieron cuenta, mejorando la calidad de vida. (E3/S15). Esta situación demuestra la importante relación que tiene el cómo actúa y piensa una persona y cómo repercute en su forma de vivir.

Se analiza de los datos recolectados, que si una persona desarrolla su conciencia corporal tiene una mejor calidad física y mental, por ende, de vida. “(...) si fuese más consciente de las necesidades de mi cuerpo, (...) me ayudaría cómo al movimiento, sería capaz de ver como de mejor manera cómo moverme, etcétera. (E3/S4)

Además, dicha estudiante comenta su situación de lo que sucedió después de una lesión en su rodilla. Menciona que le encantaba usar zapatos altos, los amaba, pero a causa de dicho suceso ya no los puede utilizar más por su salud, sino que sólo para bailar y para presentaciones importantes. (E3/S23). Si un individuo no se cuida, perjudica su salud.

Una persona que realiza mal un movimiento, se lastima. Una persona que no está bien mentalmente, se enfermará psicológicamente. Una persona que no incorpora la conciencia

corporal en su vida, estará deficiente y vulnerable en cuerpo y mente. Por tanto, se debe desarrollar la conciencia corporal para una mejor calidad de vida.

4.2.2 Movimiento e Interpretación

Otro elemento importante dentro del desarrollo dancístico en un bailarín es su interpretación, como una forma de expresar o comunicar algo de manera personal.

La conciencia corporal puede ayudar en el mejoramiento de la interpretación, así lo comprueba el análisis de la entrevistas, donde un estudiante afirma que “la conciencia corporal ayuda a lo que es una interpretación”. (E2/S4).

El desarrollo de la conciencia corporal permite al individuo, en este caso, en la danza, poder bailar y expresarse sin prejuicios siendo éste el protagonista de su propio lenguaje desplegando el impulso a demostrar sus ideas y emociones. Cuando una persona no posee conciencia corporal está constantemente pensando en cómo realizar el movimiento y cómo lograr explicarlo y expresarlo a través del cuerpo, muchas veces sintiéndose preocupado por esta situación (E2/S15). Lo que al hacerse consciente surge la posibilidad de interpretar los movimientos de forma más prolija y natural, además, de permitir al individuo asociar una emoción con su movimiento sin tener que improvisarla o inventarla. (E2/S14).

Así pues, las observaciones también evidencian este afán incesante de querer lograr una real interpretación, ya que mientras los cuerpos están en movimiento, se observan los rostros de los alumnos donde la mayoría de ellos tiene una expresión facial al momento de transmitir su propia danza por medio de su lenguaje corporal. Los integrantes de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen* desenvuelven el material pedagógico adquirido durante las clases por medio de sus propios lenguajes y la asimilación de este material a su cuerpo de la manera más natural e íntima posible.

Además, cabe mencionar que un estilo de danza puede ser determinante para una interpretación óptima, en la cual se da el ejemplo del ballet como una danza estructurada que dificulta la interpretación. (E3/S7). Se enfatiza en este análisis la manera explorativa de probar nuevos movimientos para acercarse a una mejor interpretación, donde el estudiante sea capaz de

soltar su cuerpo y sus movimientos para buscar una forma de expresarse mejor. Y así, lograr un bienestar personal para llevarlo a una transmisión corporal con una interpretación real.

4.2.3 Movimiento y Estética

Para los bailarines de la compañía *Ori Newen*, un factor importantísimo, en su desarrollo es la estética en la danza, buscando constantemente realizar movimientos limpios y bonitos como forma de sentir que bailarán mejor.

Se analiza en las tres entrevistas, el miedo a lo desconocido, los alumnos temen a probar movimientos nuevos ya que poseen patrones dancísticos estructurados dentro de su cotidiano (estilos de danza como jazz, ballet, ballroom, entre otros). Lo cual, les hace difícil poder desarmar dichas estructuras corporales.

Es significativo para ellos lo estético, quieren que sus movimientos sean bellos ante sus ojos y ante los del resto, se sienten extraños realizando corporalidades nuevas donde prime la soltura del movimiento y la desarticulación. Pero al experimentar e indagar en esta metodología tan nueva para ellos, los hace más conscientes del movimientos, dejando de lado los estereotipos. “No sé si se nota, pero yo lo siento así, está más suelto po, mucho más suelto, (...) me pasa un poco que antes sentía así como que se ve feo, ahora es como se ve feo pero no importa (...) (E3/S7). Por tanto, la estética pasa a ser un factor secundario al momento de integrar la conciencia corporal, logrando que la persona ya no piense si está correcto o bonito el movimiento, sino más bien que logra conectarse con su experimentación corporal.

El rol de la profesora es siempre incentivar a sus alumnos a mejorar este juicio estético que tienen, mencionando constantemente, “te mueves muy bonito” (E3/S5). El incorporar la conciencia corporal permite dejar de moverse como es habitual, indagando en nuevos conocimientos corpóreos y facilita la pérdida del miedo en los movimientos poco comunes. (E3/S5).

Se evidencia además, tras el análisis de las observaciones la vergüenza personal que sentían ciertos alumnos en un comienzo, donde una estudiante se observó que reía como manifestación de burla o vergüenza, en más de una ocasión, por la realización de los movimientos desarmados.

Queda claro, que al incorporar la conciencia corporal esta situación se puede remediar, ya que luego de un largo proceso de clases se observó que la belleza en los movimientos dejó de ser el eje central dentro de la estética en la danza, permitiendo a través de la metodología de la experimentación anular la estética moral que tenían los estudiantes.

4.2.4 Movimiento y Niveles

Al desarrollar la conciencia corporal comprendiendo los elementos de la Coréutica y la Eukinéutica se analiza una mejora en la realización de acciones en la vida cotidiana, y principalmente en el área de la danza. El estudiante comprueba que al ser consciente realiza una mejor ejecución de sus movimientos desarrollando la capacidad de actuar sin pensar porque sabe que lo que hace está correcto:

“(…) Soy mucho más consciente ahora. Si esto era llegar y lanzar antes, ahora cambió. Por ejemplo para mí el slag (...) no sabía que era fuerte. Quizás podría haber hecho lo mismo pero leve y siento que unifica mucho a un cuerpo de baile y a mí me ayudó en mi conciencia (...) (E1/S15).

Se evidencia en la respuesta de la estudiante que al adquirir la conciencia corporal, además del mejoramiento de los movimientos, se facilita la exploración en los niveles, vale decir, la persona por ejemplo, puede determinar cuánto nivel de energía utilizar en una acción, o cuánto nivel de temporalidad ocupará para cierto movimiento. Se analiza de las observaciones que durante la experimentación, los alumnos logran percibir los niveles de energía en una actividad en pareja, manteniendo y entregando el peso de sus cuerpos.

La conciencia corporal permite utilizar un rango espacial en los desplazamientos y niveles de la huella. Un integrante de la compañía *Ori Newen*, Benjamín Salinas, agregó: “Ahora ocupo más niveles, antes era siempre arriba y nunca suelo, ahora arriba, abajo, medio.” (E2/S12).

Además, se observa que los estudiantes son capaces de desarrollar diferentes movimientos a través de la musicalidad, la experimentación, la rítmica y la improvisación buscando mucho la espacialidad por medio de los niveles, en el cual entran y salen con mayor facilidad del suelo.

Queda la certeza que el rango de movimiento y posibilidades se amplía a través de la incorporación de la conciencia corporal por medio de la integración de dichos recursos pedagógicos de la danza moderna.

4.2.5 Coreografía v/s Movimiento simple

La conciencia corporal, además de ayudar en la ejecución de movimientos, como se ha mencionado reiteradas veces, facilita el momento de una composición coreográfica. Un estudiante señaló que la conciencia corporal ayuda a elaborar y mejorar una coreografía. (E2/S4).

El ser humano al hacerse consciente puede conectarse con su propia danza, su propio lenguaje corporal permitiéndole acercarse a lo natural y sencillo. “Partimos de buscar cosas tan simples hasta llegar a coreografías”. (E3/S2). Se corrobora que la incorporación de la conciencia corporal ayuda en todo el ámbito dancístico, el cual ya no genera movimientos porque sí, sino más bien entrega herramientas favorables al momento de la realización y ejecución de un montaje coreográfico. (E2/S12).

En la danza, el término coreografía es aplicado constantemente por ser la técnica de composición que reúne un conjunto de estructuras de movimientos. Se crea a partir de premisas dancísticas, unión de pasos, figuras, fraseos y movimientos. Por lo tanto, si una persona adquiere conciencia corporal a través de los recursos pedagógicos de la Coreútica, otorgándole orientación espacial, y la Eukinética, aplicando las cualidades del movimiento, sus movimientos serán más óptimos para lograr a la creación de una coreografía. Mariela Olgún, comprueba esto en su entrevista: “me hice mucho más consciente de los movimientos, ahora analizo (...) En todo sentido me ha ayudado y yo me doy cuenta cuando empecé hacer una coreografía porque ya no era solo moverme (...)”. (E3/S15).

4.3 Teoría del movimiento

La base principal en el proceso de la enseñanza – aprendizaje es el rol del profesor, como eje fundamental en la vida de sus alumnos, ya que este es el encargado de transmitir conocimientos, y además valores. El docente debe tener la capacidad de generar un espacio

educativo con un ambiente óptimo para establecer una atmósfera grata y mantener una buena relación con los estudiantes.

Durante las clases de danza moderna de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, se observó a la profesora siempre acompañada de su bitácora (cuaderno), en la cual contenía sus planificaciones previas, ya sea de clases como también de otras actividades, permitiendo una claridad en los objetivos planteados, manteniendo el orden para poder concretarlos con éxito.

Se hace fundamental la capacidad de que la profesora a cargo logre transmitir el material a todos sus estudiantes, ya que es importante para ellos aprender desde la teoría de los contenidos y complementar con diversas metodologías. Una estudiante deja en claro, que la profesora logró entregar de la manera más óptima la materia, consiguiendo comprender la Coréutica y la Eukinéctica: “(...) creo que todo en la práctica se entendió con facilidad por la manera en que lo hizo.” (E2/S17).

Además, para la alumna Mariela Olguín, es fundamental para ayudar al movimientos y a la vida aprender los contenidos desde su teoría (E3/S19) el cual permita una respuesta razonable. Si no se entrega la teoría en la danza, en este caso, los elementos pedagógicos de la Coréutica y la Eukinéctica, el ser humano se moverá porque sí, sin poder comprender el origen del movimiento ni sus direcciones ni cualidades.

En los resultados obtenidos, se comprueba que los estudiantes logran aprender los conceptos mencionados anteriormente (conciencia corporal, Coréutica y Eukinéctica), como una forma de relacionarlos a la teoría del movimiento permitiéndoles mejorar la realización y ejecución de sus acciones corpóreas.

Dentro del análisis de las observaciones, en un comienzo, la profesora mencionaba los términos de Coréutica y de Eukinéctica durante la clase, pero los estudiantes no sabían el significado de dichos elementos por lo que no se movilizaban y se miraban unos con otros, por lo que la pedagoga debía explicar nuevamente la actividad. Esta situación frustraba a la profesora, ya que se le observaba angustiada inicialmente. A medida que avanzaban las clases, este hecho iba modificándose, donde los estudiantes comenzaron a entender y memorizar las palabras y sus

significancias otorgándoles un vocabulario técnico dancístico más amplio y una integración del conocimiento a sus danza y vidas.

Cuando los alumnos comprenden los contenidos se crea un ambiente más agradable y encantador para generarse un aprendizaje. Se puede establecer una tranquilidad de parte del docente y de su alumnado, como también entre sus pares.

Así pues, dentro de este análisis también se agrega que existe un apoyo teórico entre los integrantes de la compañía de danza *Ori Newen*, donde se prestan ayuda frente a las dudas e interrogaciones que surgen en relación a los contenidos entregados durante las clases. Un estudiante le pregunta a su compañera de clase que es la Coréutica, a lo que ella responde que es algo relacionado con el espacio, posteriormente mencionando, “acuérdate de las burbujas”. Esta situación corrobora que un alumno comprendió el material entregado por la profesora, contribuyendo a la ayuda de que sus pares también lo logren.

El aprender a bailar sin entender su teoría es como querer estudiar literatura sin saber leer y escribir. Si bien se pueden desarrollar ciertas habilidades corporales sin la teoría, es más fácil y completo el proceso entendiendo al menos sus conceptos. Dejar de lado los conocimientos dancísticos es ignorar los conocimientos que enriquecen, perfeccionan y permiten entender la danza para así poder ejecutarla con mayor destreza.

Un bailarín es consciente al ejecuta la danza pero no sólo porque sabe realizar los movimientos correctos, sino porque además entiende a nivel técnico y teórico lo que está efectuando en cada movimiento. Esto le entrega herramientas teóricas e interpretativas.

En este análisis se debe tener en consideración que la teoría y la práctica permiten ampliar una gama de múltiples posibilidades que facilitan el proceso de enseñanza – aprendizaje. Así menciona Benjamín Salinas: “(...) a mí me ayuda más la práctica, el hacer y lo complemento con el saber (...)”. (E2/S17). Queda la certeza que para un individuo el hecho de aprender un contenido y llevarlo a la práctica, generará un complemento en su enseñanza donde será más efectivo y eficiente este aprendizaje.

4.3.1 Aprender haciendo para experimentar el movimiento

A través de la observación de clases, se logra establecer la variedad de metodologías utilizadas durante una y varias clases, es decir, por ejemplo en una clase se comenzó con un

juego (metodología lúdica), siguiendo por una imitación kinética, después una experimentación, individual, en dúos y grupal, para finalizar con una sensibilización guiada por la docente.

Por medio de la observación, se logra identificar una diferencia en cuanto a la estructura y en el cómo se entregaran los aprendizajes a los individuos, buscando nuevas formas de abordarlo y traspasarlo a estos; se visualiza la similitud de opiniones en cuanto a si existe una metodología o método específico que otorgue al estudiante poder aprender y comprender de una manera más consciente el material coreúutico y eukinético entregado durante el procesos de clases. Se llegó al análisis que el aprender haciendo es el más efectivo para los alumnos de la compañía *Ori Newen*.

El llevar a la práctica un conocimiento teórico les permitió a los alumnos de la compañía poder aprender de una manera más rápida y eficiente los nombres de las ocho cualidades eukinéticas, logrando memorizarlos correctamente. Aun así se prioriza la metodología de la práctica:

“así fue como me las aprendí, moviéndome, no de memoria ni leyendo, así yo no funciono. Por experimentación todo el rato, (...) entonces así tú vas viendo eso y más el cuerpo, ya puedes experimentar el movimiento. Entonces, la experimentación me ayudó caleta, el ir leyendo e ir haciendo, leer y hacer todo el rato y así me las aprendí.” (E1/S17).

Se observa la similitud de la metodología del *hacer* como herramienta clave para el aprendizaje de los elementos de la danza moderna. Se busca acercar a los estudiantes hacia una práctica corporal constante, en la cual puedan asociar las actividades realizadas en clases con contenidos teóricos específicos. A través de este medio, la profesora pretende que los educandos obtengan una conciencia, aun sabiendo que dicha situación es compleja de llevar rápidamente a al cuerpo, ya que los estudiantes comprenden durante la práctica corporal.

