

1. La experiencia musical a través del cuerpo

A través del cuerpo interaccionamos con el mundo que nos rodea comunicándonos con las personas que tenemos a nuestro alrededor y viviendo experiencias a partir de las cuales vamos conociéndonos a nosotros mismos y a los demás, y también nuestro entorno. El niño y la niña desde que nacen utilizan su cuerpo como medio para expresarse y conocer, puesto que las conexiones entre cuerpo y mente se van formando a través de las relaciones que establecemos con todo aquello que nos rodea y de las experiencias que se desarrollan al entrar en contacto de diversas maneras y niveles.

Los movimientos del cuerpo responden a infinidad de necesidades y estímulos del ser humano. Desde las necesidades fisiológicas hasta las artísticas nuestro cuerpo se manifiesta y se adapta a medida que va transformándose a lo largo de las diferentes etapas de la vida. Esta manifestación del individuo a través del cuerpo no sólo se refiere a los movimientos del cuerpo, sino también a las emociones, los sentimientos y el pensamiento que se desarrollan y que dan corporeidad a la existencia humana.

Pero, además, el movimiento corporal está íntimamente ligado al mundo de los sonidos. Por eso, el elemento sonoro adquiere un papel preponderante en el desarrollo y crecimiento del niño y la niña. Existe una evidente relación entre el movimiento y la música que lo provoca (Pascual, 2006). La vivencia de la música a través de la escucha y la práctica musical pone en acción al cuerpo desplegando infinidad de posibilidades de movimiento y expresión. “La música la vivimos en el cuerpo con una especial inmediatez e intensidad” (Lopez Cano, 2011).

Según Delalande (1995), en el ser humano surge la necesidad de corporizar la música. El movimiento corporal provocado por la música pone en marcha habilidades motrices, musicales y sociales que forman parte de las capacidades interpretativas que han de desarrollarse dentro del aula de infantil.

(...) la corporeidad desempeña un papel decisivo en la producción de significados musicales primordialmente vividos en la experiencia musical subjetiva de manera preconceptual y antepredicativa, a la vez que abierta al entorno social y natural e informada por él. (Pelinski, 2005)

El pedagogo musical Jaques-Dalcroze desarrolló de una manera especial la expresión corporal dentro de la educación musical pues afirmaba que la música está compuesta de sonoridad y movimiento, y que el propio sonido es una forma de movimiento. El movimiento corporal es de gran importancia para representar e interiorizar no sólo el ritmo musical, sino los demás elementos de la música. Para Dalcroze (1965) existen tres principios en el proceso evolutivo de autoconciencia corporal y de adaptación del cuerpo al medio que son de especial relevancia en la educación musical:

- El movimiento es una herramienta para el desarrollo rítmico-musical, ya que todo lo que tiene naturaleza motriz y dinámica depende del oído y del juego muscular y nervioso de todo el organismo.
- La música es sonido en movimiento y el cuerpo nos permite exteriorizarlo y otorgar, así, una perspectiva visual del hecho sonoro que ayuda al aprendizaje.

- La práctica musical, vocal e instrumental, requiere el dominio de las destrezas motrices para coordinar y disociar los innumerables movimientos corporales inherentes a la misma.

El movimiento corporal cumple la función de exteriorizar el mensaje musical, incorporando a la construcción de los aprendizajes elementos visuales y táctiles, que ayudan a niños y niñas a asimilar los elementos auditivos en juego. En el movimiento corporal y la danza confluyen la expresión corporal con los elementos de la música. Como fruto de esta integración se favorece la escucha activa, la expresión de sentimientos, ideas y representaciones, y la comunicación con el espacio y con los demás. Se promueven las capacidades corporales expresivas y el desarrollo de la creatividad mediante la improvisación e interpretación de movimientos que la música sugiere.

A través de la expresión corporal se incorpora el movimiento como una forma más de expresión total del niño y la niña: funcional, expresiva, musical y creadora (Pascual, 2006). Ya desde los primeros meses de vida el bebé empieza a responder cada vez de manera más activa al sonido y a la música (Hargreaves, 1998). Progresivamente irán apareciendo signos de coordinación entre sonido y movimiento. Por ello es necesario que se promueva en el alumnado la necesidad de utilizar el cuerpo para expresarse, ya que sobre todo es:

(...) en las primeras etapas educativas, en las que la inteligencia es sensoriomotora y se escucha más con el cuerpo que con la inteligencia. (Pascual, 2006:191)

Es desde esta perspectiva de la relación que existe entre la música y el movimiento a partir de la cual abordamos este capítulo sobre la expresión corporal; todo aquello que tiene que ver con el desarrollo psicomotor y juego simbólico se desarrolla desde otras asignaturas del Grado de Infantil, en las que la música también está muy presente.

