

ESCUELA NACIONAL DE DANZA  
“NELLIE Y GLORIA CAMPOBELLO”

“PROPUESTA DE CLASE PARA EL CURSO DE INDUCCIÓN EN  
DANZA CONTEMPORÁNEA DE LA ESCUELA NACIONAL  
DE DANZA NELLIE Y GLORIA CAMPOBELLO”

MODALIDAD DE TITULACIÓN  
PRESENTACIÓN DE UNA CLASE PRÁCTICA  
PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
PROFESIONAL EN EDUCACIÓN DANCÍSTICA  
CON ESPECIALIDAD EN DANZA CONTEMPORÁNEA

PRESENTA  
**EUSTORGIO GUZMÁN SANVICENTE**

ASESORAS: MARÍA DEL ROSARIO VERA NAVA  
ROCÍO DEL CARMEN RANGEL CUENCA

OCTUBRE 2014

[www.inbadigital.bellasartes.gob.mx](http://www.inbadigital.bellasartes.gob.mx)

Formato digital para uso educativo sin fines de lucro

Cómo citar este documento: **Guzmán Sanvicente, Eustorgio**. “Propuesta de clase para el curso de inducción en danza contemporánea de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello”, ENDNGC/INBA/CONACULTA, México, D.F. 2014.

Descriptores temáticos: Curso de inducción, danza contemporánea, bailarín, cuerpo, factores de movimiento, concientización del cuerpo, desplazamientos en el espacio.

**CONACULTA**



Instituto  
Nacional de  
Bellas Artes

INSTITUTO NACIONAL DE BELLAS ARTES Y LITERATURA

---

---



ESCUELA NACIONAL DE DANZA  
“NELLIE Y GLORIA CAMOBELLO”

“PROPUESTA DE CLASE PARA EL CURSO DE INDUCCIÓN EN  
DANZA CONTEMPORÁNEA DE LA ESCUELA NACIONAL  
DE DANZA NELLIE Y GLORIA CAMOBELLO”

MODALIDAD DE TITULACIÓN  
PRESENTACIÓN DE UNA CLASE PRÁCTICA

PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
PROFESIONAL EN EDUCACIÓN DANCÍSTICA  
CON ESPECIALIDAD EN DANZA CONTEMPORÁNEA

PRESENTA  
EUSTORGIO GUZMÁN SANVICENTE

ASESORAS: MARÍA DEL ROSARIO VERA NAVA  
ROCÍO DEL CARMEN RANGEL CUENCA

OCTUBRE 2014

México, D.F., a 30 de octubre de 2014.

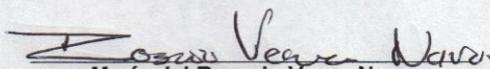
**MTRO. FERNANDO ARAGÓN MONROY  
DIRECTOR DE LA ESCUELA NACIONAL DE DANZA  
NELLIE Y GLORIA CAMPOBELLO  
P R E S E N T E**

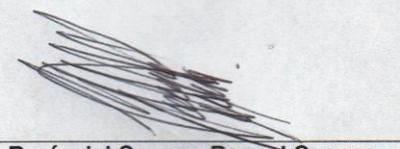
Por este medio le informo que Eustorgio Guzmán Sanvicente, egresado de la escuela a su cargo, con la Orientación en Danza Contemporánea, concluyó su Tesina titulada **“PROPUESTA DE CLASE PARA EL CURSO DE INDUCCIÓN EN DANZA CONTEMPORÁNEA DE LA ESCUELA NACIONAL DE DANZA NELLIE Y GLORIA CAMPOBELLO”** el cual fue realizado bajo mi asesoría.

En vista de que este proyecto cumple con los requerimientos metodológicos y de contenido especificados en el reglamento de la escuela, doy mi visto bueno para que la interesada continúe con los trámites correspondientes al proceso de titulación.

Sin otro particular, quedo de usted.

**A T E N T A M E N T E**

  
\_\_\_\_\_  
María del Rosario Vereá Nava  
Asesora

  
\_\_\_\_\_  
Rocío del Carmen Rangé Cuenca  
Co - asesora

## **Agradecimientos.**

Con gran admiración a todos mis maestros de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello, que con sus enseñanzas y ejemplos contribuyeron a mi formación como Profesional en Educación Dancística con especial aprecio a Rocío Rangel, Rosario Vereá y Fernando Aragón.

## INDICE.

Introducción.....	1
Capítulo 1 El curso de inducción de danza contemporánea en la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello.....	4
Capítulo 2 El cuerpo humano como unidad integradora de los factores de movimiento.....	11
2.1 El bailarín poseedor de un cuerpo expresivo.....	17
2.2 Los factores del movimiento en la danza contemporánea.....	20
2.3 La aplicación de los factores de movimiento en la clase de danza contemporánea.....	27
Capítulo 3 Estructura de la clase de danza contemporánea en el curso de inducción: un espacio para la mediación del aprendizaje del movimiento.....	35
3.1 Concientización del cuerpo.....	39
3.2 Centro.....	40
3.3 Desplazamientos en el espacio.....	42
Plan de clase Curso de inducción de la Escuela Nacional de Danza Nellie y GloriaCampobello.....	45

Programación de las unidades de aprendizaje del curso de inducción de danza contemporánea.....	49
Evaluación.....	52
Conclusiones.....	56
Referencias.....	60

# *INTRODUCCIÓN.*

## **INTRODUCCIÓN.**

La danza como una actividad social implica educación, esta implicación no la ha conservado a través del tiempo y en su proceso de institucionalización ha sistematizado métodos que permiten la facilitación del aprendizaje. Por sus bondades de formación la danza constituye un medio para la exploración motriz, afectiva y social; la sistematización de los programas de enseñanza lleva a potencializar estos efectos.

La Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello ha sido por mucho tiempo una institución encargada de formar docentes profesionales capaces de responder a las necesidades sociales con un sentido integral y humanista.

Esto implica que como institución debe preparar docentes con todas las habilidades para ello, lo que significa que desde los procesos de selección la captación de alumnos es importante. El curso de inducción en danza contemporánea se plantea como un programa que permita formar un grupo al que se pueda introducir en un sistema de enseñanza formal de la danza proveyéndolos de las aptitudes y actitudes necesarias para ello. El presente trabajo presenta la fundamentación de la clase práctica de danza contemporánea para el curso de inducción.

Comenzando por presentar un panorama de la función de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello desde su creación hasta nuestros días y la necesidad de captar alumnos preparados para su licenciatura.

A continuación hablo del cuerpo humano como punto integrador de los principios básicos de la danza y de cómo éstos le proporcionan expresividad además de tridimensionalidad espacial.

En una siguiente parte desarrollo la estructura de la clase de danza pensando en ella como en un momento espacio-temporal en el que el profesor y el alumno son responsables del proceso enseñanza aprendizaje, presento también una programación de las unidades de aprendizaje que engloban los elementos técnicos y metodológicos en el desarrollo de la propuesta de clase; para concluir en la evaluación del programa que articula el conocimiento generado a través de este trabajo y los resultados del proceso enseñanza-aprendizaje, con ciertas orientaciones que pueden servir para la sistematización y mejora del curso de inducción en danza contemporánea de la Escuela Nacional de danza Nellie y Gloria Campobello.

# *CAPÍTULO 1*

## Capítulo 1.

### **El curso de inducción de danza contemporánea en la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello.**

La Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello (ENDNGC) ha sido por 80 años una de las instituciones más importantes en la formación de profesionales en enseñanza de la danza; en sus inicios llamada Escuela de la Plástica Dinámica se fundó en 1931 por instrucción de la Secretaría de Educación Pública con Hipólito Zybin, Carlos Mérida, Enrique Vela, Francisco Domínguez y las hermanas Nellie y Gloria Campobello a la cabeza, es la primera escuela de danza pública de danza. En 1937 cambia su nombre a Escuela Nacional de Danza, Nellie Campobello es nombrada Directora, posición que mantuvo por 46 años.

En la década de los 30 (en el período que abarca de 1931 a 1939) la escuela tuvo diez planes de estudio, pero es en 1937 cuando la Escuela Nacional orienta su proyecto educativo a la formación de docentes en danza. En 1995 se opera el plan de Profesional en educación dancística con tres especialidades diferentes: Danza contemporánea, Danza Española y Danza Folklórica, de la cual egresaron once generaciones. Este programa fue el antecedente del nuevo programa de Licenciatura en Educación Dancística que conserva su orientación en las tres disciplinas.

La misión de la ENDNGC como institución de educación superior es

Formar docentes comprometidos, críticos y reflexivos ante la realidad actual y futura, brindando una educación dancística de calidad que apoye al individuo en su formación cultural, estética y artística de modo que participe en el fomento, la promoción y la difusión de la danza en México y en el extranjero. (ENDNGC. INBA, 2006, p 28)

Para lograrlo necesita de un perfil de ingreso que responda a las exigencias del plan de estudios, el cual contempla en sus objetivos el proporcionar los conocimientos dancísticos, psicopedagógicos, artísticos y de investigación propios de la orientación dancística para el desempeño de actividades profesionales en enseñanza de la danza.

Actualmente, la ENDNGC cuenta con un prestigio bien fundado en la formación de docentes en danza, los cuales se han insertado en el campo laboral en diferentes ámbitos de acción docente y dancística, como maestros en casas de cultura, en educación pública y escuelas privadas, o como bailarines en compañías profesionales de danza y muchos otros han desarrollado proyectos educativos personales.

Pero este prestigio ganado no garantiza la formación docente, la estructura curricular debe ser activada al mismo tiempo por profesores competentes en los ámbitos artísticos y pedagógicos y alumnos que cuenten con las habilidades necesarias para formalizar su formación como ejecutantes y desarrollar las competencias docentes en enseñanza de la danza que se requieren.