El aprender haciendo se torna un tanto complejo de internalizar de inmediato, al ser una disciplina artística corporal y mental se dificulta ya que el ser humano está acostumbrado a aprender y realizar, en la danza, muchas veces sucede lo contrario, uno baila y después aprende. Se complejiza aún más es utilizar el cuerpo. Casi todo se aprende razonando, en el colegio nos enseñan frente a un pizarrón, donde en escasas oportunidades se le brindaba un espacio al cuerpo. Acá en la danza, si bien prima el cuerpo como un elemento visible, debe existir una

relación equitativa entre la teoría y práctica, vale decir, donde se aprende un concepto o contenido y simultáneamente realizar este aprendizaje como una ejecución dancística (movimiento).

Aun así, se muestra que debe existir variación por parte de los profesores a cargo de una clase, ya que una alumna manifiesta que ella requiere otra metodología, que fue escasamente utilizada por parte de la pedagoga: “Yo soy muy de escribir, hago como mil resúmenes para aprenderme algo (...)”. (E3/S20). Es importante la utilización de diversas metodologías por parte del profesor, debe tener la capacidad de generar variaciones en su desempeño educacional para que todos los alumnos puedan aprender, ya que todos son personas diferentes por lo que aprenden de manera diferente.

Al analizar la situación anterior, queda claro que la profesora debe hacer una mea culpa, quizás como autoevaluación para poder escuchar las necesidades del grupo, donde se les permita la posibilidad de aprendizaje a todos los integrantes de la compañía *Ori Newen*. La profesora debe desarrollar más técnicas de enseñanza – aprendizaje de ahora en adelante, ya que ella continúa realizando clases en dicho lugar.

Se desprende de las observaciones que la profesora utilizó la experimentación como una metodología recurrente dentro de sus clases, abriendo nuevamente espacios al *hacer*. Durante las tres clases que la investigadora observó, existieron actividades en las cuales se les pedía a los estudiantes que experimentaran en el movimiento, lo cual en un principio fue costoso, progresivamente fue mejorando. Los alumnos de la compañía se hicieron más conscientes al realizar los movimientos, ya que no sentían miedo a equivocarse corporalmente, sino más se acercaban más al riesgo de sus movimientos.

4.3.2 Tomar conciencia por sí solo

Otro punto importante, es la toma de conciencia dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje, en el cual los estudiantes son capaces de generar un cambio por sí mismo para una mejoría corporal.

Deben tomar conciencia de sus propios cuerpos, observarse y así cambiar patrones que los acerquen a una metodología favorable para sus cuerpos. Así manifiesta Marcela Rivera, debe

nacer un incentivo propio para lograr ser consciente, no sirve que los demás le manifiesten inquietudes de ella, sino más bien debe generarse una escucha personal para corregir la situación. (E1/S19).

A la vez, Benjamín Salinas comenta una idea semejante a la primera, donde también pone énfasis en que la manera de hacerse consciente debe surgir de manera personal, la cual puede verse influenciada de manera física o psicológica: “(...) creo que solo va en mí, (...) debo hacerme más consciente (...).” (E2/S19).

Por medio de las respuestas comentadas anteriormente, se puede analizar la importancia personal en la toma de decisiones. Por más que se quiera instaurar o desarrollar la conciencia corporal, si el individuo no quiere adquirirla, será imposible. La persona debe percatarse de sus necesidades y errores para querer cambiarlas a través de la toma de conciencia. Una estudiante de la compañía creía que realizabas movimientos bien ejecutados, hasta que integró la conciencia corporal y se percató que no era lo que pensaba, mentalmente se podía querer una cosa pero corporalmente resultaba otra.

La conciencia corporal permite remediar esta situación, ya que se concientiza el pensamiento y movimientos a la vez (E3/18), es decir, lo que piensa la persona logra accionarlo corporalmente, abarcando todos los movimientos que se estimen con todo el cuerpo. Además, de brindar la profundización en los contenidos con mayor importancia para el estudiante. (E2/S4).

4.3.3 Enseñanza – Aprendizaje colectivo y afectivo

Y el último aspecto que surge dentro de los ideales que se encuentran en el proceso de enseñanza – aprendizaje es la relación entre profesor, alumno y sus pares. Este criterio forja un significativísimo desenlace en la realización de una clase, donde si existe una relación positiva pueden existir grandes frutos de éxito, de lo contrario, se torna un ambiente poco ameno para el aprendizaje.

Durante todas las observaciones realizadas a las clases de danza moderna de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*, se puede analizar la relación afectiva que existe en el grupo, ya sea entre los compañeros como también con la profesora.

Se analiza el saludo cariñoso de parte de todo el grupo humano y siempre al finalizar una clase, la profesora agradece a sus alumnos la disposición y entrega de parte de ellos, a lo que estos responden con afectivos aplausos y retribuyendo con recíprocas gratitudes.

La relación es colaborativa y afectiva de ambas partes, una buena relación ayuda a una clase, permitiendo hacer el proceso de enseñanza – aprendizaje más ameno y agradable, ya que se dan instancias para que los alumnos puedan expresar alguna idea, sentimiento o comentario al respecto de la clase.

Se percibe también, de las observaciones, que esta buena relación también se genera entre los estudiantes, ya que en una oportunidad una alumna se emociona al expresarse y rápidamente la que se encuentra a su lado izquierdo la abraza, demostrando su afecto y apoyo. Además, al momento de realizar una actividad, los integrantes de la compañía de danza *Ori Newen* se agrupan por mayor afinidad.

Se logra analizar la utilización de varias metodologías y formas de enseñar a los estudiantes, destacando en que la forma de ponerlas en práctica es siempre desde el afecto y cercanía, lo que repercute en el alumnado. Si la profesora hace de sus clases y enseñanzas un lugar grato y armónico, los alumnos serán más cercanos a ella y a sus compañeros pudiendo aprender mejor, con un desempeño óptimo y estableciendo lazos de amistad dentro de la compañía.

Por lo tanto, durante los tres sábados que fueron observados, se analiza un ambiente agradable y una muy buena disposición en los educandos, facilitando la realización de las clases. Además dentro de este grupo humano, se observa la existencia de una relación cercana de ambas partes (profesor - alumno y pares) permitiendo que el proceso educativo del aprendizaje significativo y del constructivismo, se vivencie de una manera afectiva, amigable y respetuosa.

4.3.4 Coréutica y desarrollo de la autopercepción

Se señala desde un comienzo que Rudolf Laban identificó la importancia de la conexión que existe entre la mente, el cuerpo y el alma, experimentando sobre el manejo de la gestualidad y la dependencia espontánea que esta tiene con las relaciones humanas. “Fue la primera vez que

Laban era testigo de la existencia de un método donde se planteaban leyes específicas en torno al movimiento corporal.” (Fernández et al., 2010, p 34).

Se sabe, que la Coréutica es el estudio del movimiento del cuerpo en el espacio, la cual permite la orientación espacial y la trayectoria de los movimientos. Este recurso pedagógico de la danza moderna otorga grandes beneficios por lo que es importante poder aprenderla, comprenderla e integrarla a la danza, en este caso, en la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*.

Marcela Rivera, alumna de la compañía, mencionó la importancia de comprender este elemento, ya que si bien, ayuda en el área de la danza, otorga incuestionablemente un aporte espacial y corporal a la vida, “(...) demasiado importante o sea para mí que todos los bailarines tuvieran esto y que todas las personas tuvieran esto (...)”. (E1/S14). La toma de conciencia de la Coréutica le permitió a los estudiantes expandir los rangos espaciales en sus movimientos, haciéndolos más conscientes.

La autopercepción dentro de la Coréutica, permite relacionar al individuo con su forma de vida en cuanto a su lenguaje corporal, donde la crianza define como es la persona. (E3/S6). Se mencionó anteriormente, que en el ser humano influyen diversos factores que determinan la propia percepción, y uno de ellos es la incorporación del material coréutico, el cual permite tomar conciencia de la real ejecución de un movimiento. El ser humano se encuentra más atento en su orientación espacial y los diseños y trayectorias que genera en una acción.

El aprendizaje de la Coréutica, también permitió a analizar el rango en el cual se mueve un cuerpo en el espacio, donde una alumna manifestó que por el simple hecho de ser pequeña de estatura se acostumbró a realizar movimientos pequeños y cortos, donde utilizaba menor espacio que los demás, y al no ser consciente, su capacidad de movilidad espacial, su kinósfera, también era paupérrima. Pero al integrar la Coréutica como un contenido para el desarrollo de la conciencia corporal, mejoró este patrón mental que repercutía en su cuerpo. De su entrevista, se extrae, “bueno ha sido un gran proceso en realidad de ocupar más el espacio, de agrandarme yo, de tener conciencia con los demás, de no pegarles, de que no estoy bailando sola, todas esas cosas como que me han ayudado mucho. (E1/S11).

El hecho que los estudiantes de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen* hayan desarrollado la conciencia corporal aprendiendo el contenido de la Coréutica, permitió unificar al grupo de baile (E1/S5). El hacerse consciente permite analizar el cuerpo, la mente y el espacio. El integrar la Coréutica, ayudó a no andar chocando con los compañeros, con el entorno, a ser soy consciente por dónde y cómo se mueve el cuerpo. En palabras simples, mejora el funcionamiento físico y psicológico permitiendo a la persona lograr una autopercepción espacial positiva e importante, orientándose en su entorno, reconociéndose a sí mismo, el rango de movilidad del cuerpo. (E1/S14).

En este análisis se da hincapié en el grado de importancia que tiene el contenido de la Coréutica dentro de esta investigación. Nacen dichas significaciones desde la condición que posee el ser humano del cómo se desarrolla el cuerpo en el espacio y en su orientación, independientemente de la danza o del movimiento realizado. La relación del cuerpo con el espacio desarrolla un punto clave dentro de la evolución mental y corporal de éste, ya que las características que el ser humano posee permiten descubrir cómo posesionarse en un espacio determinado.

4.3.5 Eukinética y espacialidad

El hecho, de que una persona pueda tener la capacidad de saber cuáles son los movimientos que realiza su cuerpo, es gracias al aprendizaje del recurso pedagógico de la danza moderna, la Eukinética, que facilita la incorporación de la conciencia corporal, ya que saber los conceptos y nombres de las cualidades del movimientos ayuda a ejecutar de mejor manera la acción. (E2/S13). La persona se hace más consciente al aprender las ocho cualidades del movimiento y sus factores.

Ayuda a hacer más eficiente y seguro el movimiento porque sin tener conocimientos eukinéuticos, existe un mal manejo en las cualidades lo que puede desencadenar daños en la salud. (E2/S16). El tomar conciencia por medio de la Eukinética permite aplicar el contenido en cualquier ámbito de la vida, lo que facilita física, mental y cognitivamente el desarrollo de una persona.

La Eukinética es un elemento importante para generar conciencia corporal en los individuos. Permite formar un análisis en el movimiento, por ejemplo, si una acción es fuerte, qué tan fuerte, si es más rápida o es más lenta, o más bien si va muy a la periferia o no tanto, si va a la diagonal, hacia abajo o ambas. En este sentido ayuda en la precisión de los movimientos los cuales se hacen más prolijos y así poder desarrollar mejor la relación con la danza. Por lo tanto, se hace fundamental aprender el contenido de Eukinética, porque el individuo presta atención a sus acciones. “Estos conceptos me hicieron consciente, antes me daba lo mismo.” (E2/S16).

Con los recursos pedagógicos de la Eukinética, los estudiantes comienzan a concientizar su lenguaje corporal, es decir, en palabras simple, su danza se modifica. Del análisis de las observaciones se percibe que en un comienzo todo partió con una deficiente escucha corporal, ya que no existía riesgo de parte de los alumnos, los movimientos eran cómodos, siempre en el eje y muy rara vez fuera de él, también existía mucho pudor y vergüenza al realizar movimientos más sueltos. Es por eso, que la profesora insistía en pedir que fueran capaces de desarmar y/o desarticular sus corporalidades incentivando al riesgo por medio de la experimentación.

Con el proceso de clases esta situación cambió, se observa mayor riesgo corporal y espacial, los movimientos no se realizan pausados, al contrario, existe un flujo constante en pasar de una cualidad eukinética a otra. Los actos comienzan a ser mucho más amplios y nuevos, utilizando muchos movimientos que nacen desde las articulaciones, se ven movimientos claros desde la pelvis y como se curva y alinea la columna vertebral. El hecho de que los estudiantes comiencen a arriesgarse y a experimentar el material eukinético, otorga mayor cercanía hacia la conciencia corporal, entre ellos y hacia el material pedagógico.

El ser conscientes del aprendizaje de los recursos pedagógicos de la danza moderna realza una diferencia, como un antes y un después de la incorporación y la aplicación en cuanto al movimiento en la danza, ya sea en una improvisación, la creación de una coreografía o en un grupo de baile. Los alumnos de la compañía reconocen tener la capacidad de identificarse con una cualidad del movimiento, en la cual, ya no es sólo saber los factores y determinarlos en un movimiento, sino que están en un constante análisis de sus propios lenguajes corporales en el día a día y en la danza.

5. Conclusiones

Se puede concluir en relación a la enseñanza de los elementos pedagógicos para el aprendizaje y desarrollo de la conciencia corporal en la compañía de danza y arte escénicas, *Ori Newen*, que de forma clara y explícita la conciencia corporal cumple un rol fundamental como factor físico y mental en el proceso de la actividad humana, tanto cotidiana como dancística.

Se destaca primeramente, la sustancial unión entre mente y cuerpo como elementos favorables de la conciencia corporal, quedó en evidencia que el individuo no puede realizar acciones adecuadas y convenientes al no tener estos factores en compensación. Se hace indisoluble la separación de dichos conceptos, ya que todos los estudiantes entregan testimonios de la capacidad de dominio que surge uno sobre otro y viceversa, estableciendo un equilibrio constante.

La conciencia corporal logra ser adquirida por los integrantes de la compañía *Ori Newen*, se reconoce el proceso difícil por el cual pasaron, aun así no logrando este desarrollo en su totalidad, reconociendo que es un trabajo duro por el cual deben continuar incesantemente, brindando y entregando varias herramientas positivas en la calidad de vida.

Se concluye además, la denominación del adjetivo *importante* dentro de la significación de la conciencia corporal, la cual permite un análisis constante en el ser humano, donde se observa a sí mismo de forma corporal y mental.

Dentro de la conciencia corporal, se comprueba que la postura corporal cumple un rol trascendental en este proceso, permitiendo la creación de una imagen corporal que emerge desde una percepción propia de sí mismo, y la valoración que se determina por el mundo externo, por la influencia de la sociedad.

Además, incrementa una positiva autoestima donde el individuo al ejecutar mejor sus movimientos se siente más seguro y confiado, acercándose a sí mismo por medio de la autopercepción para un desarrollo en la conciencia corporal.

La conciencia corporal, en cuanto a la salud, permite corregir una mala postura, además de evitar lesiones, desgarros, daños físicos y mentales. Ayuda al estudiante a comprender sus movimientos y pensamientos desde una base natural, sensata y reflexiva permitiendo analizar cada paso que da.