2. Expresión rítmico-corporal

El movimiento brota espontáneamente del cuerpo humano, ya sea en situación de calma como de agitación. En un estado de normalidad y reposo que consideraríamos de quietud total, el cuerpo no se paraliza, continua funcionando y generando movimientos, gestos que confirman la existencia de tono vital. La respiración, el parpadeo, ligeros gestos y movimientos musculares indican de forma visible que estamos vivos, pero en nuestro interior el movimiento fluye en todas las células, poros, arterias, órganos, etc., y ahí también se genera sonido. Todos estas señales sonoras conviven dentro de nuestro cuerpo y se manifiestan en el plano temporal en diferentes organizaciones del tiempo o ritmos.

Los movimientos involuntarios que acompañan a la percepción de los ritmos no son solamente el resultado de la experiencia rítmica, “son también su condición misma y desempeñan un papel primordial en la apreciación del tiempo musical” (Bachmann, 1998). Percibimos el ritmo porque relacionamos y agrupamos diferentes duraciones de los sonidos que se producen consecutivamente y que, según la cultura de pertenencia, reconocemos y asociamos en secuencias rítmicas que tienen un sentido. Para Dalcroze, el ritmo es la base de todas las manifestaciones vitales y consiste en movimientos e interrupciones y se caracteriza por la continuación y la repetición.

El ritmo es, al mismo tiempo, el orden, la medida en el movimiento y la manera personal de ejecutar ese movimiento. (Dalcroze, 1965:24)

El ritmo es uno de los elementos básicos de la música y está presente en la vida del niño y de la niña desde que nacen, incluso antes de nacer. Por lo tanto, es importante incorporar la educación rítmica en la etapa infantil contemplándose como educación conjunta del movimiento, de la percepción y de la coordinación del gesto y del sonido, con el propósito de desarrollar también las destrezas rítmico-musicales, partiendo del propio movimiento para llegar a aprehender el fenómeno de la rítmica-métrica musical (Fraisie, 1976). Como asegura Pascual (2006), a través de la educación rítmica se potencian en el alumando de infantil: la autonomía personal, el desarrollo psicomotor, la discriminación de tiempos acentos y ritmos musicales, la interpretación musical.

2.1. El movimiento y la expresión corporal

En el estudio realizado por Johannella Tafuri¹, la autora observa que a los bebés desde muy pequeños les fascina el sonido y es normal ver un comportamiento que tiende a la exploración de objetos que están a su alcance a través del movimiento y la manipulación para obtener sonido. Este interés se acentúa al interactuar con los demás, si escuchan música o si alguien les canta (Tafuri, 2006).

En la relación entre el adulto y el bebé es frecuente utilizar juegos de palabras entonados a modo de cantinelas en los que el movimiento hace acto de presencia impulsado y ayudado por el adulto con palmas, saltos, balanceos, golpecitos o toques en el cuerpo del pequeño. A partir de estos juegos sencillos se introduce al bebé en actividades rítmico-musicales que parten de presupuestos fisiológico-culturales que van marcando una conducta musical acorde al contexto socio-cultural en el que vive (Tafuri, 2006).

Estas primeras experiencias musicales en las que escucha y movimiento van unidos son de gran atractivo para los niños/as y favorecen la coordinación motora, la participación emotiva y la maduración de la capacidad de estructurar el tiempo (según Michel Imberty, citado en Tafuri, 2006). A partir de estas actividades de coordinación gesto-sonido se va desarrollando el sentido del ritmo.