El curso de inducción surge como una necesidad de captar jóvenes interesados en presentar el examen de admisión a la carrera de la Licenciatura como Profesional en Educación Dancística. En el año 2008 bajo la dirección de Fernando Aragón Monroy el curso de inducción surge como una necesidad de captar jóvenes interesados en presentar el examen de admisión a la carrera de la Licenciatura como Profesional en Educación Dancística, todos ellos de edades entre 18 y 29 años con conocimientos previos en alguna técnica de danza contemporánea y/o ballet clásico; el proyecto se inscribe dentro de los Espacios de danza y práctica educativa que prestan servicio todos los sábados del ciclo escolar, en los cuales acuden los alumnos de 4º año de la carrera a

realizar sus prácticas educativas. En palabras del Maestro Fernando Aragón la problemática se observa en el cambio de la carrera a nivel superior ya que el número en la matrícula de la escuela disminuyó, lo que hizo necesario crear estrategias de difusión y de captación de aspirantes, así como también ofrecer una alternativa para la comprobación de experiencia en un género específico de danza que es uno de los requisitos para presentar el proceso de admisión a la escuela y por último el curso de inducción permite introducir a los aspirantes a la dinámica de enseñanza de la escuela. (F. Aragón Monroy, en comunicación personal, 16 de octubre de 2014).

El curso de inducción se ha ofrecido durante seis ciclos escolares: 2008-2009, 2009-2010, 2010-2011, 2011-2012, 2012-2013, y el que está en curso 2013-2014. (Fuente: Departamento de control y servicios escolares de la ENDNGC 2014).

Cada ciclo escolar comprende un trabajo de 11 meses aproximadamente divididos en dos periodos de agosto-diciembre y enero-junio.

En el primer periodo (2008-2009) se registraron hasta 30 participantes, en el segundo periodo se hizo una evaluación, en primer lugar para decidir quién puede seguir en el curso de acuerdo a los avances obtenidos y en segundo para dar ingreso a participantes nuevos con el fin de mantener un número adecuado de asistentes. Para cada ciclo el proceso se ha repetido, lo que ha permitido tener una afluencia permanente de participantes.

Ciclo escolar.	1er. Periodo agosto-diciembre.	2º. Periodo enero-junio.	Participantes que finalizaron el curso.	Número de ingresos a la licenciatura.
2008-2009	30	-----	8	
2009-2010	26	11	22	
2010-2011	27	16	10	4
2011-2012	29	19	7	5
2012-2013	28	6	20	4
2013-2014	28	7	18	4

*Fuente: Departamento de control y servicios escolares de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello. Marzo 2012.*

En la tabla se observa que el número de participantes al inicio de cada ciclo es superior a 30 y al finalizar sólo una tercera parte de ellos permanece en el curso, lo que indica un alto porcentaje de deserción. Hasta este ciclo escolar no hay un estudio de seguimiento de los participantes, no hay datos que revelen las causas de ésta, sin embargo podemos señalar algunos puntos hipotéticos como, la inconstancia en la asistencia, la indecisión de aplicar para el examen de admisión a la ENDNGC o la repentina decisión de aplicar examen de admisión para otras escuelas, también se ha observado que muchos de los participantes desconocen el plan de estudios y por tanto el enfoque pedagógico de la carrera.

El perfil de egreso de la ENDNGC señala como importantes las siguientes características que los aspirantes deben reunir:

1. Vocación para la danza y la docencia.
2. Aprecio por la cultura en todas sus manifestaciones.
3. Poseer los conocimientos, habilidades y aptitudes que se requieren en la educación a nivel superior.
4. Disposición para la conducción de grupos de aprendizaje desde la educación dancística para su formación en diversos ámbitos acordes al carácter del espacio educativo del que se trate.
5. Capacidad física y psicomotora para la práctica dancística y desarrollo de la técnica de acuerdo a la modalidad que se elija.
6. Demostrar capacidades auditivas para distinguir los elementos musicales con los que se apoya el trabajo dancístico.

7. Demostrar posesión de nociones básicas de música como tiempo, ritmo, compas y fraseo.
8. Disposición para el trabajo en equipo.
9. Habilidad para la comunicación oral y escrita.
10. Experiencia mínima de dos años en danza contemporánea y/o danza clásica para el área de contemporáneo.
11. Experiencia mínima de dos años en danza folclórica y/o danza española para el área de danza folclórica y española. (ENDNGC. INBA, 2006, p. 31)

Lo anterior nos hace ver que es importante inducir a los participantes interesados en cursar la licenciatura en la ENDNGC a una experiencia formal de aprendizaje de la danza contemporánea que incluya los conocimientos técnicos así como elementos de disciplina y actitudes positivas que faciliten su ingreso sin que esto signifique su aceptación de forma segura en la escuela.

Para el primer periodo agosto-diciembre del ciclo escolar 2013-2014 la cantidad de participantes para el examen inicial al curso de inducción alcanzó la cantidad de 57, de los cuales fueron seleccionados 25, en el segundo ciclo comprendido en el periodo enero- junio fueron captados 16, de los cuales se seleccionaron 7.

El grupo final consta de mujeres 12 y 5 varones, de edades entre 18 y 26 años, todos con estudios de bachillerato concluido e interesados en cursar la Licenciatura en la ENDNGC. Al inicio del curso el grupo demostró tener un nivel técnico heterogéneo, la mayoría de ellos no cursaban estudios de danza a nivel formal y en general su conocimiento de técnicas así como de principios de la danza contemporánea eran muy pobres. En cuanto a estructura corporal el 100% presenta limitaciones en elasticidad, flexibilidad y fuerza muscular, así como de resistencia aeróbica. Los resultados fueron

obtenidos de la clase diagn3stica que se aplic3 al principio del ciclo, en la cual se trabajaron contenidos que se revisarían a lo largo del curso.

## *CAPÍTULO 2*

## Capítulo 2

### **El cuerpo humano como unidad integradora de los factores de movimiento.**

Desde la antigüedad la preocupación por el cuerpo ha dado como resultado importantes estudios de la relación del trabajo corporal con los cambios que éste origina en la psique de las personas.

Aristóteles veía en la educación integral de los niños la forma de alcanzar el vigor y la belleza necesarios para la vida futura, creó un método que desarrollaba en los niños habilidades corporales y al mismo tiempo preparaba al niño emocionalmente; esta concepción dual del cuerpo ha sido desarrollada desde entonces y más tarde acentuada por la filosofía cartesiana.

El ser humano ha sido desde entonces dividido en partes que corresponden a una “esfera” de su ser: físico, psicológico o social. El problema de la formación del ser humano ha venido definiéndose desde la antigüedad. Para los griegos la palabra psique significó el estudio del alma como contrapuesta al cuerpo y desde entonces ya algunos veían el alma como un componente físico y otros quienes la concibieron como algo ideal. Es en el renacimiento cuando los estudios sobre el ser humano se centran en el dualismo mente y corporalidad cuya expresión clara es el dualismo cartesiano (alma insustancial y cuerpo regido por leyes mecánicas) tiempo después la creciente y dominante visión escolástica termina por dividir al cuerpo en materia y alma dándole a cada uno un origen distinto y una relación contrapuesta (la lucha del alma por liberarse del cuerpo) (Descartes, R., 1641)

Ya en el siglo pasado la manera de abordar los problemas humanos tuvieron una concepción diferente marcada por el trabajo multidisciplinario, que pretendía dar solución a los problemas desde diferentes puntos siempre en un equipo de trabajo que diera solución a una parte del problema. Así especialistas en medicina, psicología, deporte, etc., trabajaron conjuntamente para un solo caso y dar una solución integral.

Todo esto por supuesto se debió a un entendimiento nuevo y diferente del ser humano, ya no visto como un ser dividido, sino como un ser formado por diferentes esferas claras y definidas que abarcan una parte de su ser (psique, cuerpo material y esfera social) que aunque cada una estudia una parte de él, no es excluyente de las demás, quedando claro que aunque se divida para su estudio el ser humano es uno solo y una parte no puede existir sin la otra y una sola no puede ser la representación de un todo (Escotto, A. 1996)

Esta nueva conceptualización no es solo un nuevo enfoque de estudio para el ser humano sino que a la par se han modificado las formas de abordar los problemas humanos.

Algunas de las nuevas teorías dan solución de una forma integral sin dividir al ser humano de modo que mediante desarrollo de las habilidades motrices se realicen cambios en la psique y que por extensión abarquen la vida social del individuo, por ejemplo el Método Psicoballet en Cuba, la Biodanza en Chile, la Danzaterapia en Argentina; etc. (Brikman, 1975; Chaiklin y Wengrower, 2008; Fariñas, 1993; Gaetner, 2005).

Estas teorías se apoyan en la idea de que el trabajo con el cuerpo produce cambios en la psique entendida como

el conjunto de procesos psicológicos que reflejan la realidad objetiva en el cerebro del hombre mediada por el lenguaje y la práctica histórico-social regulando la

actividad humana por medio de las estimulaciones pasadas (procesos mnémicos y afectivos, predisposiciones inconscientes , aprendizaje), presentes ( procesos perceptuales, conciencia , necesidades, emociones) y/o la anticipación de estimulaciones futuras (procesos anticipatorios como conciencia, pensamiento, voluntad, imaginación, fantasía) (Escotto, 1996, p 20)

Debe quedar claro que éste trabajo debe estar enmarcado en el estudio del desarrollo motriz y en el entendimiento claro de la psique humana, a éste respecto la psicología ha dado ya un avance en cuanto al estudio del hombre como una unidad funcional otorgando al movimiento un papel central en el proceso del desarrollo corporal.

Es gracias al movimiento y sus relaciones con el tiempo y el espacio (físico e histórico) que la persona puede adquirir conciencia de lo que pasa en su propio cuerpo y así desarrollar su esquema corporal.

El esquema corporal es la imagen tridimensional que todas las personas tienen de si mismas, Le Boulch (1987) lo define como

La intuición del conjunto de conocimiento inmediato que tenemos de nuestro cuerpo, en estado estático o en movimiento [imagen kinestésica del cuerpo], en la relación de sus diferentes partes entre ellas y en sus relaciones con el espacio circundante de los objetos y de las personas. Esta noción es el eje de mayor o menor disponibilidad que tenemos de nuestro cuerpo, y eje de la relación vivida universo-sujeto, experimentada afectivamente y en ocasiones de manera simbólica. Expresa el nivel alcanzado por las diferentes funciones psicomotrices en el curso de los estados de desarrollo.