Por otra parte, gracias a los resultados de las observaciones, se infiere que el desarrollo de la conciencia corporal por medio del aprendizaje de los recursos pedagógicos aprendidos durante las clases permite generar mayor rango corporal y espacial en los estudiantes, al atreverse a probar cosas nuevas se percibió la soltura en los cuerpos y más exploración en los niveles de las cualidades del movimiento y variación en la huella de soportes.

La incorporación de la conciencia corporal otorga un análisis personal que favorece en la danza. Primero que todo, la persona reconoce que ya no realiza movimientos por que sí y sin sentido, busca siempre expresar lo que nace de su mente y repercute en su cuerpo como medio de comunicar algo, es por esto que refuerza la interpretación en un bailarín. La conexión de sí mismo permite una cercanía con las emociones haciendo del cuerpo un medio de expresión. Así también, se concluye que favorece en la creación y ejecución de un montaje coreográfico, donde al tener claro los movimientos permite acciones precisas y claras para él mismo y el espectador.

La práctica de la danza con la integración de la conciencia corporal se hizo más pura y natural, donde surgieron nuevos movimientos mucho menos estructurados y desarticulados, jugando con la ruptura de estéticas, que en un comienzo eran signo de burla, miedo y vergüenza. El hecho de hacerse consciente permite eliminar los patrones mentales y corporales dancísticos estructurados que limitan la exploración en el individuo, dejando de lado la importancia de que si un movimiento se aprecia bello o no.

En relación a las metodologías de enseñanza que se utilizan en las clases de danza moderna de la compañía *Ori Newen*, la investigación arrojó que la metodología más eficaz para desarrollar la conciencia corporal por medio de los recursos pedagógicos utilizados es la del *hacer*, enfocándose incesantemente en la práctica, derivando posteriormente la memorización, la repetición y la gramática. Se reconoce que por medio de la experimentación, los alumnos lograron probar movimientos y prácticas nuevas las cuales le permitieron mayor riesgo en la ejecución de estas.

En cuanto al conocimiento, a la teoría del movimiento, se comprueba la importancia que requiere su aprendizaje, ya que hace más consciente al individuo el hecho de saber teóricamente el porqué de dicha acción. Los alumnos reconocen que antes realizaban movimientos porque sí, donde no sabían ni un concepto de la Coréutica ni de la Eukinética, ahora bien, los aprendieron y entienden cómo deben moverse en relación al espacio y a las cualidades del movimiento.

En relación a dichos conceptos; la Coréutica y la Eukinética, se establece que estos contenidos fueron utilizados como recursos pedagógicos durante un proceso específico de clases, en los cuales por medio del material recolectado y analizado se concluye que la incorporación de estas concepciones desarrolla conciencia corporal.

Concluyentemente, la Coréutica otorgo a los estudiantes consistentes aportes para su despliegue corporal, generando un consciente análisis espacial, y además permitiendo un gran rango de movimientos en relación con el espacio, es decir, realizar movimientos más amplios de lo habitual por medio de una orientación espacial. Y la Eukinética, permitió a los alumnos conseguir un mayor riesgo corporal, saliendo de la zona de confort, vale decir, de la comodidad en sus movimientos y derivando así a la ejecución de movimientos precisos y claros por medio de las cualidades del movimiento y sus respectivos factores.

Por tanto, se logra concluir que al aprender y comprender los elementos de la danza moderna que componen la Coréutica y la Eukinética son recursos que logran generar y desarrollar conciencia corporal en los individuos.

Se dilucida además, el rol de la docente al tener la capacidad de producir y reinventar diversas metodologías con el fin de que todos los estudiantes logren comprender y aprender los contenidos entregados durante las clases, facilitando el proceso de la enseñanza – aprendizaje en los integrantes de la compañía de danza y artes escénicas *Ori Newen*.

Según la información recolectada por las observaciones, se pudo identificar que la relación entre profesor y alumno determina un criterio importante en la influencia que se genera en el proceso del aprendizaje. Se observó la cercanía que hay de parte de la profesora hacia sus alumnos y viceversa, además de la proximidad entre pares. La buena relación va más allá de una humana educación o de tener modales, si bien, existía el saludo y el habla, todo se percibía en base al amor y confianza en el grupo. Se daban instancias para expresar ideas, pensamientos o sentimientos que podían surgir durante la clase permitiendo un contexto agradable y ameno. Se establece así, que cuando prima una relación afectiva de ambas partes se facilita la enseñanza, y por ende, es más productivo el aprendizaje. De lo contrario, se genera un mal ambiente para este proceso educativo.

Por lo tanto, para poder hacer posible la incorporación de la conciencia corporal a través del aprendizaje de los recursos pedagógicos de la danza moderna (Coréutica y Eukinéctica), se tendría que, en primera instancia, disponer de un docente capacitado para entregar dicho material de forma teórica y práctica, en el cual el estudiante pueda incorporar los contenidos y explorar desde su propio cuerpo y mente como experiencia nueva para su desarrollo integral en la danza y en la vida, mejorando la calidad de éstas.

6. Bibliografía

- Alcaino, G. & Hurtado, L. (2010). "Retrato De La Danza Independiente En Chile 1970 - 2000". *Santiago: Ocho libros*.
- Álvarez, C. & Maroto, J. (2012). "La elección del estudio de caso en investigación educativa". *The selection of case studies in education research*; , 1 - 14 .
- Arraigada, K., Calvo, C. & Castañeda, E. (2012). "Taller de expresión corporal sobre las calidades del movimiento". *Revista Digital de Educación Física*, 92 - 105.
- Artes, C. N. (2015). "Cuenta Pública". 115 - 135.
- Arzaluz, S. (2005). "La utilización del estudio de caso en el análisis local". *Región y sociedad*. 107-144.
- Becerra, P. (2011). "Nietzsche y el automatismo instintivo". *VERITAS*, 93 - 113.
- Bernasconi, O. (2011). "Aproximación narrativa al estudio de fenómenos sociales: principales líneas de desarrollo". *Acta Sociológica*, 9 - 36.
- Briebe Rodríguez, C. (2006). "Respuesta de los académicos de una unidad científica ante el cambio de paradigma educacional en una universidad chilena del consejo de rectores". *Estudios pedagógicos*. (Valdivia), 91-118. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052006000100006>
- Brito, V. & López, X. (2015). "Apoyo para recién titulados de la carrera de licenciatura en danza, mención pedagogía: Propuestas de actividades de Danza para primer ciclo básico de la educación formal." *Tesis para optar al grado de Licenciado en Danza*. Santiago, Chile.
- Cáceres, P. (2003). "Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable". *Red de Revistas Científicas de América Latina*, 53 - 81.
- Cachadiña, M. (2006). "La Expresión Corporal en clase de Educación Física." *Sevilla: WANCEULEN*.

- Cifuentes, M., Fernández, R. & Núñez, S. (2010). "Eukinética: profundizando en las cualidades del movimiento". *Santiago: Editorial Independiente*.
- Lizarraga, I. (s/a). "Coréutica y eukinética" COREÚTICA Y EUKINÉTICA. *Tesis para optar al Grado Académico de Magíster en Artes Mención Dirección Teatral*. Santiago, Chile.
- Doughty, S., Francksen, K., Huxley, M., & Leach, M. (2008). "Technological enhancements in the teaching and learning of reflective and creative practice in dance". *Research in Dance Education*, 129 - 146.
- Ganter, M. (2013). "La integración de la danza en la formación actoral". *Tesis presentada a la Escuela de Teatro / Facultad de Artes de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano para optar al grado académico/título profesional de Intérprete teatral*. Santiago, Chile.
- González, J. (2011). "Investigación cualitativa versus cuantitativa: ¿dicotomía metodológica o ideológica?". *Index de Enfermería*, 189-193.
- González, V. (2013). "Elementos de la Danza Moderna que Contribuyen a la Formación del Cuerpo Expresivo del Actor Teatral" . *Tesis para optar al grado de Licenciatura en Danza Mención Pedagogía*. Santiago, Chile .
- Laban, R. (1978). "Danza Educativa Moderna". *PAIDOS IBERICA*.
- Larrinaga, O. & Rodríguez, J. (2010). "El estudio de casos como metodología de investigación científica en economía de la empresa y dirección estratégica". *España*.
- Le Breton, D. (1999). "Antropología del Dolor". *Barcelona: Seix Barral*.
- Le Breton, D. (2010). "Cuerpo sensible". *Editorial Metales Pesados*.
- Libuy, L. & Lührs, O. (2012). "Danza interacción como agente re-ligante ser humano-naturaleza: propuestas desde una educación escolar transformadora." *Estudios pedagógicos* , 191 - 201.
- Llórente, J. (2016). "Cuerpos habitados por la misma carne: implicaciones antropológicas de la teoría de la corporalidad de Michel Henry". *Revista Estudios De Filosofía*, 103 - 125.

- López, J. (2012). "A práctica pedagógica de las tecnologías de la información y la comunicación y su relación con los enfoques constructivistas". *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*.
- Mallegas, M. (2015). "Análisis cualitativo en torno a la enseñanza de la postura corporal en la carrera de Danza de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano". *Tesis para optar al Título de Profesora de Danza*. Santiago, Chile.
- Marín, F. (2006). "Reflexiones en torno a la necesidad de un nuevo enfoque del lenguaje para la comunicación sistema-usuario". *ACIMED*.
- Martínez-Salgado, C. (2012). "El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias". *ARTIGO ARTICLE*, 613 - 619.
- Melo, E. (2016). "Escuela artística comunitaria una experiencia de danza en educación no formal". *Tesis para optar al Título de Profesora de Danza*. Santiago, Chile.
- Monje, C. (2011). "Metodologías de la investigación cuantitativa y cualitativa". *Guía Didáctica*. Colombia.
- Montecinos, Y. (2002). "El Ballet Nacional Chileno: Perspectiva histórica y humana". *Revista musical chilena*, 37 - 53 .
- Morote, L. (2014). "Programa de optimización del movimiento (PrO-M): Compañía Cienfuegos Danza". *Tesis Doctoral*. Valencia, España.
- Naranjo, C. (2007). "Cambiar la educación para cambiar el mundo." *Santiago, Chile: Indigo - Cuarto propio*.
- Nietzsche. (1994). "La genealogía de la moral". *Madrid: Alianza*.
- Nuria, S. (2007). "Imagen corporal y autoestima en mujeres con cáncer de mama participantes en un programa de intervención psicosocial". *Clínica y Salud*, 137 - 161.
- Oroño, M. (2017). "La mediación del cuerpo propio en la crítica del sentimiento espiritual de lo sublime en Kant". *VERITAS*, 29 - 45.
- Osses, S. (2008). "Metacognición: un camino para aprender a aprender". *Estudios pedagógicos* , 187 - 197.

- Palmero, M. (2011). "La teoría del aprendizaje significativo: una revisión aplicable a la escuela actual". *Revista Electrónica Investigación Innovación Educativa y Socioeducativa*, 29 - 50.
- Pérez, D. (2015). "¿Qué es la conciencia corporal?". *Revista de psicología Insight*. España. 15 - 22
- Pfeiffer, M. (2008). "Cuerpo y finitud. Una cuestión decisiva en las filosofías de Merleau-Ponty y Nietzsche." *Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas*, 45 - 70.
- Pizarro, L. & Marín, M. (2014). "Elaboración de un programa de intervención para ser Iaplicado en una comunidad terapéutica con pacientes psicóticos chilenos, en base a elementos de la danza educativa y de la danza movimiento terapia". *Seminario para la obtención de título de profesor especializado en danza*. Santiago, Chile.
- Presas, M. (2014). "En busca de la conciencia corporal". *Buenos Aires: Editorial Prometeo*.
- Prieto, A. (2005). "El cuerpo, en el campo de estudio de la fisioterapia". *Revista de la Facultad de Medicina*, 57 - 71.
- Román, E. (2009). "Danza profesional: una revisión desde la salud laboral". *Revista Española de Salud Pública*, 519 - 532.
- Ruglioni, G. (2010). "Ki Aikido, Unificación de la mente y el cuerpo". *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 166 - 168.
- Sampieri, R. (2010). "Metodología de la Investigación". *México: McGraw-Hill Interamericana*.
- Sandoval, C. (1996). "Investigación Cualitativa". *Bogotá, Colombia: ICFES*.
- Urzúa, M. (2009). "Un enfoque pedagógico de la danza". *Académica DEFDER* , 9 - 21.
- Vaquero, A., Macias, O. & Macazaga, A. (2014). "La práctica corporal y la imagen corporal: reconstruyendo significados." *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 163 - 176.
- Whatley, S. (2007). "Dance and disability: the dancer, the viewer and the presumption of difference." *Research in Dance Education* , 5 - 25.

Wigman, M. (2006). "El lenguaje de la danza.". *Barcelona, Ediciones del Aguazul.*

Yaghen-Vial, N. (2002). "Las metáforas de Terpsícore." *Rev. Latinoam. Psicopat. Fund*, 152 - 163.

Zabalza, M. (2012). "Profesores y profesión docente: Entre el "ser" y el "estar"." *Madrid: Narcea S.A ediciones.*

7. Anexos

7.1 Entrevistas

ENTREVISTA 1 (Marcela Rivera, 20 de octubre de 2017)

R1	Ya, durante todo el proceso de clases y práctica que hemos estado trabajando. ¿Sientes algún cambio en tu cuerpo? Si es así, ¿Cuál o cuáles?	
S1	Ya, eeeh sí he sufrido varios cambios últimamente y las clases me han ayudado a soltarme , como ya tenía un proceso de escuela siento que había olvidado lo que era bailar sin pensar sin juzgarse.	Mayor dominio corporal Bailar sin prejuicio
R2	¿Y durante el proceso de este taller, crees que lo aprendido ha contribuido en tu desarrollo psicológico?	
S2	Sí, por lo mismo me ha ayudado a la confianza y a la seguridad de lo que estoy haciendo está bien siempre nunca va a estar mal (...) como que eso he aprendido durante tus clases como que todo es y todo está bien.	Mayor confianza y seguridad Mejora en el proceso personal Bailar sin prejuicio
	¿Crees que eres capaz de reconocer e interpretar las necesidades de tu cuerpo?	
S3	Creo que sí soy capaz de reconocer las necesidades de mi cuerpo, pero no así soy consciente a la hora de interpretar porque no siempre logro llevar lo que está en mi cabeza y lo que siento por así decirlo o lo que necesito, no siempre lo llevo consciente al cuerpo.	Escucha corporal Falta mayor conciencia corporal

R4	Por lo tanto, a tu parecer ¿crees que esto tiene relación con la conciencia corporal?	
S4	Sí, obvio, mucho. Porque en los ejercicios que has hecho en cuanto a los motores o al slag, gleitten, esas cosas han ayudado a profundizar conocimiento que yo ya tenía, pero había olvidado por completo. Ahora lo retomé y le encuentro mayor importancia de la que tenía antes para mí.	La conciencia corporal es importante Conciencia corporal profundiza el conocimiento
R5	Y a raíz de esto ¿qué piensas sobre la conciencia corporal?	
S5	(...) Que te ayuda mucho en la danza, siento que es un factor súper importante tener conciencia y conocer tu cuerpo y cada parte de ello, un dedo, el dedo pequeño del pie porque todo tiene movimiento y su forma de moverse. Siento que te ayuda a conocerte a ti mismo y a tener un mayor rango de movilidad y de danza, en el cuerpo en general, en todo	Conciencia corporal elemento importante y favorable Conexión interior Mayor mejora corporal
R6	¿Cómo describirías tu lenguaje corporal en la vida cotidiana?	
S6	Me siento bipolar, siento que soy muy bipolar en cuanto a movimiento. Siento que a veces soy muy calmada pero otra veces ando como muy rápida, acelerada quizás, ansiosa y eso produce torpeza y todo lo otro	Autopercepción corporal
R7	¿Y cómo describirías tu lenguaje corporal en este taller?	
S7	(...) Siento que sí cambia porque en la vida cotidiana igual soy más despierta, tengo más	Escucha corporal (sentidos)

