

**DANZANDO MIS EMOCIONES: EL CUERPO COMO
HERRAMIENTA ARTÍSTICA CON EL MÉTODO PARA TALLERES
DE EDUCACIÓN DESDE EL ARTE METAEDUCARTE**

**Cristina Moreno Pabón
España**

Fragmento de Poesía a Clara Bueno o Arkana, <https://sites.google.com/site/danzakarana>:

“Cuando danzas, el tiempo se olvida de vivir y se desmaya, entonces, la eternidad se asoma por las ventanas de tu Alma y no resulta posible, ya, pronunciar ninguna palabra, pues el reino del corazón se expande y se engalana con innumerables recién florecidas flores variadas. Lo relativo deja caer sus máscaras. Ya no importa nada. Sólo lo trascendente. En ti, se posan todas las miradas, abstraídas, bendita y fulgurante danzarina sagrada. Despiertas una dormida, melancólica y honda añoranza, y, en los luceros, brotan perlas y candorosas lágrimas, como si quisiesen regar el vergel de las flores del Alma. Algo muere y algo nace; la razón, a explicarlo, no alcanza. Pues tú las evocas, con tu arte, aparecen difuminadas, en la mente, imágenes de antiguas culturas mediterráneas, trayendo al presente lo que fuiste antaño, vinculada, muchas veces, durante milenios, en tus vidas pasadas, a templos y Escuelas de misterios y a espirituales danzas. La diosa comienza a inundarlo todo con su amor que embriaga, y los espíritus vibran dentro de los cuerpos, sin pausa. ¿Qué misteriosa fuerza transfiguradora posees, maga? El poder de la música y todo aquello que tú emanas a un etéreo mundo de éxtasis sin fin, me traslada, y no quiero regresar. Esta muerte en vida, me mata, y me resucita, pero, aunque a mi cuerpo nunca me reintegrara, sigue; no pares; no dejes de danzar, adorable y divina Clara”. (Castellar Fratello, 2013)

Clara-Arkana nos explica en que consiste la metodología diseñada por ella: Danza Karana, danza para el Alma:

“LA LUZ LLEGA CUANDO TU LA DANZAS” Cuando te alineas, activas todos tus chacras, empleas la geometría sagrada establecida en tu cuerpo, respiras penetrando en la polaridad del movimiento en un ritmo que está en la música en tu cuerpo y en el Universo. Unido a la entrega y a la conciencia que hay dentro de estos vórtices energéticos, tu Alma vuela a hacia una entrega que te lleva a estar en el vacío en esa parte de la molécula que es un 99% y es vacío es TODO. Ya no hay peso, ya no hay mente Fluyes con las Alas del Alma, te llenas de Luz y el espíritu entra en ti manifestándose en Tu Danza. Eso es mi

experiencia con lo que llamo ahora llamo danza cuántica, Danza Karana del Alma y de la Transformación”. (Clara Bueno-Arkana, 2013) <https://sites.google.com/site/danzakarana>.



IMAGEN 1: CLARA BUENO- ARKANA DURANTE UNO DE SUS ESPECTÁCULOS BAILANDO DANZA KARANA

DESARROLLO DEL TALLER

La danza que nace del sentimiento y la emoción, no necesita estructura predeterminada, que la encasille, nos ofrece la oportunidad de expresarnos con plena libertad. Estoy completamente de acuerdo con la forma de sentir y bailar de Clara Bueno, en ella me inspiro para el diseño de del taller “Danzando mis emociones, el cuerpo como herramienta artística”. Este taller siguiendo la metodología MeTa EducArte, nos ayudará a sentirnos mejor, física, mental y emocionalmente. Cada artista-alumno, trabajará con su identidad, utilizando la danza como terapia, encontrará su propio lenguaje corporal para dibujar y crear en el espacio. Como todos los talleres de MeTa EducArte, fomenta el aprendizaje autónomo, la capacidad de análisis, el razonamiento y el espíritu crítico.

Se utilizará el método informativo y demostrativo, haciendo una breve descripción y demostración de las distintas técnicas y su uso, como medio expresivo y sanador.

Una vez hecha la demostración, se procederá a la parte práctica, donde cada alumno desarrollará una o varias danzas expresando distintos sentimientos y narrando su historia personal. También se crearán grupos de cuatro o cinco alumnos que crearán historias para danzarlas a todo el grupo.

Se utilizará también el método interactivo (demostrativo-práctico).