Esta imagen es una continua construcción que tiene su máximo desarrollo en la adolescencia y que puede modificarse.

El trabajo corporal permite conocernos y a su vez tener un conocimiento más cercano de aquello que es externo a nuestro cuerpo. Gracias a la existencia de

este esquema podemos proyectar nuestra postura, movimiento y localización más allá de los límites de nuestro propio cuerpo. La educación del esquema corporal, es la educación de la imagen del cuerpo, del control psicotónico, de la respiración, relajación y equilibrio llevado a los aprendizajes escolares; partiendo desde el punto de vista de que el esquema corporal es la base sobre la que se apoyan las demás adquisiciones especialmente la organización y estructuración espacio-temporal, nos encontramos con la estrecha relación que hay entre imagen y esquema corporal.

La danza en etapas posteriores a la adolescencia puede retomar el papel del desarrollo psicomotriz, probablemente obstruido en edades anteriores, actualizando y potencializando las funciones psíquicas que han permanecido inhibidas o detenidas en su desarrollo empezando a formarse una idea de sí mismo diferente o nueva. Lo que permite hipotetizar que la danza favorece la aparición de emociones, la relación con uno mismo que a su vez despierta funciones psicomotrices a partir del restablecimiento de interconexiones y vínculos internos entre lo corporal y lo psicológico como un todo.

La danza no sólo constituye un mediador sino que por su carácter ontogénicamente movilizador de funciones llega a ser un vehículo importante para el desarrollo psicológico. Para poder entender esto, antes debemos adentrarnos en su estudio no sólo como un arte sino como un lenguaje que ha sido destinado a la expresión de una realidad objetiva, ya que ésta tiene un potencial comunicativo que ha sido aprovechado y desarrollado de diferentes formas en los diferentes momentos históricos reflejado en los múltiples métodos y técnicas de enseñanza pero es su estado intransitivo (es decir visto el movimiento como acción producida y experiencia vivida en el que el movimiento obedece a un fin más allá de lo físico) lo que le da una forma diferente

de transmitir las ideas, es decir la danza tiene un efecto comunicativo emocional-kinestésico.

La danza trata el cuerpo y el movimiento como una unidad que opera por medio de energía integrándolo como un todo: no hay movimiento sin cuerpo y no hay movimiento armónico sin el correcto manejo de la energía contenida en el cuerpo. Para Laban (1991) esta energía

Es el flujo de movimiento que llena todas nuestras funciones y acciones; nos permite descargar tensiones internas perjudiciales, y es un medio de comunicación entre la gente, porque todas nuestras formas de expresión, como el habla, la escritura y el canto, son llevadas por el flujo del movimiento (p. 101)

Laban (2013) desarrolla un estudio extenso del flujo del movimiento y de sus diferentes condiciones mecánicas básicas como resultado de la acción humana, define las cualidades del movimiento mediante factores de peso, tiempo, espacio y flujo controlado.

Las combinaciones de estos factores dan como resultado un movimiento con flujo conducido y/o libre que representará la energía vital interior y que de una forma pueden inspirar estados de ánimo que lo acompañen, estos se sentirán con mayor o menor fuerza según el grado de esfuerzo implicado.

Laban (1975) propone que el movimiento produce una reacción notable en la mente de las personas, de tal forma que mediante el movimiento se pueden inducir emociones.

De forma general lo que podemos concluir es que mediante la danza intentamos refinar nuestro sentido kinestésico al tratar de controlar nuestro flujo de movimiento que

da como resultado el manejo de cualidades de movimiento y un manejo de energía interior que nos posibilita la autoconciencia en un medio social y objetivo que al final redundara en la formación o cambio de nuestro esquema corporal.

## **2.1 El bailarín poseedor de un cuerpo expresivo.**

Al final de la prepubertad todas las etapas de formación de la inteligencia sensoriomotriz deben de estar desarrolladas a la par de una integración de la personalidad a la realidad social.

Zapata y Aquino (2003) proponen el esquema corporal como una imagen tridimensional que se estructura de la siguiente forma:

*La vivencia de la postura y del movimiento en el espacio.*

Esta supone que el movimiento ayuda al cuerpo a conocerse a sí mismo y a dominarse, colocando al cuerpo en una relación dialéctica, si se domina el movimiento corporal se desarrolla el esquema corporal y entre más desarrollado se encuentra el esquema corporal, mejor se dominan los movimientos.

Las percepciones exteriores o exteroceptividad que se refiere a todos los estímulos recibidos por los órganos sensoriales (oído, vista, gusto y sensibilidad cutánea).

La información proveniente del interior del cuerpo que es el conocimiento perceptivo de la posición corporal transmitido por los músculos, tendones, ligamentos y articulaciones.

Le Boulch (1997) propone cuatro factores para el trabajo del esquema corporal:

- Afirmación de la lateralidad y orientación del esquema corporal.

- Conocimiento y toma de conciencia de las diferentes partes del cuerpo a partir de una postura global fácil de mantener.
  - Miembros superiores.
  - Eje corporal.
  - Cintura escapular.
  - Cintura pélvica y miembros inferiores.
- Toma de conciencia de la globalidad de las actitudes asociadas con desplazamientos segmentarios.
- Asociación de la conciencia segmentaria en posición acostada con trabajo respiratorio y relajación.

Percibir al bailarín sólo como un cuerpo humano que tiene como fin último crear proezas físicas, es una noción equivocada, esto supondría su división entre su ser, lo que piensa y lo que hace; un bailarín ejecuta, piensa, siente y expresa todo él al mismo tiempo. Entender esto nos coloca inmediatamente en la idea de que el bailarín es un todo expresivo (Garrido, 2000) La danza más allá de una práctica física es una acción en la que el ser humano esta, intelectual y emocionalmente comprometido.

La forma en como el bailarín se ve a sí mismo cambiará toda su conceptualización del movimiento (cómo, hacia donde, con qué fin y con quien se mueve), el aspecto de más importancia en el estudio del cuerpo humano como materia prima para la danza es el reconocimiento de su constitución y de cómo ésta interviene de forma totalitaria.

Para Schilder (1989) las acciones humanas sobre el propio cuerpo tienen el fin de modificarlo, generalmente de forma violenta (vestidos, perforaciones y mutilaciones

son los ejemplos más claros) sin embargo la modificación de la imagen del cuerpo incluye todo tipo de trabajo físico (fisicoculturismo, gimnasia, yoga, danza), todo ello considerado como parte de la cultura del cuerpo, como un continuo juego con el cuerpo y su esquema.

Aunque el desarrollo del esquema corporal se encuentra desde el nacimiento, se comienza a afirmar a partir de los 18-24 meses cuando el niño es capaz de interiorizar acciones y reforzar la imagen mental de sí mismo, que depende de los contactos físicos con otras personas quienes ejercen acciones sobre él y de las relaciones objetales con el mundo exterior.

Para Piaget antes de esto el niño vive su cuerpo como un objeto que no se diferencia de los demás y que de forma permanente no existe (Piaget en Durivage, 2002), con el tiempo el niño ira encontrando refuerzos mediante actos voluntarios y la aparición del lenguaje facilitara el reconocimiento anatómico y las relaciones entre las partes de su cuerpo. Es hasta los siete años que los niños han alcanzado una correcta orientación espacial como para representar relaciones entre objetos, y entre estos y sí mismo, la forma en cómo proyecta estas relaciones le ayudará a tener una coherente idea de sí mismo. Pero en la adolescencia es donde el esquema corporal encuentra su punto máximo de afirmación condicionado por la configuración física externa y por el funcionamiento del propio cuerpo, además de los factores de percepción óptica y cinestésica que se verán reforzados por la necesidad de compararse con el modelo socialmente aceptado (Zapata, 2003; Shilder, 1898)

Una manera de cambiar la forma en que el individuo se concibe es mediante el debilitamiento de la idea de la rigidez del cuerpo, esto se logra cambiando el modelo del propio esquema corporal, cada vez que nos movemos mantenemos una idea de lo que es nuestro cuerpo pero se modifica o se funde en uno nuevo, dado que la danza

se sirve del movimiento llevado a sus límites (lo extra cotidiano), la tensión y relajación de los músculos que mueven al cuerpo a favor y en contra de la gravedad, a favor y en contra de los impulsos centrífugos , ejercen una enorme influencia en el esquema corporal (Schilder, 1989) y este a su vez nos lleva a un cambio en la actitud Psíquica.

Entonces la idea que tenga una persona sobre su esquema corporal definirá la forma en que se relaciona con el mundo y estas relaciones tenderán a cambiar su psiquismo en una simbiosis.

## **2.2 Los factores del movimiento en la danza contemporánea.**

Hasta el siglo XIX el ballet clásico había dominado las esferas artísticas, así mismo se había convertido en el código de referencia para ejercer la actividad dancística y por sobre todo para entender el cuerpo humano como un objeto cargado de un misticismo casi inalcanzable reforzado por el virtuosismo y por el hedonismo. Es indudable la influencia de la nobleza que hace de la danza una actividad elitista a la que sólo se podía aspirar si se pertenecía a un grupo social acomodado, recordemos que el objetivo inicial del ballet clásico era el de entretener y divertir a la nobleza; por lo que era una actividad programada y atractivamente fina, en las cortes se organizaban actividades en las que los maestros, coreógrafos y bailarines resultaban la principal atracción.

La aparición en los escenarios de Isadora Duncan, que con sus ideas de dotar a la danza de códigos más naturales que comunicaran las pulsiones del alma es un parteaguas en la historia de la danza ya que el enfoque se centra en demostrar las innumerables posibilidades del cuerpo para esto.

Así lo importante ahora sería desarrollar una danza “más libre”; pero son en realidad Ruth Saint Denis, Ted Shawn y Loie Fuller quienes desarrollan un verdadero movimiento dancístico innovador y libre, así mismo dos alumnas de la escuela “Denishawn” (Martha Graham y Doris Humphrey) serían las que pusieran en marcha un verdadero género: la danza moderna. (Colomé, 1989; Graham, 1995; Ruíz, 1991; Lewis, 1994)

En Europa al mismo tiempo ocurrían nuevas búsquedas con Rudolf Von Laban, Mary Wigman y Kurt Joss.