	<p>agudizado todos los sentidos, la propiocepción está más consciente a la hora de estar aquí en las clases más que en la vida cotidiana aunque en la vida cotidiana igual he tratado de sumarlo a mi vida, pero igual es diferente porque las demás personas no tienen esa conciencia en cuanto aquí se logra trabajar y el no chocar, el tener conciencia con los compañero, con el cuerpo de otro, igual siento que eso me ha ayudado a andar más despierta, eso.</p>	<p>Propia percepción</p> <p>Conciencia corporal elemento favorable</p> <p>Conciencia con los compañeros, con el entorno, no solo con uno.</p>
R8	<p>Ahora con el material eukinético aprendido en clases ¿Con cuál de la ocho cualidades del movimiento describirías tu lenguaje corporal? ¿Por qué esa y no otra?</p>	
S8	<p>Me gusta mucho Slag, me encanta porque siento que igual tengo una personalidad súper fuerte y no sé me gusta mucho ese movimiento, es como directo, no sé. Me gusta porque me representa a mí.</p>	<p>Conocimiento material eukinético</p>
R9	<p>Entonces, para analizar los tres factores que determina esta cualidad ¿cómo crees que sería el nivel de energía que se genera cotidianamente en tus movimientos?</p>	
S9	<p>Fuerte, pero igual cambia. A veces igual suele ser leve por así decirlo, pero predomina el fuerte</p>	<p>Conocimiento material eukinético</p>
R10	<p>¿Y la temporalidad en la que realizas tus movimientos?</p>	
S10	<p>Siempre muy rápido, todo. Siempre me jalo, siempre ando muy apurada. Todo (...) incluso</p>	<p>Conocimiento material eukinético</p>

	en la coreo siempre me adelanto.	
R11	Y por último ¿cómo es tu relación con el espacio?	
S11	Ya, en cuanto a como soy pequeña siento que ha sido harto trabajo el espacio para mí porque no estaba acostumbrada a ocuparlo tanto ya que sentía que era pequeña entonces usaba menos espacio que los demás y no sé sentía que no tenía conciencia en cuanto a mi capacidad de rango espacial, mi kinósfera. Solía hacer todo muy pequeño e igual he aprendido ahora último, bueno ha sido un gran proceso en realidad de ocupar más el espacio, de agrandarme yo, de tener conciencia con los demás, de no pegarles, de que no estoy bailando sola, todas esas cosas como que me han ayudado mucho.	<p>Conocimiento material coréutico</p> <p>Poco rango espacial</p> <p>Conciencia corporal elemento favorable</p>
R12	¿Crees haber aprendido algo sobre el contenido de coréutica? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S12	Creo que ya lo respondí, opino lo mismo de la pregunta anterior.	
R13	¿Y crees haber aprendido sobre la materia de eukinética? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S13	Me pasó que a mí me gustaba mucho esta materia eukinética y coréutica me gustaban demasiado, pero solo lo tuve en primero y segundo, entonces en tercero lo olvide por completo en mi manera de moverme; si en tercero como que se me olvidó que existía la	<p>Conocimiento material eukinético favorable</p> <p>Conciencia corporal elemento favorable</p> <p>Mejora en el proceso personal</p>

	<p>coréutica y la eukinética, igual los profes me decían expande más el movimiento o me decían schlottern y se me había olvidado lo que era, así todo mal, y como que el volver al reconocimiento de cada uno, porque estaban en algún lugar de mi cerebro y mi cuerpo, pero lo había olvidado, no lo usaba para nada y volver a ello siento que se me ha hecho mucho más fácil cuarto año, como que me ha ayudado en mi proceso personal de estudiante.</p>	
R14	<p>¿Crees que es necesario saber los contenidos de las clases, en este caso coréutica y eukinética, para poder desarrollar mejor tu relación con la danza?</p>	
S14	<p>Ay sí, demasiado importante o sea para mí que todos los bailarines tuvieran esto y que todas las personas tuvieran esto porque en la calle por ejemplo el hecho de la propiocepción y el espacio es muy importante, la gente se choca como si nada y siento que toda la gente debería aprender esas cosas, y conocerse a uno mismo, el rango de movimiento del cuerpo y también ayuda mucho a la relajación y al conocimiento de uno mismo, eso.</p>	<p>Importancia de la conciencia corporal</p> <p>Importancia material coréutico y eukinético</p> <p>Conexión interior personal</p>
R15	<p>¿Notas alguna diferencia en el movimiento cuando aplicas la coréutica y la eukinética ahora que sabes los conceptos?</p>	
S15	<p>Sí, soy mucho más consciente ahora. Si esto era llegar y lanzar antes, ahora cambió. Por</p>	<p>Adquisición de conciencia corporal</p>

	<p>ejemplo para mí el slag es mi favorito y todo lo que quieras pero no sabía que era un fuerte, no sabía que era fuerte. Quizás podría haber hecho lo mismo pero leve y siento que unifica mucho a un cuerpo de baile y a mí me ayudó en mi conciencia quizás no se nota tanto pero yo lo sé y eso creo que es más importante que el resto lo note.</p>	<p>La conciencia corporal unifica a un cuerpo de baile</p>
R16	<p>¿Crees que es importante aprender y aplicar los contenidos de la Coréutica y la Eukinética para desarrollar la conciencia corporal? ¿Por qué?</p>	
S16	<p>Mmmm, ya la respondí se parece a la otra.</p>	
R17	<p>¿Y crees que necesitas una metodología o método específico para aprender y comprender de una manera más consciente en material coréutico y eukinético entregado durante las clases? ¿Cuál o cuáles?</p>	
S17	<p>A mí la que más me ayuda es hacer, o sea aprendérmelo de memoria igual es difícil quizás el hacer a mí me ayudó caleta a aprenderme los nombres de las cualidades, así fue como me las aprendí, moviéndome, no de memoria ni leyendo, así yo no funciono. Por experimentación todo el rato, porque igual vas leyendo si es fuerte o rápido, central, entonces así tú vas viendo eso y más el cuerpo, ya puedes experimentar el movimiento. Entonces, la experimentación me ayudó caleta, el ir leyendo e ir haciendo, leer y hacer todo el rato y así me las aprendí.</p>	<p>Metodología del hacer</p> <p>Experimentación</p>
R18	<p>¿Crees que una mala postura corporal afectaría</p>	

	tu calidad de vida? ¿Y por qué?	
S18	Creo que sí porque antes tenía muy mala postura y tenía los hombros para adelante, soy más tímida, cuando llego a un lugar y me pongo así, bloqueo total, cachay. En cambio si uno llega bien corporalmente siento que ayuda más a relacionarse con el resto y a no temer, no tener timidez.	Imagen corporal Personalidad
R19	A raíz de esto ¿se podría eliminar o modificar algún patrón negativo, llámese este a alguna mala postura o mal funcionamiento de alguna articulación y/o musculatura, por algo más favorable para tu salud? ¿De qué manera?	
S19	Quizás a través de la repetición. Siendo muy sincera el hecho de estar todo el rato así (hace gesto de levantar hombros) o mirándome en el espejo y corregirme, quizás el movimiento del hombro, o el rango tal vez. Me di cuenta al verme al espejo y fui consciente de cómo estaba, al ver un video y ver que mi espalda estaba encorvada y bailar así fue como noooo, no puede ser. Yo quise cambiarlo, yo me di cuenta, cuando la gente me dice algo no presto atención, yo debo darme cuenta para concientizarlo.	Metodología repetitiva Adquirir conciencia corporal para generar cambios
R20	Entonces, ¿crees que la mente y el cuerpo necesitan una conexión permanente para un mejor funcionamiento en el ser humano? ¿Y por qué?	
S20	Ay sí, todo el rato. Sí porque me pasa siempre en realidad si estoy mal, así mentalmente y	Alineación entre mente, cuerpo y espíritu

	<p>digo que no puedo o estoy cansada jamás me resultan las cosas, nunca, me lesiono primero, siento que aquí va como mucho en la volá de las alineaciones de mente, cuerpo y espíritu, entonces si las tres no están alineadas nada funciona bien, ni el cuerpo ni el entorno de cada uno, como que todo empieza hacer un círculo vicioso y todo empieza a salir mal y el movimiento no se logra tampoco, hay bloqueo siempre y quizás se provocan las lesiones y todo eso. Sí es importante tener una conexión. La mente manda al cuerpo, cuando el cuerpo está cansado, pero hay veces que la mente no quiere nada y tomo igual una clase de danza y mi mente se mejora, ambas son igual de importantes.</p>	<p>Unión entre mente y cuerpo</p>
--	--	-----------------------------------

ENTREVISTA 2 (Benjamín Salinas, 6 de noviembre de 2017)

R1	<p>Ya, durante todo el proceso de clases y práctica que hemos estado trabajando. ¿Sientes algún cambio en tu cuerpo? Si es así, ¿Cuál o cuáles?</p>	
S1	<p>Eeeh, ya. Primero, yo como que no tengo mucha conciencia corporal y siento que su práctica de alguna manera me ayudó, ese fue el cambio más notorio que vi en mí, adquirí conciencia corporal.</p>	<p>Adquirir conciencia corporal a través de recursos pedagógicos</p>
R2	<p>¿Y durante el proceso de este taller, crees que</p>	

	lo aprendido ha contribuido en tu desarrollo psicológico?	
S2	Sí – espejo- Un poco me ha ayudado a como despejarme, y en sí a encontrarme a mí mismo porque muchas veces uno baila, pero bailar puede hacerlo cualquiera, entonces encontrándose a sí mismo como que ya la danza se vuelve más propia.	Reencuentro consigo mismo a través de la danza Apropiación de la danza
R3	¿Crees que eres capaz de reconocer e interpretar las necesidades de tu cuerpo?	
S3	Me cuesta, pero creo que lo puedo lograr. Como lo dije recién quizás conectándome conmigo mismo y llevarlo a una transmisión más corporal, quizás no tanto mental sino ya como dejar de lado como lo que es una coreografía a una interpretación de verdad.	Conexión interior Mayor mejora corporal
R4	Por lo tanto, a tu parecer ¿crees que esto tiene relación con la conciencia corporal?	
S4	Sí, sí porque la conciencia corporal ayuda muchas veces a lo que es una coreografía y a lo que es una interpretación, entonces todo en la danza está unido y sucedió en la práctica.	Conciencia corporal elemento favorable Unión de elementos en la danza
R5	Y a raíz de esto ¿qué piensas sobre la conciencia corporal?	
S5	Creo que es algo fundamental en un bailarín, influye mucho. No sé si solo en un bailarín, pero en este ámbito sí, es importante.	Conciencia corporal como elemento fundamental
R6	¿Cómo describirías tu lenguaje corporal en la vida cotidiana?	

S6	No sé... muy energético, pero igual en ciertos momentos del día me baja la flojera como a todos, pero siempre estoy ahí. Siempre se nota mi presencia, eso.	Autopercepción corporal
R7	¿Y cómo describirías tu lenguaje corporal en este taller?	
S7	No, creo que se mantuvo, fue igual siempre.	
R8	Ahora con el material eukinético aprendido en clases ¿Con cuál de la ocho cualidades del movimiento describirías tu lenguaje corporal? ¿Por qué esa y no otra?	Conocimiento material eukinético
S8	Tengo dos, que son igual un poco diferentes que son flattern y druck. Más druck porque creo igual que hay que estar como siempre central, pero a la vez con mucha fuerza. Y flattern porque hay veces que necesito salir de la zona central, necesito salir a lo periférico. Por esto mi presencia no se nota tanto físicamente, sino hablo muy fuerte, no sé, pero creo que central central me identifica más en mi lenguaje corporal.	Conocimiento material eukinético
R9	Entonces, para analizar los tres factores que determina esta cualidad ¿cómo crees que sería el nivel de energía que se genera cotidianamente en tus movimientos?	
S9	Energética, es fuerte	
R10	¿Y la temporalidad en la que realizas tus movimientos?	
S10	Siempre lento, trato de nunca andar apurado, ni muy desesperado. Siento que no hay prisa, no	

	hay prisa de nada.	
R11	Y por último ¿cómo es tu relación con el espacio?	
S11	Es central, en todo momento es como mi interior, el centro.	
R12	¿Crees haber aprendido algo sobre el contenido de coréutica? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S12	Sí, he aprendido bastante y me ha favorecido a la hora de un montaje que sé cómo se realiza correctamente. También me ayudó a no andar chocando por el mundo, soy consciente por donde me muevo, de lo que veo y me rodea... Ahora ocupo más niveles, antes era siempre arriba y nunca suelo, ahora arriba, abajo, medio.	Conocimiento material coréutico ha sido favorable Mayor conciencia espacial
R13	¿Y crees haber aprendido sobre la materia de eukinética? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S13	En la eukinética, me ayuda ahora a saber los nombres y poder ejecutar de mejor manera los movimientos con sus respectivos factores.	Conocimiento material eukinético favorable Mejor ejecución de los movimientos
R14	¿Crees que es necesario saber los contenidos de las clases, en este caso coréutica y eukinética, para poder desarrollar mejor tu relación con la danza?	
S14	Efectivamente, sí. Porque facilita la realización de algún movimiento, o interpretación. Soy consciente ahora que con una cualidad del movimiento que es central, leve y lento ahora	Conciencia de la ejecución de los movimientos Mejora en la interpretación

	<p>puedo tener una interpretación más triste, o a una cualidad que sea periférico, fuerte y rápido es algo más alegre.</p> <p>Ahora asocio la emoción con el movimiento, antes adivinaba lo que tenía que interpretar.</p>	
R15	¿Notas alguna diferencia en el movimiento cuando aplicas la coréutica y la eukinética ahora que sabes los conceptos?	
S15	<p>Sí, siento que ahora el movimiento está mucho más limpio y se genera esa emoción que antes no se generaba porque estaba siempre preocupado de cómo se hacía, ahora ya no tanto porque tengo conciencia de lo que significa y el contenido, entonces ahora sólo trato de interpretar.</p>	<p>Mejor ejecución de los movimientos e interpretación</p> <p>Mayor conciencia corporal</p>
R16	¿Crees que es importante aprender y aplicar los contenidos de la Coréutica y la Eukinética para desarrollar la conciencia corporal? ¿Por qué?	
S16	<p>Sí porque a la hora de hacer un movimiento tengo que estar consciente de lo que puede llegar a hacer mi cuerpo, eso.</p> <p>Esto me ayudó a acercarme, antes de no saber estos contenidos hacía todo muy rápido y fuerte entonces mi cuerpo se dañaba. Y ahí cuando en verdad tuve conocimiento de esto, me acerqué más al concepto de conciencia corporal y supe la importancia que tenía.</p> <p>Estos conceptos me hicieron consciente, antes me daba lo mismo.</p>	<p>Importancia de la conciencia corporal</p> <p>Mejor ejecución en los movimientos</p>
R17	¿Y crees que necesitas una metodología o método específico para aprender y comprender	

	de una manera más consciente en material coréutico y eukinético entregado durante las clases? ¿Cuál o cuáles?	
S17	(...) No, creo que todo en la práctica se entendió con facilidad por la manera en que lo hizo. Quizás a mí me ayuda más la práctica, el hacer y lo complemento con el saber, pero prima el hacer y el ver. (...)	Metodología del hacer Complemento de ver y saber
R18	¿Crees que una mala postura corporal afectaría tu calidad de vida? ¿Y por qué?	
S18	Sí, siempre me fijo en mi espalda, nunca estoy como totalmente recto, siempre estoy como con los hombros caídos y mi espalda curva, y sí afecta en el desarrollo de la columna.	Postura corporal
R19	A raíz de esto ¿se podría eliminar o modificar algún patrón negativo, llámese este a alguna mala postura o mal funcionamiento de alguna articulación y/o musculatura, por algo más favorable para tu salud? ¿De qué manera?	
S19	Eeeeh, creo que solo va en mí, en estar con una postura adecuada , tener los hombros arriba y mi espalda derecha. Quizás debo hacerme más consciente y al momento de sentarme por ejemplo, tener mi espalda en el respaldo de la silla y así, y tratar de practicar y tener mi espalda derecha. (...)	Adquirir conciencia corporal para generar un cambio Metodología de práctica
R20	Entonces, ¿crees que la mente y el cuerpo necesitan una conexión permanente para un mejor funcionamiento en el ser humano? ¿Y por qué?	