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

La recogida de datos para el estudio cuantitativo y cualitativo de los resultados obtenidos, se efectúa durante el taller. Este estudio recoge también la evaluación de satisfacción y el aprendizaje a través de él.

Los materiales usados en este taller son: Nuestro cuerpo, emociones, mucha creatividad, ganas de compartir y divertirse en todo momento.

Mediante dinámicas de diverso tipo, incluidas en el taller, los alumnos reflexionan y adquieren las competencias curriculares sobre danza, técnicas de relajación y expresión corporal. Después de interiorizaciones individuales, se realizan danzas tanto individuales como en grupo, expresando lo que sienten con ese proceso.

Al finalizar compartimos y evaluamos entre todos lo expresado y sentido desde la danza.

METAS Y CONTENIDOS

Además de los objetivos descritos e implícitos en el método de enseñanza para el taller, el principal objetivo del taller “Danzando mis emociones, el cuerpo como herramienta artística”, es la experimentación y estudio de los cambios de comportamiento emocional, que la danza expresada desde la emoción y el sentir tiene sobre la conducta y estado de ánimo en el alumno.

Otro de los objetivos más relevantes del taller didáctico, es que los alumnos participantes reflexionen sobre su propia identidad y los elementos que la constituyen, adquiriendo conocimientos de forma empírica sobre esta forma de danzar.

El material principal con el que trabajar a lo largo de esta actividad es el propio cuerpo, la creatividad mental y emocional para pintar, dibujar o esculpir en el espacio con la danza. En la parte teórica se abordan nociones sobre la teoría de este tipo de danza. La teoría incorpora, arte contemporáneo y productos visuales de distinta índole. Con los conocimientos adquiridos se realizarán danzas individuales y colectivas.

ASPECTOS COMPETENCIALES

OBJETIVOS COMPETENCIALES

- Obtención de conocimientos en diversas técnicas la danza, relajación y expresión corporal a través de la motivación y la creatividad del alumno
- Saber los conceptos principales de la danza, la relajación y la expresión corporal.

- Saber hacer las técnicas de danza, relajación y expresión corporal aprendidas en el taller, expresando con el cuerpo emociones y sentimientos.
- Adquisición de las competencias de forma empírica y divertida.

OBJETIVOS FORMATIVOS Y ACTITUDINALES:

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE:

OBJETIVOS DE DOCENCIA:

EVALUACIÓN

CONTENIDOS Y DESARROLLO DE LA METODOLOGÍA.

DINÁMICA DE GRUPO: DANZAN QUIÉN ES Y CÓMO SE SIENTE TU COMPAÑERO

Esta dinámica, propuesta para romper el hielo, puede variar dependiendo del grupo, si es un taller aislado o está dentro de un proyecto o asignatura.

Hablamos, con el compañero que está a nuestro lado; en un tiempo aproximado de 5 minutos lo conozco mejor, su nombre, sus gustos, sus estudios, etc...

¿Quién mejor que nosotros para presentar a nuestro nuevo amigo? Ahora lo conocemos mejor y él me conoce a mí. Así, desde la expresión corporal y verbal presentamos a nuestro nuevo amigo al grupo.

EL DESARROLLO DEL TALLER

MATERIALES

- Ropa cómoda que nos permita movernos con libertad.
- Ordenador, altavoces y cañón de luz, para las presentaciones y la música.

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

- Si se hace en el exterior, se utilizará proyector y pantalla apropiada.
- Distintos tipos de música, relajante, movida, lenta, impactante, etc.
- Cámara de video y/o fotográfica.
- Lógicamente nuestro cuerpo, emociones, mucha creatividad, ganas de compartir y divertirse en todo momento.

TAREAS A REALIZAR:

- Realización de al menos una técnicas de relajación (variaron dependiendo del grupo).
- Realización de al menos tres danzas libres, variando el tipo de música, expresando lo que sentimos, dibujando en el espacio los colores de nuestra mente y poniendo especial interés en conectar la danza con nuestras emociones.
- En grupos de cuatro o cinco alumnos, componer una danza libre, que narraran danzando al resto de compañeros.
- Grabación de las actuaciones de los grupos con videos y fotos, para poder comentar con posterioridad los trabajos realizados entre todos.

TEMPORALIZACIÓN

El tiempo óptimo para la realización del taller completo para los alumnos de infantil y primaria, es de 120 a 180 minutos.

METODOLOGÍA: TALLERES DE EDUCACIÓN DESDE EL ARTE, METAEDUCARTE



Imagen 2: Diapositiva detonante del taller: ¿Y tú qué bailas?!!