La expresión corporal como medio de comunicación que posee el ser humano comparte con la educación rítmica muchos aspectos implicados en la educación y crecimiento del niño y la niña que están relacionados con (Pascual, 2006:192):

- Los movimientos funcionales del cuerpo
- Los movimientos básicos de locomoción
- La corporización de la música y las palabras
- La dimensión espacial y también temporal (ésta última Pascual no la incluye)

Para Akoschky el movimiento es el estado habitual desde los 0 hasta los 3 años. En este ciclo

¹ El Proyecto inCanto es una investigación con madres embarazadas de 6-7 meses y con sus hijos/as una vez de nacer hasta que cumplieron los 6 años de edad, en la que se fueron grabando y tomando nota en las sesiones previstas en las que participación en actividades musicales con el objetivo de observar el desarrollo de algunas capacidades musicales en estas primeras etapas de la vida.

el bebé va progresando rápidamente en la variedad, coordinación y precisión de los movimientos que va ensayando e incorporando a su experiencia de vida. En este avance y adquisición progresiva de dominio de los movimientos la música juega un papel importante. A partir de los 6 meses pueden darse ciertos signos de coordinación entre movimiento y música que pueden interpretarse como una adecuación de sus propios movimientos rítmicos con los de la música que escucha: en un principio la coordinación se mantiene en periodos de tiempo muy breves y poco a poco se irán alargando. El tipo de movimientos que aparecen pasan desde movimientos suaves de balanceo hasta otros más amplios y eufóricos que muestran intención de desplazamiento (Akoschky, 2008).

Siguiendo con las consideraciones de la pedagoga infantil citada, es natural que a partir de los 3 años al escuchar la música surja el acompañamiento corporal. Según las características de la música los movimientos pueden ser variados transmitiendo diferentes estados, unas veces llevarán a la calma y al reposo y otras a la excitación y movimiento rápido y agitado. De este modo, continua la autora “el movimiento corporal aparece inspirado por la escucha de la música y de los sonidos y por sus características” (Akoschky, 2008).

Como ya se ha insistido más arriba, la música y el movimiento corporal están estrechamente unidos y a través del movimiento somos capaces de captar los rasgos rítmicos y gestos expresivos del sonido, y el ritmo, la velocidad, el carácter, la estructura formal, etc. de la música.

2.2. La educación rítmica

La educación rítmica es uno de los pilares de la etapa infantil junto con la educación auditiva y vocal. La educación rítmica está íntimamente ligada a la escucha y se desarrolla a través de la expresión vocal, corporal e instrumental. En el tema 5 referente a la expresión instrumental hacemos un tratamiento del cuerpo como instrumento musical y se planteaban actividades del trabajo del ritmo, pero como habilidades rítmico-motoras asociadas al manejo de un instrumento, en este caso el cuerpo. En este apartado nos centramos en el trabajo del ritmo tomando el cuerpo como eje central del desarrollo y crecimiento del niño a partir del cual se expresa musicalmente y se abordan las capacidades rítmicas desde un doble punto de vista perceptivo y motor.

El ritmo está presente en las actividades cotidianas de los más pequeños. Expresamos el ritmo a través de nuestro cuerpo y desde el punto de vista de la educación musical se entiende como todo aquello que pertenece a la dimensión temporal de la música.

A lo largo de la Educación Infantil, los niños experimentan con los elementos fundamentales del ritmo, específicamente el pulso, los acentos y distintas células y ritmos. (Pascual, 2006:197)

Las destrezas rítmicas, según Hargreaves (1998), probablemente sean las primeras en emerger y en desarrollarse. Esto se pone de manifiesto en las primeras etapas de la vida del niño mediante los movimientos que va produciendo: balanceo, movimientos de cabeza, columpiarse, agitación de brazos y piernas, etc. La educación del sentido rítmico es para el niño/a un factor de formación y equilibrio del sistema nervioso. El contacto con el ritmo está presente desde antes del nacimiento del ser humano cuando el feto, en el seno de la madre, escucha el ritmo cardíaco de ésta.

La estrecha relación existente entre ritmo y movimiento es una idea que se ha venido compartiendo desde las antiguas civilizaciones. El conocimiento del propio cuerpo, la coordinación y disociación de movimientos, la acción refleja y tantos otros objetivos de naturaleza psicomotriz se incorporan a las propuestas curriculares musicales, del mismo modo que la música se utiliza en tantas otras actividades para el desarrollo físico y psicomotor.