La danza moderna introduce por completo una nueva forma de concebir al cuerpo humano y nuevas formas de adiestramiento, alejándose por completo de las formas codificadas por el ballet clásico.

En México la danza moderna se desarrolló de forma muy importante entre 1940 y 1960, personajes como Waldeen, Ana Sokolow (quienes siembran el lenguaje de la danza moderna) Guillermina Bravo, Josefina Lavalle, Valentina Castro, Guillermo Arriaga, Xavier Francis, etc., crearon un verdadero movimiento de danza moderna que además estuvo cargado de un nacionalismo puro. (Lavalle, 2002; Durán, 1900)

La danza contemporánea deriva del movimiento de la danza moderna, ésta ha sido un poco difícil de definir ya que su mismo nombre indica un intransitividad infinita, que tendrá como característica la capacidad de reflejar el espíritu de los tiempos. De forma estricta el término “contemporánea” significa que pertenece a la misma época, de manera que la danza contemporánea debería incluir al ballet en sus formas presentes (Glasstone, 1997).

Para Lin Durán (1993) la danza contemporánea tiene las siguientes características:

- Es una manifestación escénica.
- Es independiente (en el lenguaje corporal-coreográfico) respecto de los demás lenguajes artísticos, sin dejar de integrarlos como elementos estructurales de apoyo.
- Se basa en un principio estructural de interacciones dinámicas.
- Produce sus propios significados, en tanto que interpretación simbólica de la realidad.
- Maneja los aspectos identificadores de la cultura en la que se gesta y se produce la obra coreográfica.
- Sus recursos expresivos avanzan conforme avanza la ciencia, la tecnología, las ciencias sociales y los impulsos colectivos e intenta dar una respuesta creativa a cada problema artístico que plantea el mundo contemporáneo (p.97).

En pleno siglo XXI son tan innumerables las técnicas, métodos, estilos o sistemas que se encargan de entrenar o preparar al cuerpo para la actividad dancística que sería difícil tratar de englobar las características de todas ellas, sin embargo residen en todas principios que son inherentes al trabajo del cuerpo y que como principios básicos definen y encausan el trabajo del cuerpo sobre bases iniciales que deben alcanzarse antes de pretender que el cuerpo pueda realizar un verdadero trabajo dancístico. Para Laban (2013) los elementos más importantes para el trabajo corporal en danza son:

- Tiempo.

El ser humano posee un ritmo interior que marca su vida, la respiración y el ciclo de circulación de la sangre por su cuerpo son un ejemplo. Esta capacidad natural en el cuerpo humano también se ve influida por el ciclo de rotación de la tierra (día-noche) y nos muestran el estrecho vínculo entre el ser humano y el universo.

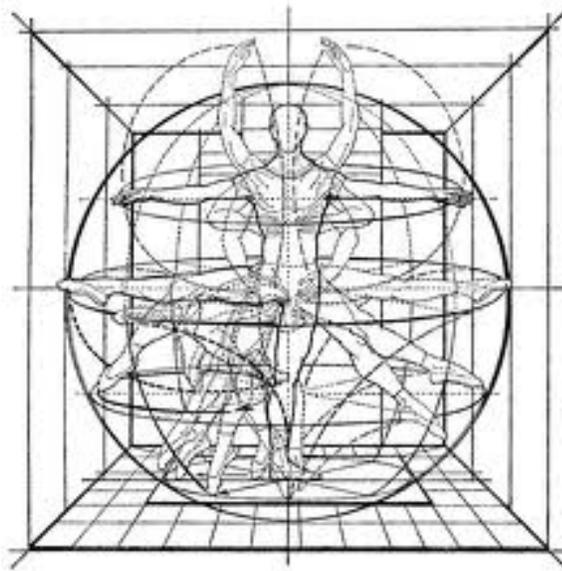
El tiempo en la danza es la capacidad de adaptar el movimiento a un ritmo (Durivage, 2002) y tiene la cualidad de ser medido y cuantificado y se estructura desde la repetición, la orientación espacial y las nociones temporales.

Pero también escénicamente en la danza el tiempo deja de ser el regular de la vida cotidiana para volverse relativo se acorta o se expande creando una compleja relación entre el espacio y el movimiento y entre el bailarín y el espectador, ritualizando el momento y creando una forma de comunicación (Cardona, 2000; Garrido, 2000)

En la clase de danza el tiempo se trabaja en relación con la percepción de la duración de cada secuencia, en relación con la percepción de las estructuras rítmicas del movimiento y en la aplicación de las dinámicas en los ejercicios.

- Espacio.

Para Mary Wygman (2002) el espacio es el ámbito de la actividad del bailarín “le pertenece porque es él quien lo crea y le da vida en la dimensión imaginaria”, para Laban es el lugar donde se inserta el movimiento y lo representa para su estudio en la kinesfera (esfera del movimiento) (figura 1); sin embargo también diferencia de éste al espacio general que es todo lo que está fuera de la kinesfera y donde ésta puede trasladarse (Cámara e Islas, 2007)



**Figura 1** Kinesfera. Tomada de <http://circlesofjoy.org/dance-composition-an-introduction/>

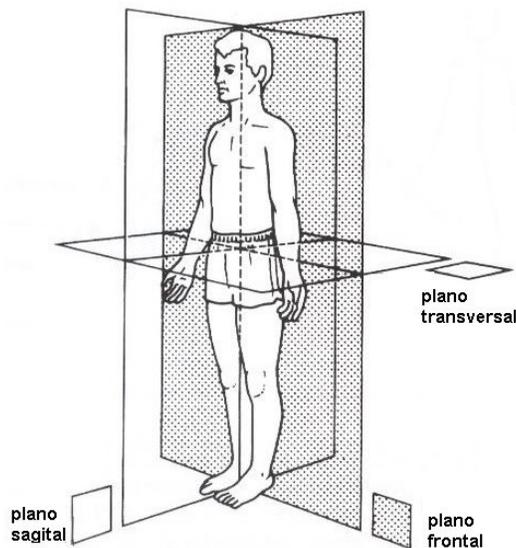
En la danza contemporánea la noción de espacio posee tres dimensiones en las que el cuerpo humano puede prolongarse y se logra a partir de la afirmación de la representación mental de los ejes. En este sentido el espacio representa una red en la que los objetos establecen relaciones ordinales entre ellos (Le Boulche, 1987)

Las principales referencias se representan por el plano transversal y el plano frontal (Figura 2) que permiten establecer las siguientes relaciones en un sistema de coordenadas:

- Arriba – abajo.
- Adelante – atrás.

Un tercer eje, sagital, que nos proyecta la profundidad establece las siguientes coordenadas y establece la siguiente relación:

- Izquierda - derecha.



*Figura 2 Las tres dimensiones en las que el cuerpo adquiere su volúmen. Tomado de <http://biologiapuntocom.blogspot.mx/2010/04/planos-de-seccion-del-cuerpo-humano-los.html>*

La construcción de la noción espacial depende de la capacidad de manipulación de los ejes y de sus relaciones, lo que indica una construcción de un universo exterior en el cual el bailarín se encuentra como elemento principal en la relación con los otros objetos existentes en este universo (Le Boulche, 1987)

Este espacio adquiere distintos valores de acuerdo a los movimientos del bailarín, quien da dirección, volumen y densidad a la forma, esta acción pone en juego una compleja relación del espacio el tiempo y la energía liberada.

Cunningham (2009) concibe al espacio como un elemento escénico relativo, no existe para él un centro o un punto fijo, cualquier lugar puede ser un centro; con esta idea podemos concluir que el espacio escénico no es un lugar estático, sino que cambia en esta relación y al mismo tiempo el bailarín mueve el espacio junto con su cuerpo, el bailarín lo crea o lo recrea por mejor decirlo.

- La energía como expresión del peso del cuerpo.

Un bailarín debe ir de lo cotidiano a lo extracotidiano, encontrar la forma en que el gesto corporal se convierta en una impresión comunicativa y que transmita no sólo una idea sino que deje saber al espectador que por un momento el cuerpo se llena de sentido, o como lo llama Dallal (1996) de intensidad, carga, acento; es decir de energía.

Este elemento de la danza se alcanza como el resultado del trabajo globalizador de los elementos anteriores y es resultado de la sensación de movimiento en el cuerpo (Cámara e Islas, 2007), su definición puede tomarse desde el termino biológico que indica que la energía es la cantidad de fuerza desarrollada gracias a la combustión interna de los órganos del cuerpo gracias a los alimentos (Cámara e Islas, 2007). Sin embargo sea cual fuere el término usado; en el trabajo dancístico la energía se convierte en el impulso del movimiento. Un bailarín debe aprender a controlar su energía tomando en cuenta que cada movimiento exige un manejo de la energía de acuerdo a su complejidad, a su cualidad y su sentido anímico; es por esto que para Cunningham lo esencial en el aprendizaje de la danza no sólo era prepararse para tener un cuerpo flexible y para que la mente controle de forma consciente el cuerpo sino también para poder liberar la energía en el instante deseado.

Estos elementos integrados en un programa que trabaja los principios básicos de la danza contemporánea buscan situar al alumno en el principio de un trabajo consciente lo que el profesor pretende es ir conformando pequeñas unidades de trabajo (ejercicios o secuencias) que incluyan uno de los elementos como eje principal de trabajo sin olvidar

que todos los elementos están presentes, pero se hace énfasis en uno para organizar y trabajar en un propósito específico. Cada movimiento tiene su forma, su tiempo, su espacio y su energía como resultado cada movimiento tiene una cualidad propia, así el movimiento se despoja del gestualismo innecesario y cobra una nueva realidad, una realidad propia que no necesita de la actuación para ser, creando su propia dramática.

Esto por supuesto reincide en el esquema corporal ya que los movimientos adquieren un significado final solo en relación con el modelo postural que tiene el cuerpo de sí mismo (Schilder, 1989) y deja de tener un significado menos asociado a la acción y se acerca más a un efecto o a un estado anímico (Cámara e Islas, 2007).