S20	<p>Sí, porque la mente manda y el cuerpo hace, entonces a la hora que dejen de funcionar el cuerpo no se va a manifestar de ni una manera. No sé si manda la mente, pero la mente si es la que te da la orden y el cuerpo después la ejecuta. Ambos por separados no podrían manifestarse.</p> <p>Hay veces que el cuerpo o la mente traicionan, quizás tengo una lesión y yo quiero hacerlo, igual no puedo hacerlo por eso que pasa en mi cuerpo, por eso siempre tiene que haber una conexión y tal vez un equilibrio.</p>	<p>La mente manda al cuerpo</p> <p>Unión entre mente y cuerpo</p> <p>Conexión y equilibrio entre ambos elementos (mente y cuerpo)</p>
-----	--	---

ENTREVISTA 3 (Mariela Olguín, 19 de octubre de 2017)

R1	<p>Ya empecemos, durante todo el proceso de clases y práctica que hemos estado trabajando. ¿Sientes algún cambio en tu cuerpo? Si es así, ¿Cuál o cuáles?</p>	
S1	<p>Eeeh, todavía me cuesta incorporarlo, pero soy más consciente dé, o sea como que ya no es sólo el movimiento como cuando explicabas que periférico sea periférico todavía me cuesta porque como antes no lo hacía pierdo el equilibrio cachay, como esas cosas, pero si soy más consciente de que me falta como la energía y todo eso para hacerlo... me hizo consciente.</p>	<p>Mayor conciencia corporal</p> <p>Adquisición de la conciencia corporal</p> <p>Ser más consciente</p>
R2	<p>¿Y durante el proceso de este taller, crees que</p>	

	lo aprendido ha contribuido en tu desarrollo psicológico?	
S2	<p>Sí... mmm que me ayudó como a conectarme conmigo, como con los inicios. No sé por qué yo creo que porque partíamos de buscar desde cosas tan simples hacer una coreografía y cosas así. Cómo de volver a, cómo que sentí que por un tiempo estuve bailando porque sí, pero conectándome conmigo ahora, ahora después con las clases cómo que me hacía falta esas clases cómo de juego de danza.</p> <p>Eeeeh e ir como aprender a través de eso, cómo pa relajarme. Entonces sí psicológicamente sí siento cómo un cambio.</p>	<p>Conexión danza – ser humano</p> <p>Conectarse consigo mismo</p>
R3	¿Crees que eres capaz de reconocer e interpretar las necesidades de tu cuerpo?	
S3	<p>No, no soy capaz de... o sea soy capaz, pero ya cuando es tarde, es cómo ahora que me siento así cómo pesada todo, pero es porque ya estoy en el extremo po que siento eso, no soy capaz de darme cuenta cómo en el camino, cómo me doy cuenta que me lesioné cuando me lesioné no cuando uno está en el camino a lesionarse, así como ooh me duele un poco acá, no me doy cuenta cuando ya no hay nada que hacer al respecto.</p>	<p>Poca escucha corporal</p> <p>Poca conciencia corporal</p>
R4	Eeeeeh por lo tanto, a tu parecer ¿crees que esto tiene relación con la conciencia corporal?	
S4	<p>Sí, si hace falta. Yo creo que si fuese más consciente de las necesidades de mi cuerpo, claro po me ayudaría cómo al movimiento,</p>	<p>Falta aún más conciencia corporal</p> <p>La conciencia facilita la escucha corporal</p>

	<p>sería capaz de ver cómo de mejor manera cómo moverme, etcétera. porque por lo mismo pierdo el equilibrio, cuando hago ciertas cosas o me mareo por ejemplo porque no hay conciencia sólo lo hago</p>	<p>Cuando no hay conciencia sólo se realizan las cosas</p>
R5	<p>Claro, y a raíz de esto ¿qué piensas sobre la conciencia corporal?</p>	
S5	<p>Qué es muy importante, que igual nunca había tomado clases cómo que, así po, porque yo siempre he sido de competencias entonces a mí me hacen clases eeh que no tienen la finalidad de que yo conozca mi cuerpo, sino que tiene clase, o sea tienen la finalidad de sacar el máximo potencial del cuerpo para que yo en una competencia logre eeh llegar cómo a los primeros lugares cachay, entonces hacer clases como de este tipo te ayuda cómo a conocer todo, por eso mismo cuando tu decí, nos decías “es que te mueves muy bonito”, es que no conozco otra manera de moverme po siempre me he movido así cachay, entonces tomar clases cómo de moderno que de conciencia corporal que decías “mueve sólo la cadera”, era cómo tan extraño, pero igual, a lo mejor no se nota pero yo sí siento cómo un cambio en mi cuerpo, y siento cómo que ahora no me dan miedo los movimientos porque cómo ahora ya exploré, ya sé así como ahhhh, mira así se puede y saco saltos de videos y digo aaah ya, así lo hizo, esos pasos extraños que yo veía ahora ya ahora sé cómo</p>	<p>La conciencia corporal es importante</p> <p>Patrones dancísticos estructurados para un desempeño en exceso sin escucha corporal</p> <p>Propia percepción</p> <p>Cambio en el cuerpo al adquirir conciencia corporal</p> <p>Al experimentar ya no existe timidez, mayor seguridad corporal</p>

	moverme, entonces es muy importante.	
R6	¿Y cómo describirías tu lenguaje corporal en la vida cotidiana?	
S6	<p>Muy estructurado, que mmmm ... a mí me enseñan en la universidad que, ser mandón, que al final de cuentas ponte tú si hay un accidente; ya hubo un accidente y yo le digo a una persona “señor, usted podría llamar a la ambulancia” no me va a pescar nadie, entonces a mí me entrenan para esas cosas. Entonces yo estoy acostumbrada así “usted, ya, llama a la ambulancia ahora, 1 (...) 131, ya listo. Así a mandona, porque si no la gente no me hace caso y también porque, también estructurada y tener conocimiento de las cosas porque también mis profesores me enseñaban y me decían “ a ti una persona te va a ver con uniforme y va a decir, va a querer así como que le soluciones la vida, porque tienes uniforme, así como cuando uno ve a un carabinero o a uno de la pdi como que siente seguridad, entonces si a uno lo ven con uniforme y a lo mejor tú no tienes nada que ver con lo que te están preguntando, pero esa persona va a sentirse segura contigo porque tú eres alguien del área de la salud.</p> <p>Entonces yo en general soy muy estructurada en eso po, te enseñan a reaccionar antes de sentir po. Por ejemplo en un temblor yo arranco despierto a todos y cuando estamos afuera terminó el temblor yo entro y me pongo</p>	<p>Propia percepción de sí mismo</p> <p>Mi crianza define como soy</p> <p>Al adquirir conciencia puedo modificar mis estructuras, puedo cambiar como soy.</p>

	<p>nerviosa, después o después de que pasó un accidente o alguna cosa después yo me pongo a llorar, después dé como que ahí boto el este.</p> <p>Entonces siempre he sido como muy estructurada como por eso en la universidad y en el colegio como por crianza de mis papás, ellos son así como muy rígidos para sus cosas porque además son católicos, son de religión; y son personas que están de acuerdo con el golpe militar, entonces su estructura o sea su forma de enseñar es muy así como sin transar, entonces uno se acostumbra al final a eso y después cuando uno ya está grande como que comprende y todo empezai como a soltar esas cosas así como ya más permisivo, así como ya hoy día voy a faltar si no pasa na, como que uno ahí entiende que en realidad el mundo no se va acabar si te sales de la estructura ... pero por eso soy tan así.</p>	
R7	¿Y cómo describirías tu lenguaje corporal en este taller?	
S7	<p>En este taller... ay qué difícil la pregunta del lenguaje corporal.</p> <p>Mmmm yo creo que igual partió muy estructurado ... también, me costaba como soltarme y todo eso y terminó siendo, es que no sé si se nota pero yo lo siento así está más suelto po, mucho más suelto, mmm me pasa un poco que antes sentía así como que ve feo, pero ahora es como se ve feo pero no importa porque va como con la onda de lo</p>	<p>Se pueden modificar las estructuras inconscientes</p> <p>Generar más soltura corporal</p> <p>Mayor riesgo corporal</p> <p>De uno depende querer mejorar ciertas estructuras del ser humano.</p>

	<p>que tú estás bailando, lo que tú, la música, de lo que tú querí interpretar entonces no siento esa como “ay se va a ver horrible”, no ya no, sino que me gusta de echo me gusta más así como esos movimientos extraños porque me van a ayudar a que traspase mejor lo que quiero decir a diferencia como cuando uno baila cosas como ballet que son tan estructuradas cuesta más interpretar, en esto tú te permites como soltar un poco más el cuerpo como para que exprese mejor; entonces siento como que he evolucionado de estructurado a un lenguaje más ... que comunica de mejor manera.</p>	<p>Soltar el cuerpo ayuda a mejorar la interpretación.</p>
R8	<p>Ahora con el material eukinético aprendido en clases ¿Con cuál de la ocho cualidades del movimiento describirías tu lenguaje corporal? ¿Por qué esa y no otra?</p>	
S8	<p>Slag, yo pensaba en un inicio que ese era como mi estilo, yo sentía como, porque a mí me gusta saltar mucho a mí me gustan las coreografías donde hay que saltar pa acá saltar pa allá y de vuelta, entonces sentía que esa era como mi energía y mi power, pero igual ahora como que me doy cuenta que en realidad no lo hago tan fuerte ni tan rápido cachay, como debería ser po.</p> <p>Eeeeh, pero yo creo que ese es como mmm me define porque por los saltos y esas cosas... De hecho ahora estoy tratando de hacer una coreografía y cuando la estoy haciendo, no me</p>	<p>Conocimiento material eukinético</p> <p>Al concientizar el material eukinético, los movimientos logran una mejora</p> <p>Al concientizar el material coréutico, la orientación espacial logra una mejora</p>

	sé los nombres, pero cuando la estoy haciendo digo “ya, este va hacer como lento, pero con energía fuerte entonces va hacer así” cachay, (...) ya no es sólo hacerlo ahora es ya ¿y este pa donde lo hago? ¿Cómo periférico o chiquitito?	
R9	O sea ahora ya eres consciente del movimiento	
S9	Sí, sí. No me se los nombres pero ahora como que me hice consciente de eso.	Mayor conciencia corporal
R10	Entonces, para analizar los tres factores que determina esta cualidad ¿cómo crees que sería el nivel de energía que se genera cotidianamente en tus movimientos?	
S10	¿Cotidianamente, energía? cotidianamente ... yo creo que es fuerte, pero es como fuerte a minutos como que voy a hacer esto (...) y hago aseo en toda la casa y después me relajo, como que ya voy a estudiar y estudio 3 horas.	Conocimiento material eukinético
R11	Pero existe un equilibrio entre ambas o simplemente predomina la energía fuerte.	
S11	No no no, pero incluso o es fuerte o es leve pero no están combinadas, no es como una energía moderada ¿cachay? Porque es como, eeeh voy a estudiar y 3 horas estudiando, y así como nada más y ya nada más y me voy a ver tele u otra cosa, pero entre ellas sí hay momentos energéticos fuertes y leves, si están mezclados; o sea si existen pero no que yo diga mi vida es una vida moderada, energética moderada, como que va de un lado bipolarmente a otro.	Inconscientemente existe un equilibrio en la energía en la cual se realizan los movimientos, de lo contrario se torna consciente el movimiento y por ende se determina notoriamente una energía.