Comenzamos el taller con una diapositiva con la pregunta que sirve de detonante para el grupo, que les hace reflexionar entrando en los contenidos del taller.

Para este taller la pregunta detonante es: ¿Y tú qué bailas?!! (Ver imagen 2). El taller teórico-práctico, combina conceptos con preguntas abiertas a los participantes, manteniendo así el interés del alumnado.

Con la incorporación de imágenes de arte contemporáneo y de la propia cultura visual de los participantes para ilustrar los conceptos, se pretende que lo aprendido en el taller no quede en él, sino que salga con ellos y lo puedan aplicar en su día a día. Las Tic son medio utilizado para apoyar las explicaciones teóricas.

Este taller está enfocado principalmente alumnos de infantil y primaria; así recomiendo a los alumnos de Formación del Profesorado, introducir el taller narrando una historia que esté relacionada con la danza y la expresión corporal, y que ayude a “enganchar” a los niños o adolescentes. Lógicamente esta historia variará dependiendo del grupo al que va dirigido el taller.

Con base en los métodos de enseñanza AAMC, AC, ABP y el método MUPAI, MeTaEducArte utiliza el método informativo y demostrativo, haciendo una breve descripción y demostración de los distintos materiales y su uso, como medio expresivo y sanador.

Una vez hecha la demostración, se procederá a la parte práctica. Comenzamos con una relajación con todo el grupo, invitando a los alumnos a conectar con sus sentimientos, que visualizarán como los expresarían en el espacio. Cada alumno hará uno o varias danzas libres expresando distintos sentimientos y narrando sus historias personales.

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Se utilizará también el método interactivo (demostrativo-práctico).

La recogida de datos para el estudio cuantitativo y cualitativo de los resultados obtenidos, se hace durante el taller.

El taller se desarrolla en varias fases; cada una de ellas dividida en dos partes:

- Una parte teórica, como soporte para la explicación de la teoría de las diversas técnicas de la danza, relajación, expresión corporal y la creación artística utilizando el cuerpo como herramienta.
- Una parte práctica, donde el alumno tendrá la oportunidad de practicar y experimentar la técnica, participando activamente, expresando sus emociones y sentimientos.

Al finalizar cada fase teórico-práctica, se termina con unos minutos de reflexión para compartir la experiencia con todo el grupo.

En la última fase del taller, haremos grupos de cuatro o cinco alumnos, que harán un trabajo común. Este trabajo, fomenta la participación en grupo, la comprensión, la compenetración, la integración y la empatía.

Para terminar, se hace una autoevaluación del taller entre todos de lo aprendido en este. Se pueden hacer preguntas concretas o dejar que ellos hagan una reflexión y lancen preguntas a los compañeros. Los alumnos sacarán sus propias conclusiones.

AUTOEVALUACIONES DE LO APRENDIDO, MEDIANTE CUESTIONARIOS Y PREGUNTAS

CONCLUSIONES

Ver punto 2.3.4. Si el número de alumnos no es numeroso, se puede usar una dinámica de grupo, como la del ovillo, “estamos enredados”: El dinamizador del grupo lanza un ovillo de lana (quedándose con el extremo) a cualquier compañero y se presenta dando algunos datos fáciles de recordar sobre él, a todo el grupo. El receptor del ovillo hace lo mismo, se presenta y quedándose con el hilo, lanza nuevamente el ovillo, a otro compañero al azar. Al final, el dinamizador tendrá el ovillo de regreso y estaremos todos “enredados”. Conociéndonos mejor.

Para deshacer la red, el dinamizador lanza el ovillo al compañero que se lo envió y tiene que presentarlo, contando lo que él nos había dicho con anterioridad. Esto se repite y al final, al terminar la dinámica, tendrá el ovillo nuevamente en sus manos.

Esta dinámica, la podemos utilizar, al principio para presentarnos y al finalizar, para sacar conclusiones de lo que más nos ha gustado del taller y lo que hemos aprendido. En cualquier caso siempre repetimos nuestros nombres, lo que hace que el grupo se afiance” (Moreno Pabón, 2012. Pág. 88), (Moreno Pabón, 2013. Pág. 345).