### **2.3 La aplicación de los factores de movimiento en la clase de danza contemporánea.**

Una clase de danza es una estructura mínima dentro de un programa de enseñanza, y contiene es si misma todo el sentido del objetivo general del curso; esta estructura está determinada en forma general por la concepción que se tiene del cuerpo y la técnica.

Desde esta óptica todos los elementos que se circunscriben en el ámbito de la enseñanza de la danza tienen un significado especial y una concepción específica, dado que esto explicaría los resultados técnicos y expresivos.

Desde los inicios de la danza moderna el aprendizaje y uso de la técnica de danza no se ha limitado sólo a la experiencia del virtuosismo, de hecho en sus primeras investigaciones corporales Martha Graham, Doris Humphrey, José Limón entre otros

comenzaron a indagar sobre aspectos orgánicos que dieran como resultado la expresividad del movimiento, transformando al cuerpo humano en la materia prima óptima de la danza; la respiración para ellos fue fundamental en la generación de impulsos y de energía para moverse. El uso de la respiración los llevó a descubrir una cualidad diferente de movimiento; para Graham la respiración dio como resultado la concentración y liberación de energía convirtiéndola en contracción-release; a Humphrey y Limón los llevó a desarrollar la idea de la suspensión que después se convertiría en caída-recuperación. Ambas investigaciones dieron como resultado dos técnicas completamente diferentes en cualidad que sin embargo conservaron ideales técnicos y estéticos definidos, que mediante ejercicios específicos desarrollaba los elementos del movimiento (fuerza, flexibilidad y elasticidad)

Más tarde la evolución de la danza moderna permitió concebir al cuerpo como una estructura física que es capaz de repetir un sistema de códigos y que mediante ello se convierte en una herramienta para el coreógrafo. Se dirigió el proceso de enseñanza aprendizaje a recrear un cuerpo inteligente en el que la ejecución correcta y virtuosa cobraba un papel importante. Merce Cunningham fue uno de los principales exponentes de la danza contemporánea, llevando sus ideales estéticos y de construcción coreográfica al desarrollo de una técnica propia. Cunningham desarrolló su propia técnica basada en las posibilidades de movimiento del torso en combinación con el manejo de las piernas y los brazos. Para Cunningham el movimiento por sí mismo era el material para la danza, por lo que coreográficamente prescindía de la dramaturgia o la interpretación, para lo que llevaba a sus bailarines a la complicación del movimiento por medio de complicadas combinaciones en el tiempo y en el espacio, con esto lograba que los bailarines se concentraran en la ejecución y olvidaran por completo la interpretación.

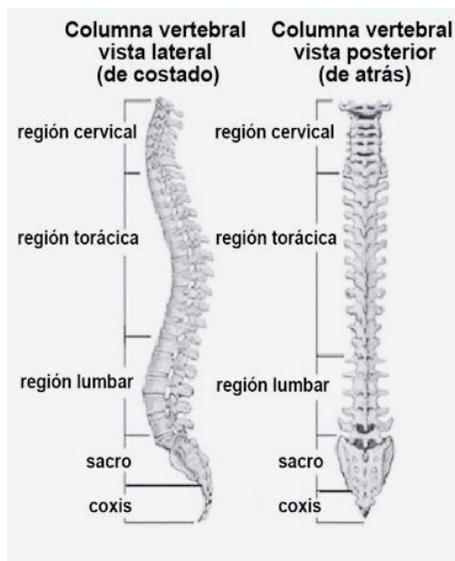
En lo personal la danza es sin duda un arte que lleva implícito la idea de la expresión individual por medio del cuerpo y que no puede prescindir de la técnica ni de la interpretación, por lo que el estudio de las dos áreas es importante en una clase de danza.

La interpretación se logra desde el manejo de diferentes cualidades del movimiento que le dan un sentido a la técnica dotándola de texturas y sensaciones.

Decidí trabajar con elementos de dos técnicas para estructurar el programa; de la Técnica Limón retomo el uso de la respiración, la suspensión y el manejo del peso en el cuerpo y de la Técnica Cunningham retomo el trabajo del eje en el centro y el uso de las posibilidades del torso; al mismo tiempo dirigí el trabajo a un elemento común a ambas, las fuerzas de oposición como integradoras de energía.

*Alineación postural en el eje vertical como resultado de los factores espacio y energía.*

Sin duda uno de los elementos que permitió al ser humano desarrollarse de la forma en que lo ha hecho es su postura en el eje vertical. Durante el desarrollo embrionario y fetal la columna es completamente cifótica, después del nacimiento la columna va tomando forma adecuándose a la postura y al movimiento corporal resultado del fortalecimiento de los músculos, en la edad adulta de vista lateral la columna vertebral forma un arco plano en forma de doble S.(figura 3).



*Figura 3 Lordosis natural de la columna vertebral. Tomada de <http://www.spineuniverse.com/espanol/anatomia/columna-vertebral>*

La postura erguida es un estado de equilibrio que se alcanza gracias a la percepción de las fuerzas gravitatorias y propias, una postura normal se alcanza cuando la columna lumbar muestra una lordosis, es decir, se curva hacia delante, los músculos abdominales sujetan la columna lumbar por delante y evita que la lordosis se marque en exceso.

Para el trabajo dancístico la columna es parte fundamental como elemento que sostendrá el cuerpo y como origen de todo movimiento.

Para esto se necesita de una postura de la columna lo más cercana al eje de gravedad, que cae de forma perpendicular a la línea de la tierra o el suelo, con esto se debe localizar una línea imaginaria que atraviesa la cabeza, pasa por la oreja, el hombro, la cadera, la rodilla y por ultimo cae en el centro del pie o el maléolo; esta postura no debe de exigir más energía de la necesaria, para lo que es necesario ubicarla en las partes del cuerpo de forma precisa.

En este caso el peso del cuerpo debe ubicarse sobre los pies, de forma más precisa en los tres puntos de apoyo ubicados uno en el talón y dos en los extremos del metatarso (figura 4) En esta posición la energía se convierte en la función tónica del cuerpo que está destinada a mantenerlo listo para responder a cualquier estímulo, aunque esto no se traduzca en desplazamientos o gestos.



*Figura 4 Puntos de apoyo del pie. Eustorgio Guzmán Sanvicente.*

Después de que en el entrenamiento se ha alcanzado esta postura es necesario pasar al siguiente nivel postural que exige al cuerpo mantenerse en una actitud física, que lejos de ser natural mantenga una serie de tensiones específicas de diferentes músculos capaz de comunicar un sentido de energía vital y alerta al movimiento. Los tres elementos a trabajar en esta posición son: ubicar el peso del cuerpo en los dos puntos metatarsianos del pie (que dará la sensación de estar listo para el avance, la carrera o el salto), la sujeción de los músculos glúteos (que coloquen la pelvis hacia delante) y el último punto que consiste en sujetar los músculos abdominales llevándolos hacia la región torácica (Cámara e Islas, 2007). Estos tres elementos darán al cuerpo una sensación de constante crecimiento prolongando la energía más allá de sí, como una lucha entre la energía de gravedad y la resistencia hacia arriba.

Con el trabajo de estos elementos se logra la postura del bailarín de danza contemporánea que le da una atmósfera de vida en vibración y un sentido de fortaleza y poder corporal (Guerra, 1980)

Las dos técnicas inician el trabajo en clase desde el centro con el objetivo de dotar de fuerza a las piernas, a la espalda y a la pelvis; al mismo tiempo que desarrolla fuerza y conciencia en los brazos.

Los ejercicios iniciales tienen como objetivo calentar toda la columna conectándola con las piernas manteniendo la pelvis siempre en el eje, esto logra centrar al cuerpo sin ningún tipo de apoyo a diferencia del trabajo en barra y concientizar la sucesión del movimiento a través de la columna integrando el peso de la cabeza como motor de movimiento. Para las dos las extremidades son extensiones del torso por lo que el movimiento de éstas son el resultado del movimiento del torso.

#### *El uso del tiempo como estructura rítmica.*

Como ya lo hemos visto el tiempo como un factor del movimiento nos da la velocidad de ejecución de un ejercicio y dota a éste de cualidades diferentes. Mary Wigman (2002) concebía la danza como un arte del tiempo que necesitaba de éste no sólo para dar estructura a un ejercicio o coreografía sino también para darle sentido rítmico al movimiento de modo que éste dotara a los ejercicios de una pulsación específica, acentos, momentos de respiración y suspensión.

El tiempo en el espacio nos marca la velocidad a la que se mueve el cuerpo es decir cuánto tarda en llegar de un lugar a otro. En la clase de danza contemporánea di mucha

importancia al uso de la música grabada para acompañar la ejecución de los ejercicios, ya que no contaba con acompañante de música en vivo dediqué una parte de la preparación de las clases a encontrar una pieza adecuada para cada ejercicio que acompañara el movimiento y que le diera una cualidad específica marcada por el compás, procurando usar piezas que tuvieran un pulso muy claro para facilitar que los alumnos la pudieran entender y seguir. Retomando las ideas de Limón y Cunningham en cuanto al uso del tiempo procuré utilizar diferentes compases (3/4, 4/4, 5/4, 7/4) para dar dificultad a los ejercicios aunándolo a la velocidad que podía ser lenta o rápida. Esta combinación nos daba como resultado el trabajo de dos cualidades diferentes ligada y atacada que podía trabajarse individualmente o combinadas en los ejercicios. Por una parte lográbamos trabajar la musicalidad, que se transcribía en un trabajo armónico completo del cuerpo parafraseando a Limón “como una orquesta”. En otro sentido el trabajo del tiempo en cada ejercicio nos permitió trabajar el entrenamiento neuromuscular, es decir cada ejercicio tenía un tiempo especial para poder fortalecer un grupo muscular específico.

*La kinesfera y el espacio general como dimensiones habitables del movimiento.*

La danza es el resultado del cuerpo humano moviéndose en el espacio, este responde a la necesidad de la existencia misma, darle continuidad mediante el desplazamiento o los movimientos casi imperceptibles que realizan nuestros músculos para mantenernos en equilibrio cuando estamos de pie. Desde esta posición simple el cuerpo humano posee un espacio propio (la kinesfera) pero el ser humano mismo es espacio, es materia en tres dimensiones habitando el universo (espacio general). Como uno de los factores del movimiento el espacio es el lugar que transforma y es transformado por el bailarín.