El pulso en música es la base sobre la que se construye el ritmo musical y se manifiesta a través de pulsaciones regulares que se suceden en el tiempo dividiéndolo en partes iguales. En la música no siempre el ritmo se configura desde presupuestos de pulsaciones regulares, pero en nuestra cultura el ritmo regular está fuertemente afianzado en la mayoría de las manifestaciones musicales. Por lo tanto, muchos pedagogos coinciden en la conveniencia de partir desde la vivencia del pulso para el desarrollo de la conciencia de ritmo. Esto no quita el trabajo con ritmos libres que no se ajusten a pulsaciones regulares, al contrario, ayuda a contrastar y afianzar el sentido del ritmo.

En la actualidad, los métodos activos parten de los ritmos espontáneos y naturales del niño/a en la educación de la música. Esto favorece la toma conciencia de uno mismo y la estabilización. Sobre las aptitudes musicales, Téplov² (citado en Fraisse, 1976) habla de un sentido músico-rítmico que se caracteriza como una aptitud para sentir activamente la música, que a la vez se reflejará de una forma motora. Por consiguiente, según él, se desarrollará un fino sentido de la expresividad afectiva del curso temporal del movimiento musical. Este sentido se despertará y desarrollará dentro de la música.

La educación del ritmo se debe presentar como una educación conjunta del movimiento, de la percepción y de la coordinación del gesto y el sonido. No se trata de un medio de expresión sonora y, sin embargo, ocupa en la educación musical escolar un lugar relevante en el desarrollo de las destrezas rítmicas, formales y estéticas.

3. La danza como recurso didáctico

La danza es otro lenguaje artístico que posee sus propios códigos pero comparte elementos con el lenguaje musical. La danza es una forma organizada de desarrollo rítmico-motor que, en el ámbito educativo, favorece la comprensión de los elementos armónico-formales de la música y desarrolla la memoria espacial y musical. Es una forma de movimiento que supone una organización y estructuración espacio-temporal y una participación activa de la apreciación de mensajes musicales. Pero, además, la danza como recurso educativo propicia en el alumnado valerse de su movilidad en diferentes situaciones de la vida cotidiana.

En la educación infantil se puede considerar como danza el movimiento corporal que surge de manera espontánea como respuesta al estímulo musical (Akoschky, 2008). Entendida como una actividad motriz consciente, la danza contribuye en esta etapa de infantil a la construcción del esquema corporal y a un conocimiento del cuerpo (Cañal y Cañal, 2001). Además, la danza posee un valor educativo que es lo que la hace aconsejable para el trabajo con los más pequeños. La intervención del cuerpo como vehículo de expresión en la danza es de gran ayuda para la toma de conciencia del mundo exterior desde un plano temporal y espacial, ya que discurre en el tiempo y en el espacio.

² TEPLOV, B.M. (1966). *Psychologie des aptitudes musicales*. París: Presses Universitaires de France. Bibliothèque Scientifique Internationale. Section Psychologie

En la interesante propuesta que presentan Cañal y Cañal³ para el trabajo de la música, la danza y la expresión corporal en Educación Infantil, aseguran que para que la danza tenga un verdadero valor educativo, debe basarse en la observación de los movimientos naturales y espontáneos del cuerpo humano. En éstos confluyen simultáneamente cuatro elementos fundamentales: cuerpo, energía, tiempo y espacio.

Los movimientos corporales trazan formas en el espacio y las impregna el esfuerzo, es decir, la energía que surge de toda una gama de impulsos, intenciones y deseos internos. El cuerpo se convierte así en instrumento sensible que manifiesta la interrelación entre el mundo interior y el exterior. (Cañal y Cañal, 2001:105)

3.1. Movimientos y coreografías

La interpretación de danzas sencillas es una de las actividades más atractivas para el alumnado de esta etapa, además favorece el desarrollo psicomotriz y la comprensión de la música y supone una fuente de disfrute con el movimiento corporal inducido por el ritmo, los sonidos y las melodías de la audición musical (Pascual, 2006).

Las primeras coreografías que se proponen en el aula de infantil deben desarrollarse dentro de un gran margen de libertad para ir evolucionando hacia estructuras más organizadas que requieran un mayor desarrollo de la memoria espacial.

En la danza, la experiencia se ve acentuada mediante la concentración de ritmos y formas corporales definidas de movimiento. Y ello ocurre no sólo en los movimientos amplios del cuerpo, sino también en las acciones musculares más reducidas (sobre todo de rostro y manos), que son sumamente expresivas y, por lo tanto, comunicativas (Cañal y Cañal, 2001).