FASE DE EVALUACIÓN DEL TALLER:

1. Conclusiones sobre la experiencia docente del taller: Danzando mis emociones, el cuerpo como herramienta artística.

Este taller, es uno de los talleres con los que he tenido mejores resultados he obtenido, tanto en adolescentes como con los alumnos universitarios. Es un taller muy dinámico, que implica gran interacción entre los participantes. Recordemos que tienen que expresarse con su cuerpo individual y colectivamente; no todos los alumnos son extrovertidos y dispuestos a actuar desde un principio, ante el grupo. Aunque algunos grupos o alumnos empiecen con cierta timidez, en cuanto comienzan las dinámicas y se rompen los primeros momentos de tensión, el taller se convierte en diversión. La experiencia durante los años que llevo impartiendo este taller, ha sido muy satisfactoria, cumpliéndose todas las expectativas y objetivos de los que parte el taller (Ver puntos 2.2.1. y 2.2.2.). Lógicamente los contenidos y dinámicas del taller, se han ido adaptando a las necesidades del grupo.

Este taller funciona muy bien en los museos y los resultados han sido excelentes. Los niños y adolescentes, tienen la oportunidad de formar parte del museo y sentir la cercanía de los artistas y sus obras. Como ejemplo, vemos a continuación las puntuaciones cuantitativas, de un taller realizado en el museo Teixeira Lopes en Mirandela, Portugal. Veinticinco preadolescentes entre diez y doce años, hacen la siguiente evaluación del taller, puntuando del 1 al 10:

- ¿Te ha gustado el taller? 9,8
- ¿Te gustaría volver a hacer una actividad en nuestro museo? 9,7
- ¿Te han gustado los monitores? 10
- ¿Te ha gustado el Museo? 9,8
- ¿Y la presentación en Power Point? (su explicación) 10
- ¿Crees que hay tiempo suficiente para hacer las actividades? 8

En los talleres con alumnos de formación del profesorado, disfrutaron aprendiendo como si de sus propios alumnos se tratara, y lo principal es que han visto la posibilidad de llevar

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

este taller a su propia docencia. De hecho, durante sus prácticas en los colegios, pudieron probar alguna de estas experiencias, grabando los resultados en video.

Durante las exposiciones de los trabajos y las experiencias realizados en la clase con todo el grupo, han aprendido diferentes formas de resolver un mismo planteamiento. Esto ha supuesto un enriquecimiento para todos, incluyéndome a mí. Es de resaltar la creatividad que pueden desarrollar, siendo esto un gran estímulo para ellos.

En la tabla 1 podemos ver un resumen del taller: "Danzando mis emociones, el cuerpo como herramienta artística", realizada en la Facultad de Formación del Profesorado, de la Universidad Autónoma de Madrid, con alumnos de la especialidad en formación artística. Estos grupos son más reducidos, suelen ser entre 25 a 35 alumnos. Los talleres con ellos funcionan mejor que con los grupos de los primeros cursos donde podemos encontrar hasta 70 alumnos.

En el resumen de la tabla 1, se exponen las principales actividades realizadas durante el taller.

Como se puede apreciar los alumnos colaboraron y se lo pasaron genial. Es experiencia se llevó a cabo en octubre del año 2013. Como en la mayoría de los talleres, se graban las experiencias para con posterioridad poder reflexionar y sacar conclusiones con el grupo. También les sirve de guía para poder hacer estos talleres en un futuro con sus alumnos. Este grupo está en estos momentos realizando sus prácticas en los colegios y han tenido la oportunidad de impartir los talleres con la metodología MeTaEducArte. Los talleres en los colegios, han teniendo una acogida muy buena, con magníficos resultados en los alumnos de infantil y primaria.

Tabla 1. Resumen del taller: "Danzando mis emociones, el cuerpo como herramienta artística", realizada en la Facultad de Formación del Profesorado, de la Universidad Autónoma de Madrid, con alumnos de la especialidad en formación artística





MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION
PSYCHOLOGY INVESTIGATION





MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LIBROS:

ACASO, María (2006): La educación artística no son manualidades. Catarata. Madrid.

ACASO, María (2009): El lenguaje visual. Paidós. Barcelona.

BELVER, Manuel y ULLÁN Ana (2007): La creatividad a través del juego. Amarú. Salamanca.

BELVER, Manuel, ACASO, María. y MERODIO, Isabel (2005): Arte Infantil y Cultura Visual. Eneida. Madrid.

COOPER, James, PRESCOTT, Susan, COOK, Lenora, SMITH, Lyle and MUECK, Randall and CUSEO, Joseph (1990): Cooperative Learning and College Instruction. State University Foundation, Long Beach, CA. California.

EFLAND, Arthur, FREEDMAN, Kerry y STHUR, Patricia. (2003): La educación en el arte posmoderno. Paidós. Barcelona.