En la clase de danza se da importancia primordial a la colocación correcta del cuerpo en el eje vertical atendiendo a la necesidad del cuerpo para mantenerse de pie y desplazarse en el espacio, sin embargo no debemos olvidar que el movimiento se realiza en tres planos (coronal, sagital y transversal) por lo tanto se debe pensar en el cuerpo colocado en todos los ejes correctamente. La idea general que se trabaja desde la imaginación kinestésica es la idea de las fuerzas opuestas para crear sensación de volumen y alargamiento. José Limón habla de estas fuerzas opuestas como la forma de usar el cuerpo de manera completa para crear la sensación de longitud y estiramiento en un movimiento, para lo cual colocaba cinco puntos imaginarios en el cuerpo: uno en la cabeza y uno por cada extremidad del cuerpo (Lewis, 1994).

## *CAPÍTULO 3*

### **Capítulo 3 Estructura de la clase de danza contemporánea en el curso de inducción: un espacio para la mediación del aprendizaje del movimiento.**

En forma general la evaluación inicial da cuenta de la heterogeneidad de conocimientos y de capacidades físicas de los participantes en el curso de inducción. El desafío al que me enfrenté como docente fue reflexionar cómo podía mejorar el aprendizaje de los alumnos partiendo de que la mayoría de ellos no ha experimentado algún tipo de aprendizaje formal de la danza por lo que sus capacidades físicas están poco desarrolladas y su nivel técnico está por debajo de lo esperado.

Partiendo de los principios pedagógicos desarrollados por Jean Piaget y Vigotsky, el desarrollo de la clase se basó en los siguientes supuestos:

- a) El proceso de enseñanza-aprendizaje está estrechamente relacionado a la forma en cómo se organiza el conocimiento.

El conocimiento forma estructuras cognitivas que están relacionadas entre sí y que conforman la construcción de la realidad objetiva del mundo, estas estructuras mantienen una relación dialéctica, lo que significa que continuamente se afectan unas a otras.

Cada estructura se activa cada vez que una nueva información incide con ésta lo que hace que todo el conocimiento necesario para realizar una nueva actividad esté lista para enfrentarse a esta nueva tarea. Lo que significa que todas las estructuras cognitivas en la actividad psíquica están estrechamente relacionadas materialmente y funcionalmente y se afectan unas a otras, reorganizándose o reconstruyéndose cada vez que una nueva estructura se presenta; lo que en forma práctica nos lleva a seleccionar y organizar la información de forma que sea fácilmente identificable. Esto incluye la dosificación, secuenciación, la suma y la

relación que existe entre todos los elementos que se trabajan en la clase (respiración, fuerzas opuestas, gravedad, espacio). Otra ayuda importante es enseñar a los alumnos a identificar la relación entre todos los ejercicios para que puedan entender cuál es el objetivo que tienen que lograr y qué es lo que tienen que modificar para poder hacerlo.

- b) En el proceso de enseñanza aprendizaje se debe tomar en cuenta el nivel de desarrollo de los participantes de tal manera que el conocimiento se ajuste a su estructura cognitiva.

Los estudios del desarrollo en las obras de Piaget (1999) y Vigotsky (2004) son fundamentales para la pedagogía ya que con base en ellos se pueden fundamentar los procesos de enseñanza-aprendizaje desde una perspectiva mucho más amable que considera a cada individuo como parte de una especie, con el mismo proceso evolutivo y al mismo tiempo como un individuo influido por las estimulaciones de su entorno. De esta forma cada persona aprende de acuerdo a las habilidades de pensamiento que caractericen la etapa de desarrollo en la que se encuentre y desarrollará su potencial de acuerdo a la estimulación que reciba de sus padres, maestros o compañeros. Esto nos lleva a que el desarrollo de las actividades en la enseñanza deben de ser lo suficientemente interesantes y adecuadas de tal forma que representen un reto a las habilidades intelectuales y motrices de los alumnos, mediante la exploración, la interacción y otros mecanismos que pongan en marcha la iniciativa propia, en este caso para el movimiento del cuerpo.

- c) El proceso de enseñanza-aprendizaje es cooperativo, de tal forma que las experiencias de todos los participantes son relevantes.

El aprendizaje es siempre social, si bien es cierto que son necesarias las estructuras biológicas (Sistema Nervioso), si no existe estimulación exterior, éstas no logran desarrollarse adecuadamente, cada persona aprende diferentes valores, actitudes o aptitudes del grupo social al que pertenece por lo que cada persona influye a las demás. En un salón de clase existen dos tipos de relaciones principales; alumno-profesor y alumno-alumno (iguales) la primera dirige las actividades generales de un grupo, el maestro organiza la información que se dará en clase, además de proponer estrategias didácticas que facilitarán el aprendizaje de los alumnos, en este sentido un profesor de danza tiene como principal herramienta la demostración práctica y la explicación verbal de los ejercicios que los alumnos realizarán, así como de las acciones que los alumnos deben implementar para mejorar su ejecución y la resolución de las dudas que éstos puedan tener con respecto a las actividades, el profesor como guía es a lo que se refiere Gardner (2005) cuando habla de enseñanza como una de las formas para el desarrollo de las aptitudes artísticas en las personas. En cuanto a la relación de alumno-alumno cada sujeto puede aprender también observando al otro, lo que permite una identificación y reconocimiento del propio cuerpo a través del otro, así mismo se crean lazos emocionales que dan a la interacción corporal un sentido diferente en cuanto a que los afectos inciden en la forma en cómo aprendemos (Hannaford, 2008; Wengrower y Chaiklin, 2008)

- d) El aprendizaje es siempre motivado y puede mejorarse partiendo de la zona de desarrollo proximal de los participantes.

A diferencia de Piaget (1999), Vigotsky (2004) propone que el aprendizaje no sea lineal y que no necesariamente se pase de un grado menor a uno mayor, incluso una persona puede detenerse por un tiempo en su aprendizaje e incluso retroceder y esto puede

depender de ciertos criterios. El proceso personal de aprendizaje sigue fundamentalmente el principio de desarrollo intelectual que determina el momento idóneo para aprender algo, esto implica que exista un tipo de interacción especial entre los alumnos y el aprendizaje nuevo, el profesor debe hacer un análisis para tener una idea clara de aquello que son capaces de hacer por sí mismos, sin ayuda, y de aquello que podrían realizar con ayuda adecuada, ésta es la idea principal de la zona de desarrollo proximal que nos habla de establecer un rango en términos pedagógicos de aquello que podemos exigirle al alumno, y además nos permite realizar una evaluación dinámica del aprendizaje (García,2006)

Para la clase de inducción de danza contemporánea he decidido trabajar en una estructura fija de clase que consiste de los siguientes elementos: concientización del cuerpo, ejercicios de centro y desplazamientos (laterales, diagonales y circulares) siempre en ese orden.

### **3.1 Concientización del cuerpo.**

Al iniciar la clase lo que busco es que cada alumno tome conciencia de la colocación de su cuerpo; en posición paralela con el peso del cuerpo correctamente colocado en toda la planta del pie, poniendo énfasis en los puntos de apoyo y en la fuerza necesaria para mantener los arcos de los pies elevados. No dejo de lado la respiración, pues la considero como un elemento que debe trabajarse de manera consciente para dar cualidad al movimiento.

Este ejercicio al inicio de la clase tiene como objetivo colocar al cuerpo en un estado de atención más que de estirar y calentar músculos y articulaciones, en este sentido la secuencia usa movimientos de aislamiento de las partes del cuerpo que le

dan sensación de peso usando la respiración y también pequeños desplazamientos como primer contacto con el espacio, llevando al cuerpo de un lugar a otro, de un nivel a otro y del eje vertical al horizontal. El ejercicio se repite en dos diferentes velocidades usando un compás ternario para ayudar con la sensación de circularidad y pesadez del movimiento.



*Imagen 1 Alargamiento de columna usando el peso del cuerpo a favor de la gravedad. (Fotografía Eustorgio Guzmán S. diciembre 2013)*

### **3.2 Centro.**

El trabajo del centro en la clase de danza es el momento en el que el cuerpo se comienza a trabajar de una forma más dirigida para alinearlo en el eje vertical correctamente, para calentar los músculos y darle movilidad a las articulaciones.

Lo que se busca es dar control y fortalecimiento a los músculos desarrollando secuencias de ejercicios alternados de alineación y de soltura. Se trabajan principios básicos de dos técnicas; Técnica Limón Y Técnica Cunningham. Los contenidos utilizados en esta parte de la clase son: el movimiento de la columna vertebral en curvas

y arcos, en diferentes ejes y direcciones. Se trabajan movimientos como: tendus, pliés, relevés y extensiones para las piernas y ports de bras en diferentes direcciones para los brazos. En esta parte de la clase se da mucha importancia al uso del espacio, tanto personal como general para lo que se trabaja la idea de fuerzas opuestas en el cuerpo para darle volumen y pequeñas trayectorias, desplazamientos, giros y pequeñas caídas en el espacio general. El uso de la música en diferentes compases y velocidades nos permite trabajar el movimiento dándole cualidades lo que lleva a los alumnos experimentar el ritmo como un elemento importante en la danza.



*Imagen 2 Alargamiento de columna lateral usando fuerzas de oposición en el centro.*

*Fotografía Eustorgio Guzmán S. diciembre 2013*



*Imagen 3 Alargamiento de columna en posición horizontal, las piernas se encuentran en segunda en rotación y los brazos en segunda. Fotografías Eustorgio Guzmán S. diciembre 2013.*

### **3.3 Desplazamientos en el espacio.**

En esta sección de la clase se desarrollan secuencias de locomoción como principio importante en el movimiento en el espacio, que sustenta todas las formas consecuentes de desplazarse, caminatas (pasos), caminatas en plié, con cambio de direcciones y en diferentes direcciones, carreras, caídas, saltos, colapsos, cambios de peso y giros. Todos los contenidos trabajados en el centro piso y barra se incluyen en esta sección dándoles un carácter de movimiento bailado y obteniendo una dificultad mayor, para lo que la música juega un papel importante indicando el tiempo y la velocidad de ejecución además de la cualidad del movimiento requerida.