R12	¿Y la temporalidad en la que realizas tus movimientos?	
S12	Mmmm lento, ¿pero sabí por qué? porque soy muy torpe de echo (...) cuando estamos cocinando con el Andrés me dice “no yo corto eso porque tú te podí cortar, es como que estoy haciendo cosas y como estoy pensando en otra siempre me pasa algo, se me caen las cosas, me quemó o me corto, toda la cuestión. Entonces ahora como que aprendí a hacer todo más lento, pero porque soy muy torpe.	Conocimiento material eukinético (se comprende)
R13	Y por último ¿cómo es tu relación con el espacio?	
S13	¿Mi relación con el espacio? ... Es central. Sí, es como todo aquí (...) pero siento que es central porque me fui a vivir a la casa del Andrés entonces ahora estamos ordenando la casa porque antes él vivía solo entonces tiene todo desordenado y ahora llegué yo con mis cosas, mi ropa y todo, entonces no hay espacio, pero es como, ya en este lugar van estas cosas entonces por eso siento que es central, como que no están las cosas, como que en mi vida no están las cosas repartidas por todos lados, todo tiene como su lugar porque se me olvidan las cosas donde tengo las cosas, entonces por eso también soy ordena porque si están en su lugar se supone que yo llego y dejo las cosas en ese lugar entonces después cuando las busco no deberían no estar ahí debería poder encontrarlas ahí, por eso siento que es central.	Conocimiento material eukinético

R14	¿Y en cuanto a tus movimientos, son pequeños o son grandes siempre?	
S14	Sí, porque eeeh estoy acostumbrada a las presentaciones. El cuerpo es periférico... porque yo creo que es porque me acostumbre a las presentaciones en la universidad, además claro po a mí me enseñaron, me hicieron como lenguaje me enseñaron como todas esas cosas como “usted no puede estar quieto tiene que pasearse por la sala y que mover los brazos para que las personas mantengan su atención hacia ti” y por eso me acostumbre. Y ahora no puedo andar por la vida si no muevo los brazos	Patrones aprendidos que inconscientemente repercuten en la vida cotidiana
R15	¿Crees haber aprendido algo sobre el contenido de coréutica? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S15	Si bien, como que las definiciones todavía me cuestan, los nombres, pero me hice mucho más consciente de los movimientos, ahora analizo si el movimiento es fuerte, qué tan fuerte, si es más rápido o es más lento, es bien a la periferia o no tanto, si va a la diagonal o hacia abajo o ambas, cachay. En todo sentido me ha ayudado y yo me di cuenta cuando empecé hacer una coreografía porque ya no era solo moverme, antes a mí me costaba mucho hacer diseño de piso siempre me voy de un lado saltando y eso es todo lo que hago, pero ahora analizo el espacio , si es diagonal arriba o diagonal adelante, como que todas esas cosas me han ayudado y me han entrado.	Memoria débil de los nombres conceptuales La coréutica otorga mayor conciencia en los movimientos Coréutica ayuda en todo sentido de la vida Análisis espacial

R16	¿Y crees haber aprendido sobre la materia de eukinética? y si es así ¿en qué sentido crees que te ha favorecido?	
S16	<p>Si, en casi lo mismo, todavía me cuesta aplicarlo porque por ejemplo digo “a la periferia” y no lo puedo hacer muy a la periferia porque pierdo el equilibrio o con los movimientos central también se pierde el equilibrio porque uno las hacia como ahí no más, y ahora es como muy central o muy a la periferia y el cuerpo no está acostumbrado a eso.</p> <p>Lo que más me pasa es perder el equilibrio, más que cualquier otra cosa, por la poca costumbre yo creo. El girar también, cuando busco hacia arriba y hacia abajo con los pies, me caigo, estaba acostumbrada a buscar todo chiquito y ahora al experimentar y agrandar me caigo</p>	<p>Existía poco riesgo en los movimientos, hoy existe mayor conciencia</p> <p>Al probar se pierde el equilibrio, mejor comodidad</p>
R17	¿Crees que es necesario saber los contenidos de las clases, en este caso coréutica y eukinética, para poder desarrollar mejor tu relación con la danza?	
S17	<p>Sí, entender la parte teórica.</p> <p>A lo mejor uno no la aplica al tiro sobre todo cuando es danza, cuerpo, es difícil porque es un entrenamiento es distinto cuando uno aprende algo que es sólo mental, en cambio esto como se debe llevar al cuerpo es más difícil te hace consciente de la forma del movimiento como cuando tu decías “la imagen</p>	<p>Unión en pensar y actuar</p> <p>La conciencia nace desde el movimiento, Práctica constante</p> <p>Conciencia corporal elemento favorable</p>

	<p>y la trayectoria” antes yo lo hacía no más y ahora me doy cuenta de cómo paso los brazos de un lado a otro como por ejemplo yo hago esto y los demás están todos haciendo diferentes cosas.</p> <p>Ahora entiendo por qué yo hago ese movimiento así, tiene un por qué, distintas etapas el movimiento, todas esas cosas.</p>	
R18	¿Notas alguna diferencia en el movimiento cuando aplicas la coréutica y la eukinética ahora que sabes los conceptos?	
S18	<p>Sí po, insisto en que me cuesta aplicarlos al cuerpo, pero hay una diferencia ahora. De hecho ahora analizo los videos de la compañía y yo siempre creí que hacia los movimientos fuertes del bollywood y ahora me doy cuenta que no, que se necesita más fuerza y todo eso. Muchas veces uno mentalmente dice “ya debo aplicar energía” y pero no lo lleva al cuerpo, entonces eso es lo que me ha ayudado ahora a abarcar los movimientos con todo el cuerpo.</p>	<p>Obtengo conciencia, pero es difícil llevarlo rápidamente a la práctica en cuanto a movimientos.</p> <p>El ser consciente ayuda a percatarse de los errores.</p>
R19	¿Crees que es importante aprender y aplicar los contenidos de la Coréutica y la Eukinética para desarrollar la conciencia corporal? ¿Por qué?	
S19	<p>Sí po, para ayudar al movimiento y a la misma vida, a todo. Sí si es importante, creo que aprender contenido como la teoría es muy importante. No se po en mi carrera yo voy y le echo químico y me sale una placa y tú la ves y tiene colores y ya, pero que pasó po.</p>	<p>La conciencia corporal ayuda al movimiento y a la vida</p> <p>Es importante aprender la teoría de los contenidos</p>

	<p>Por qué tiene colores, por qué tiño eso y no otra cosa. Entonces siento que es cómo lo mismo acá, nosotros nos movíamos no más, pero no entendíamos desde donde sale el movimiento o como direccionarlo, personalmente ahora en una coreografía ahora lo aplico desde el sentimiento, la energía, la fuerza, cuán lejos, cachay, después cómo me voy a mover por el espacio. A mí me ha ayudado a todo eso la teoría de todo el movimiento.</p>	
R20	<p>¿Y crees que necesitas una metodología o método específico para aprender y comprender de una manera más consciente en material coreúutico y eukinético entregado durante las clases? ¿Cuál o cuáles?</p>	
S20	<p>Yo soy muy de escribir, hago como mil resúmenes para aprenderme algo, no es sólo repetirlo necesito tener una libretita donde escriba lo que aprendo. De repente deberíamos tener una bitácora, donde nosotros escribamos no que tú nos dictes donde uno redacte y escriba de la mejor manera los conceptos y las palabras, pero no tanto porque el contenido no haya quedado.</p> <p>Si me preguntas conceptos no recuerdo mucho, pero me acuerdo de las clases, los juegos, las actividades y ahí puedo asociar, la manera en que nos ibas enseñando es fácil para luego ser aplicada, pero quizás haber anotado me hubiera servido más.</p>	<p>Metodología de la escritura</p> <p>Mezclar metodologías</p> <p>Asociar actividades con contenidos</p>

R21	¿Crees que una mala postura corporal afectaría tu calidad de vida? ¿Y por qué?	
S21	<p>Sí terrible, yo soy súper chueca de echo tu siempre me corriges eso que estoy chueca, lo hombros. De hecho el año pasado cuando hacíamos clases de ballet, era otra cosa, hasta cuando bailaba yo notaba la diferencia (...) Además que una postura derecha te ayuda como a enfrentar la vida. Si andas por la vida agachadito como que uno atrae las malas vibras, en cambio cuando tú vas parada es distinto. Yo siempre voy parada porque me carga que me griten cosas, entonces prefiero parecer pesada para evitar eso.</p> <p>Entonces yo creo que la postura, además por un tema fisiológico de anatomía que después te sale como jorobita. La postura genera una energía en una persona, cachay por eso una persona que es introvertida tiene una postura más agachadita, en cambio si tu estas parada la gente tiende a respetarte y generas una energía más elevada.</p>	<p>Correcta postura ayuda a enfrentarse a la vida</p> <p>Imagen Corporal</p> <p>Postura tema fisiológico de anatomía</p> <p>La postura genera una energía en las personas</p>
R22	A raíz de esto ¿se podría eliminar o modificar algún patrón negativo, llámese este a alguna mala postura o mal funcionamiento de alguna articulación y/o musculatura, por algo más favorable para tu salud? ¿De qué manera?	
S22	Yo tengo muy mala postura y por lo mismo tengo hiperlordosis y escoliosis además de mis rodillas que me las esguince porque las tengo chuecas y mis tendones trabajan para sostener	Poca conciencia corporal genera lesiones, daños en la salud

	<p>las rodillas.</p> <p>Bueno, igual me paso porque soy floja, no siempre caliento mis músculos y en verano uno no siente tanto esa necesidad como en invierno. Sí, me paso por floja porque yo en verano llegaba y ensayaba no más y ensayando sentía que se me había salido la rodilla y la tenía hinchada, horrible. Fui al médico y me dijeron que era tendinitis y luego esguince de rodilla, entonces descansé pero había presentación la semana siguiente y tuve que bailar sólo una canción y vendada entera y luego a los dos días tenía otra presentación y me esguince la otra rodilla, pero no fue tan grave; fue porque yo no calentaba llegaba y me tiraba a bailar y así también me desgarré</p>	
R23	Y una vez que te pasa esta situación cómo remedias esto. Ya, te lesionas pero ¿qué haces al respecto?	
S23	<p>Tuve que dejar de usar tacos, yo amo los tacos, ya no los uso, sólo para bailar y para presentaciones de la universidad.</p> <p>Me da lata porque me descuidé por algo que no valía la pena, mis compañeros tampoco me apoyaron, la profesora de ese momento se enojaba si me vendaba. Nadie se lesiona porque quiere. Ahora aprendí a darme mi espacio y si necesito algo simplemente lo hago.</p>	<p>Descuido corporal por falta de conciencia</p> <p>Por una lesión se adquiere conciencia</p>
R24	Entonces, ¿crees que la mente y el cuerpo necesitan una conexión permanente para un	

	mejor funcionamiento en el ser humano? ¿Y por qué?	
S24	<p>Es que de echo está comprobado que el estrés genera cáncer, cachay. Yo me estreso y me enfermo, me resfrié como 3 veces el año pasado y yo nunca en la vida me enfermo, era porque estaba sola allá en valpo, estaba haciendo internado y la tesis, entonces si el cuerpo se cansa la mente trabaja, pero si la mente se cansa el cuerpo no te va a funcionar. Entonces hay una conexión cuántica, si alguien se estresa al tiro le salen ojeras cachay.</p> <p>Sí, hay una conexión muy cuántica y creo que predomina un poco más la mente, es más power, es como cuando uno se despierta cansado y la mente te dice “vamos, dale” el cuerpo olvida sus cansancio y rinde igual, en cambio si la mente no funciona bien, para mí el cuerpo no tiene como funcionar, si todo se dirige por impulso nervioso del cerebro y si el cerebro se cansa no hay nada que hacer con el cuerpo.</p>	<p>Unión cuerpo y mente</p> <p>Prima la mente sobre el cuerpo</p>

7.2 Observaciones

PAUTA DE OBSERVACIÓN 1

Fecha: Sábado 20 de mayo de 2017

Observación: Clase de danza moderna de la compañía de danza y artes escénicas Ori Newen

Conceptos Marco Teórico	Relación personal del alumno	Relación entre Estudiantes	Relación entre Estudiante y Profesor	Análisis
<p>1. Conciencia Corporal</p>	<p>1.1 Los alumnos ingresan a la sala de clases todos con ropa liviana (que les permita la ejecución de movimientos).</p> <p>1.2 No se sacan los zapatos hasta que la profesora se los pide. Sólo un alumno se retira los calcetines.</p> <p>1.3 No existe un calentamiento</p>	<p>1.1 Antes de comenzar la clase los estudiantes, a medida que comienza a llegar, se saludan muy afectuosamente, algunos llegan juntos, otro solos, pero no se observan gestos ni palabras de desagrado entre ellos.</p> <p>1.2 Durante la clase se</p>	<p>1.1 Los alumnos al llegar al salón de clases se acercan a la profesora y la saludan con un beso en la cara, algunos la abrazan.</p> <p>1.2 La profesora antes de comenzar su clase, revisa su cuaderno en la cual posee su planificación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se siente un ambiente agradable y buena disposición en los cuerpos de los estudiantes, lo que facilita la realización de la clase. • Se puede visualizar que durante la clase

	<p>previo en los alumnos.</p> <p>1.4 Se observan los cuerpos de los estudiantes muy dispuestos a escuchar y seguir las indicaciones de la profesora, aun así les cuesta probar movimientos nuevos, mantienen sus patrones de lenguaje corporal.</p> <p>1.5 Se logra observar que la mayoría de los alumnos se observa en el espejo del salón, tienen a estar autocorrigiéndose a través de su reflejo; se encuentran en un constante cuestionamiento donde intentan corregir el movimiento</p>	<p>mantienen concentrados los estudiantes, separados física y psicológicamente.</p> <p>1.3 Los alumnos se enfocan en sus cuerpos.</p> <p>1.4 Se observa una alumna que se ríe durante el ejercicio como manifestando burla o vergüenza hacia sus pares (ellos no están acostumbrados a realizar movimientos libres, mantienen siempre el patrón de las técnicas)</p> <p>1.5 En cierta oportunidad un estudiante dice una frase graciosa y todos se ríen.</p>	<p>(ella la llama bitácora), luego pasa la asistencia de forma silenciosa, sin llamarlos por sus nombres.</p> <p>1.3 La profesora se dirige a sus alumnos de buena manera, nunca les grita, por el contrario, su voz es suave siempre y los alienta a que no existen los errores.</p> <p>1.4 Insiste en que deben aprender a experimentar movimientos, también les reitera que “nada va a estar malo, ni un movimiento está malo, por el contrario”.</p> <p>1.5 En un momento la profesora se observa un poco</p>	<p>predominan ciertos patrones corporales de los estudiantes, y que afectan en ciertas ocasiones a las personalidades de los estudiantes; generando en los alumnos un trabajo dentro de la clase: la concentración, la escucha tanto personal como grupal y del entorno espacial.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dentro de este grupo humano, se observa la existencia de una relación cercana de
--	--	---	--	--

	<p>reiteradas veces.</p> <p>1.6 Un estudiante durante toda la clase se observa y se arregla el cabello frente al espejo.</p> <p>1.7 Se observa una alumna muy desconcentrada, no realiza bien los movimientos</p> <p>1.8 Durante el desarrollo de la clase, la profesora comienza a mencionar a los alumnos premisas corporales y ellos tratan de reaccionar y realizar dichas indicaciones logrando un manejo corporal en movimiento.</p> <p>1.9 La profesora insiste en dejar de mirar el espejo para ir generando una conciencia</p>		<p>complicada, se nota con poco disfrute de la clase, se percibe por su corporalidad (se toca la cabeza y comienza a escribir en su bitácora). Luego da unas indicaciones a sus alumnos y ella sonríe diciendo: “Es increíble como todo se arregla, están bailando del alma”.</p> <p>1.6 Cada vez que la profesora se dirige a sus alumnos, ellos la observan. Algunos de ellos dejan de moverse por prestar atención.</p> <p>1.7 Otro alumno observa constantemente a</p>	<p>ambas partes (profesor - alumno) permitiendo que el proceso Educativo se vivencie de una manera afectiva y amigable.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Además, se aprecia que los encuentros cercanos, no se dan a nivel corporal, sino que solo verbal, lo que demuestra que existe pudor y vergüenza al entrar en contacto con los demás compañeros. • Se observa que los estudiantes prestan atención a las indicaciones
--	---	--	--	---