FREEDMAN, Kerry. (2006): Enseñando cultura visual. Octaedro. Barcelona.

JOHNSON, David; JOHNSON, Roger and SMITH, Karl (1991): Cooperative Learning: Increasing College Faculty Instructional Productivity. Ashe-Eric Higher Education Report No. 4, George Washington University. Washington.

MORENO, Rafael. y MARTÍNEZ, Rafael (2008): El Aprendizaje Basado en Problemas en la Enseñanza Universitaria. Universidad Murcia. Murcia.

SAURA PERÉZ, Ángeles (2011): Innovación educativa con TIC en Educación Artística, Plástica y Visual. Líneas de investigación y estudios de casos. Mad S.L. Madrid.

CAPÍTULOS O ARTÍCULOS EN LIBROS O REVISTAS EN PAPEL:

EFLAND, Arthur (2005): Infancia y cultura visual, en BELVER, Manuel, ACASO, María y MERODIO, Isabel: Arte Infantil y Cultura Visual. Eneida. Madrid. pp.

MORENO PABÓN, Cristina (2012): Proyecto de Innovación Docente MeTaEducArte (Método para Talleres de Educación desde el Arte). Nuevos métodos en la educación artística: talleres de arte contemporáneo en la educación primaria e infantil, en DE HARO DE SAN MATEO, M^a Verónica: Novedades Docentes en el EEES. Visión libros. Madrid.

MORENO PABÓN, Cristina (2013): MeTaEducArte (Método para Talleres de Educación desde el Arte). El arte contemporáneo como medio de expresión, en la Educación Infantil y Primaria con uso de TIC, en CASALS CARRO, María Jesús et al: Estudios sobre el Mensaje Periodístico. Universidad Complutense de Madrid. Madrid.

POZO, Juan y MATEOS, Mar. (2009): Aprender a aprender: hacia una gestión autónoma y meta-cognitiva del aprendizaje, en POZO, Juan y PÉREZ, María Puy: Psicología del aprendizaje universitario: la formación de competencias. Morata. Madrid.

POZO, Juan y MONEREO, Carles. (2009): Introducción: La nueva cultura del aprendizaje universitario ¿o por qué cambiar nuestras formas de enseñar y aprender?, en POZO, Juan y PÉREZ, María Puy: Psicología del aprendizaje universitario: la formación de competencias. Morata. Madrid.

ARTÍCULOS EN PUBLICACIONES WEB:

BUENO ARKANA, Clara (2013): Poesía a Clara Bueno. Danza Karana: La Luz llega cuando tú la danzas Disponible en: <https://sites.google.com/site/danzakarana>. Consultado el 15 de marzo de 2013.

CASTELAR FRATELLO, Víctor (2013): Poesía a Clara Bueno. Disponible en: <https://sites.google.com/site/danzakarana>. Consultado el 15 de marzo de 2013.

MORENO PABÓN, Cristina (2013): MeTaEducArte (Método para Talleres de Educación desde el Arte). El arte contemporáneo como medio de expresión, en la Educación Infantil y Primaria con uso de TIC, en CASALS CARRO, María Jesús et al: Estudios sobre el Mensaje Periodístico, Vol. 19.

RESEÑA AUTORA

CRISTINA MORENO PABON

Licenciada en Bellas Artes, especialidad de Escultura, por la Universidad de Granada, 2000.

Doctorado y Suficiencia Investigadora en Bellas Artes, en la especialidad de Escultura, por la Universidad de Granada, en el año 2002.

Doctora por el Departamento de Escultura de la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de Granada, en 2008.

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Máster Oficial Universitario en Artes Visuales y Educación: Un enfoque Construcccionista (702.56.1), por el Departamento de Didáctica de la Educación Artística y Visual, de la Universidad de Granada. 2009

Máster como Experto Docente por la Universidad Autónoma de Madrid. 2012

Creadora de Proyecto de Innovación Docente “MeTaEducArte” (Método para Talleres de Educación desde el Arte) Nuevos Métodos en la Educación Artística: Combinación de Métodos adaptados para Talleres de Arte Contemporáneo en la Educación Primaria e Infantil.

Docente universitaria desde el año 2000

Grupos de Investigación y proyectos I+D+i, en los que participa:

Adscrita a los Grupos de investigación: HUM 629, de la UGR desde 2004 y PR-011 de la UAM desde 2012.

Investigadora responsable en la UAM del Proyecto de Investigación: LA PIZARRA DIGITAL EPSON, en la Docencia Universitaria, de la UNED desde 2011.