El uso del espacio general toma mayor importancia ya que mi intención es que los alumnos comiencen a vivirlo como un lugar habitable para el cuerpo y como la inducción al trabajo escénico.



*Imagen 4 Extensiones en adagio en el espacio. Fotografía Eustorgio Guzmán S. diciembre 2013.*



*Imagen 5 Caída lateral al piso en el espacio. Fotografía Eustorgio Guzmán S. diciembre 2013.*

La siguiente propuesta de clase de danza contemporánea responde a la necesidad de contar con una clase que permita a los participantes tener una experiencia formal de aprendizaje así como adquirir elementos técnicos, el eje rector de la clase es el aprendizaje del alumno y la forma en cómo se integran los diferentes elementos físicos y cognitivos.

La clase entonces propone el siguiente manejo metodológico de los contenidos:

- Comenzando con el conocimiento de su propio cuerpo, la experimentación del peso y la concientización de su respiración.
- Dosificación de contenidos de lo simple a lo complejo.
- Integración de los contenidos en propuestas de ejercicios.
- Integración de los elementos espacio, tiempo, energía.

**Plan de clase Curso de inducción de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello.**

Población: Jóvenes de 17 a 25 años.

Profesor: Eustorgio Guzmán Sanvicente.

Fecha: Noviembre 2014.

Objetivo: Los alumnos integrarán los factores de movimiento en secuencias propuestas por el profesor para desarrollar cualidades de movimiento.

Estructura de clase	Tiempo estimado	Actividad	Descripción de la actividad y/o ejercicios	Recursos didácticos	Evaluación
Inicio de clase	5 minutos	Respiraciones conciencia corporal.	En posición paralela y el cuerpo completamente relajado se pone énfasis en la respiración profunda y controlada, indicando tensión al inhalar y relajación al exhalar.	Música tranquila	Profundizar la respiración y hacerla consciente. Diferenciar entre fuerzas opuestas y relajación.
Centro	55 minutos aproximadamente.	Calentamiento inicial.	Calentamiento basado en cambios de peso, articulación de la columna y respiración. El movimiento es circular integrando y seccionando todas las partes del cuerpo.	Música en ¾. En dos distintas velocidades.	Se observará el desplazamiento del cuerpo con sensación de pesadez y el uso de la respiración.
		Calentamiento de espalda.	Ejercicio que se realiza en posición paralela y segunda posición abierta. 16 rebotes con la espalda curva hacia delante, flexionando las rodillas en cuatro tiempos y rebotes con flexión hacia los dos lados.	Música en 4/4. Velocidad media.	La espalda lumbar debe permanecer recta con el objetivo de unir la sensación de alargamiento con la pelvis.
		Estiramiento de columna y piernas.	Se inicia en segunda posición de piernas y brazos. La columna se curva, se alarga en posición horizontal y regresa al eje vertical	Música en 4/4. En tiempo de adagio.	Observar el movimiento ligado de toda la secuencia.

		Cambios de peso	Se inicia frente al espejo cambiando el peso del cuerpo de un lado a otro, utilizando las fuerzas de oposición, para preparar las suspensiones, cambiando direcciones en el espacio.	Música en $\frac{3}{4}$ a tiempo lento.	Observar en el alumno los cambios de peso y el alargamiento que nos dará como resultado la sensación de suspensión en el movimiento.
		Alargamientos elevados de piernas y brazos.	Alargando la pierna por el piso llegar al punto más lejano y cambiar el peso, al regresar al punto inicial alternamos llevando el pie de trabajo al tobillo de la pierna de apoyo, los brazos realizan un movimiento pendular del centro a la segunda posición; todo se hace en tres direcciones, frente, al lado y detrás con las dos piernas, en primer y segundo nivel.		Conseguir que el cuerpo pueda ir de un eje a otro, reforzando la sensación de verticalidad.
		Cambios de peso y nivel	Recuperando el ejercicio anterior de cambio de peso, se aumenta una rodada por el piso, la secuencia se hace con dos frentes diferentes, iniciando frente al espejo y el segundo lado de espaldas, se divide al grupo en dos para dar más espacio de ejecución	Música en $\frac{3}{4}$	Observar el cambio de peso en el espacio y la musicalidad
		Alargamiento	Comenzando con cambio de peso se cambia de frente llegar al piso, las piernas en cuarta posición y los brazos	Música en $\frac{3}{4}$	Alargar el cuerpo utilizando el peso del cuerpo sobre el piso.

			alargados en segunda, llegar a posición fetal para estirar las piernas en segunda posición con ayuda de las manos, regresar a posición fetal y rodar hasta llegar a las rodillas, alargar el torso para caer de lado con el cuerpo alargado.		
Desplazamientos en el espacio	30 minutos aproximadamente				
		caminatas	Caminatas en posición paralela un paso por cada tiempo, las piernas avanzan por un movimiento de cepillado al piso.	Música en 2/4 a tiempo medio.	Alargamiento de las piernas por el piso.
			Caminatas en posición de rotación, los brazos realizan movimiento circular hacia afuera	Música en 4/4	Fluidez del movimiento de los brazos armónico junto con las piernas.
		Ejercicio de cambios de peso, niveles y uso del espacio	Retomando el ejercicio de cambios de peso, se suma el movimiento de los brazos, y la caída al lado.	Música en 3/4	Integración de todos los elementos, consiguiendo la sensación de suspensión, la cualidad del movimiento y el uso del espacio
		Extensiones	Comenzando con la pierna		Cualidad de

		en el espacio.	derecha, se relaja la pierna de apoyo realizando un muelleo con flexión de pie, desarrollando la pierna desde un nivel bajo, los brazos realizan un movimiento redondo hacia a fuera, en el desplazamiento cambiamos de frente al final de la secuencia; la pierna izquierda se realiza a la segunda cambiando de frente hacia el espejo y la pierna derecha detrás de espaldas a la dirección a la que se avanza.		movimiento ligado.
		Saltos de rebote	En posición paralela, el ejercicio se realiza en cuentas de 10, tres rebotes de rodillas y elevación de talones, tres saltos de rebote, dos saltos alternados y un salto con rodillas flexionadas alternando las piernas.	Música en 5/4	Observar que el movimiento se realice en las 10 cuentas propuestas
		saltos	Salto con rodillas flexionadas y piernas alternadas en posición paralela, siguiendo una trayectoria circular en el espacio.	Música en 3/4	Observar la acentuación en el primer tiempo y la sensación de suspensión en el aire

**Programación de las unidades de aprendizaje del curso de inducción de danza contemporánea.**

Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello.

Curso de inducción de danza contemporánea.

Ciclo escolar 2013-2014.

Horas semanales: 4.

Unidad I Alineación del cuerpo en el eje vertical y el uso de la respiración en el movimiento.

Objetivo: Que el alumno logre integrar los elementos de cuadratura y alineación para la correcta colocación de su cuerpo en el eje vertical, así como involucrar la respiración de manera natural a su movimiento.

Contenidos.

1.-Colocación del cuerpo en el eje vertical.

1.1 La columna vertebral en el eje vertical.

1.2 Colocación correcta de los puntos de apoyo del pie.

1.3 Concientización de las fuerzas opuestas en el cuerpo.

2.- El uso correcto de la respiración.

2.1 Concientización de la respiración.

2.2 Uso de la respiración como motor de movimiento.

Unidad II La respiración y el uso de la gravedad.

Objetivo: Que los alumnos reconozcan y utilicen el peso de su cuerpo asociándolo a su proceso natural de respiración para generar movimiento en el espacio.

Contenidos.

1.- Disociación de las partes del cuerpo por medio del peso.

2.- Uso de la respiración para crear la sensación de alargamiento y relajación.

3.- Uso de la gravedad para cambiar el peso en el espacio y en los diferentes niveles.

Unidad III Movimiento en el espacio.

Objetivo: Que el alumno logre crear cualidades de movimiento a partir del control del peso de su cuerpo para incorporarlo al trabajo grupal en el espacio.

Contenidos.

1.-Integración de la respiración y las fuerzas opuestas para crear cualidades de movimiento.

2.- Movimiento consciente del cuerpo en el espacio.

3.- Secuencias de movimiento como elemento de integración grupal.

# *EVALUACIÓN.*

## **Evaluación.**

La evaluación formó parte importante del proceso de enseñanza aprendizaje; en términos de proceso así como de objetivos finales de trabajo de los alumnos, se realizaron tres tipos de evaluación:

Para el momento de evaluación, se realizó una evaluación inicial que consistió en una clase en la que se evaluó su desempeño, poniendo énfasis en lo que sabían hacer técnicamente, en sus conocimientos y basándonos en el análisis de la zona proximal de desarrollo en sus potencialidades.

También se realizó una evaluación final que consistió también en una clase final que contenía todos los elementos técnicos que se revisaron a lo largo del curso.

Para los dos momentos elaboré una lista de cotejo que contenía los siguientes elementos principales que debían observarse:

- Alargamiento de la columna vertebral en el eje vertical.
- Utilización de la columna vertebral en las posiciones y movimientos.
- Postura correcta de la pelvis en el eje vertical.
- Utilización de la columna en diferentes posiciones, flexiones, arcos y curvas.
- Colocación correcta de la planta de los pies sobre el piso.
- Utilización de brazos y piernas en el movimiento de forma controlada.
- Alargamiento de las piernas en los movimientos de extensiones.
- Traslado del peso del cuerpo de un lugar a otro.
- Movimiento del cuerpo de un lugar a otro con sensación espacial.
- Caminatas en el espacio de forma consciente y con sensación de avance.

- Uso de la respiración de forma correcta.
- Estimulación del movimiento mediante la modificación de la respiración.
- Manejo de diferentes cualidades de movimiento.