	<p>interna y lograr de apoco mayor conciencia corporal en los estudiantes, muchos de ellos no hacen caso y a ratos vuelven a mirarse.</p> <p>1.10 Muy pocos alumnos logran concentrarse por completo en el ejercicio.</p> <p>1.11 Se percibe la vergüenza personal de ciertos alumnos.</p>		<p>la profesora como esperando la aprobación de ella, no deja de mirarla.</p> <p>1.8 La profesora dice reiteradas veces la palabra “conciencia corporal y conciencia espacial”.</p>	<p>corporales y verbales que se les entrega, demostrando el interés que tienen por aprender.</p>
<p>2. Coréutica - Eukinéctica</p>	<p>2.1 Se observa poca conciencia del material entregado durante la clase, ya que la profesora les menciona constantemente algunos conceptos.</p> <p>2.2 La mayoría de los estudiantes se moviliza sin riesgo, es decir, sus movimientos</p>	<p>2.1 Un estudiante le pregunta a su compañera de clase que es la coréutica, a lo que ella responde que es algo del espacio, y le dice “acuérdate de las burbujas”.</p> <p>2.2 Algunos de los alumnos tratan de imitar el</p>	<p>2.1 La profesora les comenta sobre el poco riesgo que tienen en sus movimientos, les dice que exploren en sus planos (material coréutico) y también que expandan sus movimientos, que salgan de la comodidad y de la zona de confort.</p> <p>2.2 La profesora aún no habla con tanto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes no comprenden realmente el contenido de “coréutica y eukinéctica”, por lo que no logran potenciar dicho material. • Hay una

	<p>son pequeños, donde no logran experimentar capacidad espacial en cuanto al rango del movimiento.</p> <p>2.3 Sólo dos alumnos se arriesgan a desarmar o desarticular las estructuras corporales, los demás mantienen una improvisación armada, donde por lo general hacen y dejan ver movimientos estilizados.</p> <p>2.4 Una alumna (estudiante de danza) logra potenciar la eukinética de mejor manera, utilizando matices en sus movimientos, es decir, energía fuerte y leve, temporalidad</p>	<p>movimiento de sus compañeros, ya que no comprenden en su totalidad los conceptos mencionados por la profesora.</p> <p>2.3 Una estudiante se ríe (en forma de burla) por los movimientos desestereotipados de sus demás compañeros.</p>	<p>tecnicismo a sus alumnos, ya que se da cuenta que sus alumnos aún no comprenden los contenidos coréuticos y eukinéticos.</p>	<p>notoria dificultad por realizar los movimientos de la experimentación pero es algo que de todas maneras se puede ir mejorando mientras practican e integran el material entregado.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes se manifiestan explícitamente sobre lo que les va ocurriendo durante la clase. • Al comprender los recursos pedagógicos entregados en clases, el
--	--	--	---	---

	<p>rápida o lenta y sus movimientos periféricos o centrales.</p> <p>2.5 Los alumnos aún no tienen conocimiento del material coreútico y eukinético como recursos de enseñanzas pedagógicas.</p>			<p>movimiento de los estudiantes se hace más limpio y consciente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se trabaja constantemente en el contenido ‘espacio’, en relación como se mueve el cuerpo en este. Evidenciando el enfoque por trabajar contenidos específicos de la danza moderna.
3. Metodología de Enseñanza	<p>3.1 Gritan como niños pequeños.</p> <p>3.2 Logran conectarse con el entorno a través del juego, ya que deben arrancar. Deben estar atentos a donde van y como</p>	<p>3.1 Se alegran como grupo porque van a jugar.</p> <p>3.2 Dicen frases graciosas hacia ellos mismos.</p> <p>3.3 La mayoría de los alumnos tiene disposición para la</p>	<p>3.1 El inicio de la clase comienza con la metodología lúdica, a través del juego de la pinta.</p> <p>3.2 Se ríen mucho los alumnos junto a la profesora.</p> <p>3.3 Al continuar la</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza variación en la metodología de enseñanza para generar un aprendizaje en todos los estudiantes.

	<p>van.</p> <p>3.3 Luego, en la experimentación, cada alumno trabaja de forma individual.</p> <p>3.4 Se observan muy concentrados en lo que realizan.</p> <p>3.5 Hay dos alumnos que se observa corporalmente que no entendieron las indicaciones de la profesora, porque lo esperan a que sus compañeros comiencen a movilizarse y luego lo hacen ellos.</p>	<p>actividad.</p> <p>3.4 Evitan tocarse unos con otro en la experimentación. La profesora les determina la actividad de juntarse como una gran masa en el centro de la sala sin detener el movimiento, los alumnos se juntan, pero siempre mantienen una distancia entre ellos.</p>	<p>clase, la profesora les entrega el material a trabajar por medio de la metodología de la experimentación, donde los va guiando en todo momento a través de sus palabras.</p> <p>3.4 Los alumnos cada cierto momento le hacen preguntas para saber con exactitud si lo que están realizando está correcto, a lo que ella les contesta que sólo se dejen llevar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Predomina el lenguaje más casual, ya que el lenguaje técnico se les hace complejo a los estudiantes. • Se puede percibir que hay una planificación previa, lo que demuestra preparación por parte de la profesora.
--	--	--	--	---

PAUTA DE OBSERVACIÓN 2

Fecha: Sábado 17 de junio de 2017

Observación: Clase de danza moderna de la compañía de danza y artes escénicas Ori Newen

Conceptos Marco Teórico	Relación personal del alumno	Relación entre Estudiantes	Relación entre Estudiante y Profesor	Análisis
<p>1 Conciencia Corporal</p>	<p>1.1 La clase se inicia con la realización de ejercicios individuales, para luego seguir con ejercicios donde están en contacto directo con los cuerpos de sus compañeros. Se ve que ya no hay tanta incomodidad ni timidez, en la mayoría de los alumnos, aunque</p>	<p>1.1 Llegan los alumnos y comienzan a conversar entre ellos.</p> <p>1.2 Una alumna demuestra molestia con algunos compañeros, ya que no permanecen en silencio, dificultando su concentración en la clase.</p> <p>1.3 Los alumnos conversan mucho</p>	<p>1.1 La profesora llega con unos minutos de retraso, los alumnos ya están en el salón de clases.</p> <p>1.2 Una estudiante llega tarde a la clase, la profesora le dice que se integre rápidamente a la clase, sin reprocharla.</p> <p>1.3 La profesora llama la atención a dos alumnas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una cercanía en los alumnos en el área social, ya que de manera más física se mantienen con ciertos márgenes de distancia. • Se trata de mantener un ambiente agradable desde el inicio hasta el final de la clase, tratando de solucionar de manera amena

	<p>si se logra percibir la inquietud en algunos.</p> <p>1.2 Los movimientos de los estudiantes comienzan a ser mucho más amplios y desarticulados, utilizan muchos movimientos desde las articulaciones, se ven movimientos claros desde la pelvis y como se curva y alinea la columna.</p> <p>1.3 Un alumno durante la improvisación se golpea contra el piso reiteradas veces, ya que no tiene real conocimiento de cómo poder caer y deslizarse por el suelo.</p>	<p>durante la clase.</p> <p>1.4 El hecho de que los estudiantes comiencen a arriesgarse a experimentar los movimientos, otorga mayor cercanía entre ellos y el material pedagógico.</p> <p>1.5 Al finalizar la experimentación grupal, los estudiantes se abrazan en conjunto sin necesidad que la profesora de la indicación.</p>	<p>que se encuentran conversando mientras ella se encontraba corrigiendo a un compañero.</p> <p>1.4 La profesora dice reiteradas veces la palabra “conciencia corporal y conciencia espacial”.</p> <p>1.5 La profesora da indicaciones de mayor exploración corporal, pidiendo dejar de lado el tecnicismo que poseen los estudiantes.</p> <p>1.6 Al término de la clase, la profesora agradece a los estudiantes por la clase y ellos le responden con</p>	<p>cualquier situación que se presente, Primando el valor del respeto en el grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se visualiza un grado más alto de conciencia corporal y espacial en los estudiantes, ya que sus movimientos poseen mayor rango en el espacio y sus cuerpos van adquirido tono muscular, aunque aún existen alumnos que golpean sus cuerpos al danzar por falta de conciencia al finalizar la clase • Siempre hay un agradecimiento mutuo entre los estudiantes y la
--	--	--	--	---

	<p>1.4 Mientras los cuerpos están en movimiento, se observan los rostros de los alumnos. La mayoría de ellos tiene una expresión facial al momento de transmitir su propia danza.</p>		<p>fuertes aplausos.</p>	<p>profesora que demuestra una afectuosa relación de ambas partes.</p>
<p>2 Coréutica - Eukinética</p>	<p>2.1 Se realiza una actividad espacial, en la cual los estudiantes deben imaginar que están dentro de una burbuja, con el color que ellos prefieran. Desde ahí nace la danza con recursos coréuticos.</p> <p>2.2 Se percibe que los estudiantes comprenden mayormente el contenido</p>	<p>2.1 Dos estudiantes se unen en un mismo movimiento sin darse cuenta.</p> <p>2.2 Una alumna le explica a otra el concepto de Kinósfera</p> <p>2.3 Durante la experimentación, los alumnos logran percibir los niveles de energía en una actividad en pareja, manteniendo y entregando el peso del cuerpo. Además de</p>	<p>2.1 La profesora le pide a los estudiantes que respiren los movimientos, ya que eso les permitirá a definir de mejor manera la cualidad que pretenden lograr.</p> <p>2.2 La profesora se acerca a una alumna a conversar con ella. La alumna se ve un poco decaída.</p> <p>2.3 Al finalizar la</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El material coréutico se entrega de manera más implícita, para que los estudiantes puedan realizar las actividades sin cuestionarse un contenido específico. • La buena relación entre los pares genera una conexión dancística durante la clase, ya sea de manera

	<p>coréutico que el eukinético ya que logran seguir las indicaciones de los planos, la kinósfera y demás conceptos de la coréutica, y al mencionar las cualidades del movimiento, algunos estudiantes rápidamente se observan y comienzan a murmurar con expresión facial compungida.</p>	<p>explorar movimientos centrales y periféricos en grupos.</p>	<p>clase la profesora agradece a sus alumnos y ellos responden con fuertes aplausos y se escucha un “Gracias profe”.</p>	<p>corporal e intelectual de los recursos pedagógicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se percibe un mayor dominio en los estudiantes el material coréutico y eukinético.
<p>3 Metodología de Enseñanza</p>	<p>3.1 Se realiza un círculo donde los estudiantes tienen la libertad de improvisar aplicando todo lo ejecutado durante la clase, en el cual los alumnos aplican técnica e interpretación a</p>	<p>3.1 Se les muestra a los alumnos una fotografía de una mujer dentro de un icosaedro y ellos comienzan a opinar lo que piensan de esta imagen.</p> <p>3.2 Algunos compañeros comienzan</p>	<p>3.1 La primera metodología utilizada por la profesora es realizar una prueba escrita a sus alumnos, les entrega una hoja a cada uno les pide que se dispersen por la sala y comienza</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El sistema de trabajo se realiza de forma global, en ciertas ocasiones la profesora se acerca a corregir a algún alumno. • Se utiliza el juego como metodología de enseñanza

	<p>la vez.</p> <p>3.2 Los estudiantes son capaces de desarrollar diferentes movimientos a través de la musicalidad, la experimentación, la rítmica, y la improvisación buscando mucho la espacialidad por medio de los niveles.</p> <p>3.3 Está muy marcado en los alumnos lo que está buscando cada uno, desarrollando sus propios movimientos a través de su lenguaje corporal.</p>	<p>intercambian palabras y risas durante la clase.</p> <p>3.3 Al momento de escoger una pareja para trabajar en el desarrollo de la actividad, se unen por mayor afinidad como motivo principal</p> <p>3.4 Se forma un círculo en el centro de la sala, donde los estudiantes realizan improvisación y la profesora anota en su bitácora las observaciones de cada estudiante.</p>	<p>a dictarles preguntas.</p> <p>3.2 Luego se hace un calentamiento en el cual la profesora realiza imitación kinética.</p> <p>3.3 Algunos estudiantes no comprenden los ejercicios hechos por la profesora, por lo que ella debe mostrarlos nuevamente.</p> <p>3.4 La profesora en pocas ocasiones se acerca a corregir el cuerpo de los estudiantes.</p>	<p>aprendizaje para efectuar un lazo más cercano desde la distancia innata que se genera entre alumnos y profesor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Otra metodología es la imitación kinética, la cual entrega seguridad a los estudiantes ya que pueden observar y retener la información entregada durante la clase. • En todo momento la profesora busca la libertad dancística en sus estudiantes, entregándoles las herramientas para que ellos por sí solos
--	---	--	---	---

				logren indagar en sus propios cuerpos.
--	--	--	--	--

PAUTA DE OBSERVACIÓN 3

Fecha: Sábado 23 de septiembre de 2017

Observación: Clase de danza moderna de la compañía de danza y artes escénicas Ori Newen

Conceptos Marco Teórico	Relación personal del alumno	Relación entre Estudiantes	Relación entre Estudiante y Profesor	Análisis
1 Conciencia Corporal	<p>1.1 Cada estudiante se apropia de un espacio en la sala</p> <p>1.2 Se observa a los estudiantes más atentos a las indicaciones de la profesora, como con un mayor compromiso, ya no se perciben alumnos desconcentrados ni risas durante</p>	<p>1.1 Los alumnos ingresan a la sala de clases riéndose entre ellos, recordando un episodio pasado.</p> <p>1.2 Durante la clase no conversan entre ellos.</p> <p>1.3 En un momento se trabaja en dúos durante la clase, los estudiantes logran concentrarse entre</p>	<p>1.1 La profesora les entrega el material de forma verbal, en el cual siempre mantiene el mismo tono de voz. Alarga las últimas consonantes de las palabras.</p> <p>1.2 Nunca se acercó a los estudiantes a corregir los movimientos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se interpreta que las relaciones entre los estudiantes de la compañía y la profesora son cercanas y mucho más fraternas, permitiendo que se genere un espacio educativo en el cual los

	<p>las actividades de la clase.</p> <p>1.3 Se observa un mayor riesgo corporal, entran y salen del piso con mayor facilidad, los movimientos no se observan cortados, al contrario existe un flujo constante en pasar de un movimiento a otro.</p> <p>1.4 Un estudiante se saca la polera, quedando a torso desnudo.</p> <p>1.5 Rara vez los estudiantes se miran en el espejo.</p> <p>1.6 La estética en los movimientos ya no es el eje central.</p>	<p>ellos, hay parejas que realizan la actividad con los ojos cerrados.</p> <p>1.4 Se miran entre ellos.</p> <p>1.5 Sus cuerpos se relacionan de manera muy cercana, manipulan el cuerpo de compañero sin pudor ni vergüenza.</p> <p>1.6 Durante la realización de contact aparecen sonrisas de complicidad entre algunos compañeros.</p>	<p>ejecutados durante la actividad.</p> <p>1.3 La profesora les pregunta a los estudiantes si les molesta si ella los graba con su celular, ellos responden que no, a lo que ella les agradece.</p> <p>1.4 La profesora dice reiteradas veces la palabra “conciencia corporal y conciencia espacial”.</p>	<p>integrantes del grupo sientan cómodos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se percibe un mayor compromiso, respeto y seriedad por parte de los estudiantes hacia la profesora y la clase impartida. • Se observa una conexión entre los distintos cuerpos y movimiento, se logra una confianza.
2 Coréutica - Eukinética	2.1 Los alumnos comprenden las	2.1 El cuerpo se amplía en sus	2.1 La profesora ya habla la mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Se aprecia un mejoramiento