Realicé una evaluación formativa; en cada unidad se formularon indicaciones y recomendaciones basadas en un conjunto de criterios de logros técnicos y en el proceso de aprendizaje con base en los objetivos, estas sugerencias eran consideradas y manejadas por mí de manera flexible y adaptada a cada nueva integración contenidos. Esta evaluación fue la más importante relacionada con los logros obtenidos ya que en el curso de inducción no se otorga una calificación numérica. Los alumnos realizaron autoevaluaciones que les permitían tener parámetros de adquisición de conocimientos con respecto a los objetivos de la clase y a sus otros compañeros.

Los criterios de evaluación relacionados con la actitud del alumno en clase fueron:

- Puntualidad y asistencia a clase.
- Interés y participación activa del alumno.
- Disciplina y hábito de trabajo.
- Cumplimiento de las normas básicas de las clases (uniforme y arreglo personal)

Por último también realicé una autoevaluación basado en un análisis continuo de los resultados obtenidos por el grupo, así como de mis propias habilidades de aplicación de estrategias de enseñanza y de recursos didácticos, lo que me permitió observar que es igual de importante saber demostrar físicamente las secuencias de movimiento y explicarlas en términos en que los alumnos puedan apropiarlas; lo que se traduce en: conocimientos de contenido técnico y conocimiento pedagógico, este último lo considero

dentro de las habilidades importantes dentro del conocimiento general que todo docente debe tener (tiempo de aprendizaje de los alumnos, dirección de la clase y principios generales de planificación general y evaluación)

Los elementos considerados para la autoevaluación fueron los siguientes:

- Capacidad para observar elementos a mejorar.
- Capacidad de aplicar estrategias didácticas tendientes a mejorar el desempeño técnico de los alumnos.
- Reflexión sobre el objetivo de las secuencias y su relación con otras secuencias y su lugar en el plan de clase.
- Capacidad para hacer cambios en el plan de clase, a partir de la observación del desempeño de los alumnos.
- Registrar estrategias que pueden ser utilizadas en situaciones similares dentro de una clase.
- Crear un ambiente favorable en la clase donde los alumnos puedan desarrollar habilidades de aprendizaje y aprender de la observación del maestro y sus iguales.

# *CONCLUSIONES.*

## **Conclusiones.**

La formación de un docente es un proceso que tiene un inicio pero que no tiene un final; ser profesor de danza es encontrarse en una continua preparación; investigando, analizando, entrenando y obteniendo nuevos conocimientos que se puedan aplicar a su ejercicio educativo.

En la clase propuesta para el curso de inducción se suma el trabajo de investigación teórica y práctica, y de todos los conocimientos que adquirí en la carrera dentro de la ENDNGC y a mi egreso de ella. Si bien la preparación que hasta ahora tengo me ayudó a sistematizar y aplicar un programa de danza contemporánea, debo decir que seguí aprendiendo a lo largo del año en que lo realicé.

La clase de inducción en danza contemporánea propone los contenidos básicos que creo son necesarios para el inicio de la formación profesional de todo bailarín. Sobre esta idea debe ponerse énfasis en el entrenamiento técnico como una herramienta de desarrollo de aptitudes físicas y de preparación en disciplina, concentración y esfuerzos; además como una posibilidad de terminar con la escisión cuerpo-mente.

La creación de un curso de inducción y su aplicación en la ENDNGC es de gran importancia para la formación de los futuros alumnos de la escuela ya que en él adquirirán los principios técnicos y formativos de la carrera de danza, su diseño apunta a una estructuración de contenidos que proveen los principios básicos para desarrollar aptitudes y actitudes necesarias para los aspirantes. Esta estructura obedece en primer lugar a contenidos técnicos básicos como: alineación y cuadratura corporal, posiciones básicas en la danza, lenguaje corporal, formación de esquema corporal y a la respiración como elemento fundamental en la creación de diferentes cualidades en el movimiento del cuerpo.

En otro sentido es de suma importancia que estos contenidos puedan ser proporcionados de forma progresiva para construir una relación entre conocimientos previos con los conocimientos nuevos, se deben presentar los objetivos de trabajo para dirigir la atención de los alumnos hacia el aprendizaje; así mismo es relevante realizar evaluaciones grupales en las que se incluyan autoevaluaciones de los alumnos para que puedan reflexionar sobre su desempeño y establecer por sí mismos nuevas metas. Sobre estas directrices el trabajo grupal se encamina de forma efectiva a los resultados esperados y facilita en mayor grado la dinámica grupal y la construcción de aprendizajes.

El maestro de danza es un facilitador que debe aprender a orientar las ideas y energía de sus alumnos y debe llevar a que éstos experimenten el movimiento y busquen siempre alternativas de solución a los problemas a los que se enfrentan.

Como docente me di cuenta que un profesor de danza tiene una gran responsabilidad ya que un alumno no es sólo una persona que quiere aprender una técnica, es un ser humano con nombre, con ideas propias y con una forma diferente de pensar el movimiento y que entrega al profesor su tiempo, esfuerzo y energía además de su cuerpo. El profesor entonces puede lograr que los alumnos se reconozcan y como sujetos capaces de lograr adquirir un nuevo conocimiento.

Por otra parte son varias las problemáticas a las que me enfrenté durante la aplicación del programa; en primer lugar al no ser un programa curricular la participación es voluntaria, lo que significa que hay un gran índice de faltas de parte de los alumnos, lo que redundó en la deserción de por lo menos el 50 % de todos los participantes.

El nivel técnico y de aptitudes físicas grupal es heterogéneo por lo que es muy difícil alcanzar la nivelación de todos los alumnos a los requerimientos de las habilidades necesarias para presentar un examen el examen de admisión de la ENDNGC.

Así mismo las horas clase a la semana son insuficientes para el proceso enseñanza aprendizaje tomando en cuenta que muchos de los participantes no han tenido un acercamiento anterior a una enseñanza formal de la danza, lo que nos lleva a sugerir que en un futuro el curso de inducción en danza contemporánea pueda ser un curso obligatorio para presentar el examen de admisión a la Licenciatura de la ENDNGC.

Por último creo que encuentro una satisfacción plena en el acto de enseñar, pienso en la docencia como una oportunidad de cambiar las posibilidades de las personas y mis propias posibilidades encontrando en el proceso mi propio estilo de enseñanza.

# *REFERENCIAS.*

## Referencias.

Aquino, F. y Zapata, O. (2003) Psicopedagogía de la educación motriz en la adolescencia. México: Trillas.

Brikman, L. (1975) El lenguaje del movimiento corporal. Argentina: Paidós.

Cámara E. e Islas H. (2007). La enseñanza de la danza contemporánea. Una experiencia de investigación colectiva. México: INBA, UACM.

Camara, E. e Islas, H. (2007) Pensamiento y acción. El método Leeder de la Escuela Alemana. México: CNCA-INBA.

Cardona, P. (2000). Dramaturgia del bailarín. México: INBA.

Chaiklin, S. y Wengrower, H. (2008) La vida es danza. El arte y la ciencia de la Danza Movimiento Terapia. España: Gedisa.

Colomé, D. (1989) El indiscreto encanto de la danza. España: Turner.

Cunningham M. y Lesscheave J. (2009). El bailarín y la danza. España: Global Rhythm Press.

Dallal, A. (1996) Cómo acercarse a la danza. México: CNCA.

Descartes, R. (1641) Meditaciones Metafísicas. Chile: Universidad ARCIS. Recuperado 15 marzo de 2014. [http://www.rosariosantodomingo.edu.co/contenido/tarea\\_2628.pdf](http://www.rosariosantodomingo.edu.co/contenido/tarea_2628.pdf)

Dolto, F. (1990) La imagen inconsciente del cuerpo. México: Paidós.

Duran, L. (1993) Manual del coreógrafo. México: CENIDI-Danza, INBA.

Durán, L. (1990) La danzamexicana de los sesenta. México: INBA.

Durivage, J. (2002). Educación y psicomotricidad. Manual para el nivel preescolar. México: Trillas.

Escotto, A. (1996) Ensayos sobre Psicología materialista. México: UNAM.

ENDNGC. INBA (2006) Plan de estudios de la Licenciatura en educación dancística con orientación en danza contemporánea, danza española o danza folclórica de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello. México: INBA.

Fariñas, G. (1993) Psicoballet, método psicoterapéutico cubano. México: Ducere.

Gaetner, R (1981) Terapia psicomotriz y psicosis, la danza y la música. España: Paidós.

García, E. (2006) La Psicología de Vigotski en la enseñanza preescolar. México D.F.: Trillas.

Gardner, H. (2005) Arte, mente y cerebro. Una aproximación cognitiva a la creatividad. Buenos Aires. Paidós.

Garrido, A. (2000) Hacia una danza de incesantes contrarios. San Luis Potosí: Proyecto coyote.

Glasstone, R. (1997) La Danza para Varones como Carrera. México: INBA.

Graham, M. (1995) Martha Graham. España: Circe.

Hannaford, C. (2008) Aprender moviendo el cuerpo. No todo el aprendizaje depende del cerebro. México: Pax.

Laban, R. (2001) Una vida para la danza. México: INBA CONACULTA.

Laban, R. (1975) Danza educativa moderna. España: Paidós.

Laban, R. (1997) La educación por el movimiento en la edad escolar. México: Paidós.

Laban, R. (2013) Coreografía. Primer cuaderno. México: INBA CONACULTA.

Lavalle, J. (2002) En busca de la danza moderna mexicana. Dos ensayos. México: INBA.

Le Boulch, J. (1987). La educación psicomotriz en la escuela primaria. México: Paidós.

Le Boulch, J. (1997) El movimiento en el desarrollo de la persona. Barcelona: Paidotribo.

Lewis, D. (1994) La técnica ilustrada de José Limón. México: INBA.

Piaget, J. (1999) De la pedagogía. Argentina: Paidós.

Ruíz, L. (1991) La danza que me dejó su huella. México: INBA.

Schilder, P. (1989) imagen y apariencia del cuerpo humano. México: Paidós.

Stokoe, P; y Schachter, A. (1994) La expresión corporal. España: Paidós.

Vigotsky, L. S. (2004) Pensamiento y lenguaje. Desarrollo cultural de las funciones psíquicas. México: Quinto Sol.

Wigman, M. (2002) El lenguaje de la danza. España: Ediciones de aguazul.