	<p>cualidades del movimiento porque la profesora comienza a nombrarlas y ellos reaccionan de inmediato corporalmente.</p> <p>2.2 Los alumnos son capaces de dejar caer su peso en relación a la energía de los movimientos realizados.</p> <p>2.3 Hay un mejor manejo del centro del cuerpo que permite ejecutar de manera apropiada la temporalidad de los ejercicios.</p>	<p>movimientos permitiendo que los demás compañeros ingresen en este.</p> <p>2.2 Un estudiante se moviliza y genera cavidades en su cuerpo permitiendo que las piernas de una compañera pasan entre medio de su brazo derecho y su torso.</p> <p>2.3 Varios compañeros dejan caer el peso de su cuerpo sobre el cuerpo de los demás. Los estudiantes que reciben el peso lo hacen de manera sutil y amable.</p> <p>2.4 Una compañera cae al suelo y los demás que se encuentran cerca de ella se ríen suavemente, como</p>	<p>parte de su clase con conceptos de la coréutica y la eukinética.</p> <p>2.2 Pregunta a los estudiantes si existen dudas al respecto y ellos contestan que no.</p> <p>2.3 La profesora repite la pronunciación de las cualidades del movimiento (eukinética), una alumna no escucha y vuelve a preguntar, a lo que la profesora repite la pronunciación.</p> <p>2.4 La profesora en un momento de la clase, saca su cuaderno (bitácora) y comienza a leer en silencio, luego les explica a los estudiantes con conceptos</p>	<p>en el proceso de los estudiantes al comprender y aplicar los recursos pedagógicos de la danza moderna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se observa la capacidad de movilizarse por el espacio, los estudiantes se han concientizado tanto en la coréutica como en la eukinética y eso se aprecia en sus lenguajes corporales.
--	---	---	---	---

		<p>queriendo disimular, ella también ríe, rápidamente vuelven a concentrarse y siguen experimentando las cualidades del movimiento.</p>	<p>técnicos la actividad que realizaron durante la clase.</p>	
<p>3 Metodología de Enseñanza</p>	<p>3.1 Los estudiantes prestan atención a las indicaciones de la profesora.</p> <p>3.2 Al finalizar la clase se realiza un círculo en el centro de la sala, se sientan en el suelo y se les da la oportunidad de que cada uno pueda expresar alguna idea o comentario al respecto de la clase.</p> <p>3.3 Los estudiantes ya no necesitan observar a la</p>	<p>3.1 Dos estudiantes intercambian palabras por el gusto de la canción que pone la profesora, la música de Pina Bausch.</p> <p>3.2 Una alumna se emociona al expresarse y rápidamente la c que se encuentra a su lado izquierdo la abraza, demostrando su afecto y apoyo.</p>	<p>3.1 La profesora se pasea por la sala para que todos los estudiantes logren escuchar las indicaciones que ella da.</p> <p>3.2 La profesora graba con su celular una parte de la clase.</p> <p>3.3 La profesora utiliza música como un recurso para la clase, el cual funciona de manera favorable.</p> <p>3.4 La profesora antes de finalizar la clase le pide a</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se logra visualizar la utilización de varias metodologías y formas de enseñar a los estudiantes, destacando en que la forma de ponerlas en prácticas es siempre desde el afecto y cercanía. • Se observa que los estudiantes son más conscientes

	<p>profesora para poder realizar las indicaciones, al parecer, entienden y comprenden sólo con escucharla.</p>		<p>los alumnos realizar un gran círculo para escuchar las opiniones al respecto de la clase generando un diálogo en el grupo.</p> <p>3.5 Al final de la clase la profesora agradece a sus estudiantes, y ellos responden con un fuerte aplauso.</p>	<p>de sus cuerpos en movimientos y de las indicaciones que les da la profesora durante la clase.</p>
--	--	--	--	--

7.3 Cuadro de Subcategorías

Subcategoría A (Marcela Rivera, 20 de octubre de 2017)

<p>➤ Conciencia Corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor dominio corporal • Conciencia con los compañeros, con el entorno, no solo con uno. • La conciencia corporal es importante • La conciencia corporal unifica a un cuerpo de baile • Conciencia corporal elemento favorable • Adquisición de conciencia corporal • Mayor confianza y seguridad
------------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Mejora en el proceso personal • Escucha corporal • Conciencia corporal profundiza el conocimiento • Conciencia corporal elemento importante y favorable • Mejora en el proceso personal • Importancia de la conciencia corporal • Adquirir conciencia corporal para generar cambios
➤ Coréutica	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor dominio corporal • Conocimiento material coréutico • Movilización por el espacio con mayor facilidad
➤ Eukinéutica	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor dominio corporal • Conocimiento material eukinéutico • Se utiliza la energía fuerte y leve en los movimientos • Los movimientos ahora son rápidos
➤ Danza Moderna	<ul style="list-style-type: none"> • Bailar sin prejuicio • Falta mayor conciencia corporal • Mayor mejora corporal • Desarmar estructuras • Mayor tecnicismo • Poco rango espacial • Importancia material coréutico y eukinéutico
➤ Imagen Corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Propia percepción • Imagen corporal • Personalidad

	<ul style="list-style-type: none"> • Conexión interior • Autopercepción corporal • Escucha corporal (sentidos)
➤ Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Metodología del hacer • Experimentación • Metodología repetitiva
➤ Conexión	<ul style="list-style-type: none"> • Alineación entre mente, cuerpo y espíritu • Unión entre mente y cuerpo • Conexión interior personal

Subcategoría B (Benjamín Salinas, 6 de noviembre de 2017)

➤ Conciencia Corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Adquirir conciencia corporal a través de recursos pedagógicos • Conciencia corporal elemento favorable • Conciencia corporal como elemento fundamental • Conexión interior • Mayor mejora corporal • Mejor ejecución de los movimientos • Importancia de la conciencia corporal • Mejora en la interpretación
➤ Danza Moderna	<ul style="list-style-type: none"> • Unión de elementos en la danza • Apropiación de la danza • Reencuentro consigo mismo a través de la danza • Mejor ejecución de los movimientos e interpretación • Mejora en la interpretación
➤ Coréutica	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento material coréutico ha sido

	<p>favorable</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mayor conciencia espacial • Conciencia de la ejecución de los movimientos
➤ Eukinética	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento material eukinético • Conocimiento material eukinético favorable • Mayor mejora corporal • Conciencia de la ejecución de los movimientos
➤ Apreciación	<ul style="list-style-type: none"> • Autopercepción corporal • Postura corporal • Adquirir conciencia corporal para generar un cambio • Mayor conciencia corporal
➤ Conexión	<ul style="list-style-type: none"> • La mente manda al cuerpo • Unión entre mente y cuerpo • Conexión y equilibrio entre ambos elementos (mente y cuerpo)
➤ Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Metodología del hacer • Complemento de ver y saber • Metodología de práctica

Subcategoría C (Mariela Olguín, 19 de octubre de 2017)

➤ Conciencia Corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor conciencia corporal • Adquisición de la conciencia corporal • Ser más consciente • La conciencia facilita la escucha corporal • Cuando no hay conciencia sólo se
-----------------------	--

	<p>realizan las cosas</p> <ul style="list-style-type: none"> • La conciencia corporal es importante • El ser consciente ayuda a percatarse de los errores. • La conciencia corporal ayuda al movimiento y a la vida • La conciencia nace desde el movimiento, Práctica constante • Conciencia corporal elemento favorable • Mayor riesgo corporal • Al adquirir conciencia puedo modificar mis estructuras, puedo cambiar como soy.
<p>➤ Danza Moderna</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conexión danza – ser humano • Conectarse consigo mismo • Poca escucha corporal • Poca conciencia corporal • Falta aún más conciencia corporal • Propia percepción de sí mismo • Cambio en el cuerpo al adquirir conciencia corporal • Se pueden modificar las estructuras inconscientes • Generar más soltura corporal • Existía poco riesgo en los movimientos, hoy existe mayor conciencia • Al probar se pierde el equilibrio, mejor comodidad • Soltar el cuerpo ayuda a mejorar la interpretación.

<p>➤ Tecnicismo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Patrones dancísticos estructurados para un desempeño en exceso sin escucha corporal • Al experimentar ya no existe timidez, mayor seguridad corporal • Generar más soltura corporal
<p>➤ Coréutica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La coréutica otorga mayor conciencia en los movimientos • Coréutica ayuda en todo sentido de la vida • Análisis espacial • Al concientizar el material coréutico, la orientación espacial logra una mejora
<p>➤ Eukinéctica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento material eukinéctico • Al concientizar el material eukinéctico, los movimientos logran una mejora • Inconscientemente existe un equilibrio en la energía en la cual se realizan los movimientos, de lo Contrario se torna consciente el movimiento y por ende se determina notoriamente una energía. • Conocimiento material eukinéctico (se comprende)
<p>➤ Individuo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Correcta postura ayuda a enfrentarse a la vida • Imagen Corporal • Postura tema fisiológico de anatomía • La postura genera una energía en las personas • Propia percepción

	<ul style="list-style-type: none"> • Mi crianza define como soy • Patrones aprendidos que inconscientemente repercuten en la vida cotidiana
➤ Conexión	<ul style="list-style-type: none"> • Unión cuerpo y mente • Prima la mente sobre el cuerpo • Unión en pensar y actuar
➤ Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Es importante aprender la teoría de los contenidos • Metodología de la escritura • Mezclar metodologías • Asociar actividades con contenidos • Obtengo conciencia, pero es difícil llevarlo rápidamente a la práctica en cuanto a movimientos. • Memoria débil de los nombres conceptuales • De uno depende querer mejorar ciertas estructuras del ser humano.
➤ Daño Físico	<ul style="list-style-type: none"> • Poca conciencia corporal genera lesiones, daños en la salud • Descuido corporal por falta de conciencia • Por una lesión se adquiere conciencia

Subcategoría D, E, F (Observaciones)

Criterio	Observación 1 – D	Observación 2 - E	Observación 3 – F
➤ Relación Afectiva	<ul style="list-style-type: none"> • Existe un ambiente agradable y buena 	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una cercanía en los alumnos en el área 	<ul style="list-style-type: none"> • Se interpreta que las relaciones entre los

	<p>disposición en los cuerpos de los estudiantes, lo que facilita la realización de la clase.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La existencia de una relación cercana de ambas partes (profesor - alumno) permite que el proceso educativo se vivencie de una manera afectiva y amigable. 	<p>social, ya que de manera más física se mantienen con ciertos márgenes de distancia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se trata de mantener un ambiente agradable desde el inicio hasta el final de la clase, tratando de solucionar de manera amena cualquier situación que se presente, primando el valor del respeto en el grupo. • Siempre hay un agradecimiento mutuo entre los estudiantes y la profesora que demuestra una afectuosa relación de ambas partes. • La buena relación entre los pares genera una 	<p>estudiantes de la compañía y la profesora son cercanas y mucho más fraternas, permitiendo que se genere un espacio educativo en el cual los integrantes del grupo sientan cómodos.</p>
--	---	--	---

		<p>conexión dancística durante la clase, ya sea de manera corporal e intelectual de los recursos pedagógicos.</p>	
<p>➤ Relación Corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los encuentros cercanos, no se dan a nivel corporal, sino que solo verbal, lo que demuestra que existe pudor y vergüenza al entrar en contacto con los demás compañeros. • Hay una notoria dificultad por realizar los movimientos de la experimentación pero es algo que de todas maneras se puede ir mejorando mientras practican e integran el material entregado. 	<ul style="list-style-type: none"> • En todo momento la profesora busca la libertad dancística en sus estudiantes, entregándoles las herramientas para que ellos por sí solos logren indagar en sus propios cuerpos. 	

<p>➤ Clase</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se puede percibir que hay una planificación previa, lo que demuestra preparación por parte de la profesora. • Se puede visualizar que durante la clase predominan ciertos patrones corporales de los estudiantes, y que afectan en ciertas ocasiones a las personalidades de los estudiantes; generando en los alumnos un trabajo dentro de la clase: la concentración, la escucha tanto personal como grupal y del entorno espacial. 	<ul style="list-style-type: none"> • El sistema de trabajo se realiza de forma global, en ciertas ocasiones la profesora se acerca a corregir a algún alumno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se aprecia un mejoramiento en el proceso de los estudiantes al comprender y aplicar los recursos pedagógicos de la danza moderna. • Se percibe un mayor compromiso, respeto y seriedad por parte de los estudiantes hacia la profesora y la clase impartida.
<p>➤ Lenguaje</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Predomina el lenguaje más casual, ya que el 		

	<p>lenguaje técnico se les hace complejo a los estudiantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes se manifiestan explícitamente sobre lo que les va ocurriendo durante la clase. 		
➤ Enseñanza	<ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza variación en la metodología de enseñanza para generar un aprendizaje en todos los estudiantes. • Los estudiantes prestan atención a las indicaciones corporales y verbales que se les entrega, demostrando el interés que tienen por aprender. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza el juego como metodología de enseñanza para aprender un lazo más cercano desde la distancia innata que se genera entre alumnos y profesor. • Otra metodología es la imitación kinética, la cual entrega seguridad a los estudiantes ya que pueden observar y retener la información entregada durante la clase. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se logra visualizar la utilización de varias metodologías y formas de enseñar a los estudiantes, destacando en que la forma de ponerlas en prácticas es siempre desde el afecto y cercanía

<p>➤ Material Pedagógico</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes no comprenden realmente el contenido de “coréutica y eukinética”, por lo que no logran potenciar dicho material. • Se trabaja constantemente en el contenido ‘espacio’, en relación como se mueve el cuerpo en este evidenciando el enfoque por trabajar contenidos específicos de la danza moderna. 	<ul style="list-style-type: none"> • El material coréutico se entrega de manera más implícita, para que los estudiantes puedan realizar las actividades sin cuestionarse un contenido específico. • Se percibe un mayor dominio en los estudiantes el material coréutico y eukinético. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se observa la capacidad de movilizarse por el espacio, los estudiantes se han concientizado tanto en la coréutica como en la eukinética y eso se aprecia en sus lenguajes corporales.
<p>➤ Conciencia Corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Al comprender los recursos pedagógicos entregados en clases, el movimiento de los estudiantes se hace más limpio y consciente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se visualiza un grado más alto de conciencia corporal y espacial en los estudiantes, ya que sus movimientos poseen mayor 	<ul style="list-style-type: none"> • Se observa una conexión entre los distintos cuerpos y movimiento, se logra una confianza. • Se observa que los estudiantes son

		<p>rango en el espacio y sus cuerpos van adquirido tono muscular, aunque aún existen alumnos que golpean sus cuerpos al danzar por falta de conciencia al finalizar la clase</p>	<p>más conscientes de sus cuerpos en movimientos y de las indicaciones que les da la profesora durante la clase.</p>
--	--	--	--

7.4 Grandes Categorías

<p>➤ Unión entre mente y cuerpo como elemento de la conciencia corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Escucha Corporal • Postura • Autopercepción Corporal • Imagen Corporal
<p>➤ Danza: entrenamiento físico y mental</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Movimiento e Interpretación • Movimiento y Calidad de vida • Movimiento y Estética • Coreografía v/s Movimiento simple
	<ul style="list-style-type: none"> • Aprender haciendo para experimentar el

<p>➤ Teoría del movimiento</p>	<p>movimiento</p> <ul style="list-style-type: none">• Darse cuenta de concientizar• Enseñanza - Aprendizaje colectivo y afectivo• Coréutica y desarrollo de la autopercepción• Eukinética y espacialidad
--------------------------------	---