La danza infantil se compone de movimientos sencillos, organizados en un marco espacio-temporal concreto. Los elementos -pasos, enlazamientos, evoluciones, etc.-, pueden ser ejercitados como formas aisladas (unidades de movimiento) o como formas elaboradas en una composición coreográfica. Por ejemplo, la combinación de marchar, saltar, girar, correr en forma semejante a una cadena, encontrarse en un círculo, evolucionar en una dirección, etc. Breves secuencias de movimientos encadenados forman una totalidad mayor, una danza. Y todo ello vivido, experimentado por cada participante y por el grupo en conjunto. (Cañal y Cañal, 2001:105)

Estamos de acuerdo con los autores Cañal y Cañal (2001) cuando afirman que la danza induce al niño o a la niña a la ejecución de unos movimientos de sus articulaciones y músculos realizando unas acciones definidas espacialmente, encadenadas en pequeñas frases, y éstas en secuencias, con ritmo, le procuran una vía eficaz para canalizar su fuerza y su energía personal, a la vez que ejerce una gran repercusión sobre su actitud física y mental. Mediante la danza grupal se fomentan las relaciones sociales puesto que se favorece el trabajo en grupo y el alumnado vive la experiencia de ver cómo las personas se adaptan entre sí.

Continuando con el trabajo de los autores mencionados, tanto la danza de coreografía libre, que permite una movilización más espontánea, más personal, como la de coreografía fija, cuyas frases, ritmo, tiempo, espacio, etc., forman una estructura definida, establecen con más precisión unas formas de desplazamiento, unos gestos, unas evoluciones espaciales

³ Disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/averroes/html/adjuntos/2008/02/22/0003/adjuntos/musica_1.pdf

fáciles de realizar y de recordar, hasta llegar a configurar una danza colectiva que favorece extraordinariamente el desarrollo progresivo del esquema corporal infantil.

3.2. Criterios de selección

A partir de la combinación espontánea o deliberada de gestos, desplazamientos y pasos en el suelo surge una variedad casi ilimitada de composiciones coreográficas. El aprendizaje de las mismas debe otorgar al alumnado la capacidad y la agilidad necesarias para moverse con cierta desenvoltura y seguridad. Si presta la debida atención, ejercitará al mismo tiempo la memoria auditiva (órdenes, consignas, palabras, sonidos -percusión y música-, canciones...) y motriz (posiciones individuales y relativas a los demás, pasos, figuras, gestos, y sus encadenamientos) (Cañal y Cañal, 2001).

Estas características se pueden encontrar en distintos tipos de propuestas que van desde la improvisación, hasta el repertorio folklórico según las necesidades y objetivos que se quieran desarrollar. Así, disponemos de una gran variedad de elementos a tener en cuenta para la utilización en el aula: el cuerpo como instrumento, los gestos, los pasos, la coordinación, organización temporal y espacial, tipos de danza, estructura formal y la forma musical, el ritmo, la melodía, coreografías libres o fijas,

4. Expresión corporal y canción infantil

La activación de conductas de acompañamiento rítmico-corporal a sencillos cantos y piezas musicales se hace a partir de una pulsación regular muy marcada y de estructuras rítmico-métricas muy claras (Tafari, 2006). En el aula de infantil se utilizan canciones que por sus características ofrecen múltiples posibilidades para la expresión corporal. De esta manera se propicia la conjunción simultánea de diversas formas de expresión.

La canción determina el clima, la idea o el tema, el tono, el ritmo, la fuerza, etc., y genera la reacción hacia la actividad propuesta (expresión corporal, mímica, danza, oral, plástica, etc.). Además, con todos los aspectos que engloba permite una mayor organización, orientación y concentra la atención en la actividad planificada. (Cañal y Cañal, 2001:106)

Es habitual acompañar cualquier canción con movimientos y con percusión corporal, con ayuda de los adultos cuando los niños son muy pequeños. Aunque el niño y la niña se fijen más en el contenido y la historia de la canción, el movimiento del cuerpo contribuye a organizar: situaciones, escenas, momentos, personajes, etc. Además, activa la participación en la actividad que se está llevando a cabo y atrae su atención de manera más directa.

El juego dramático es una interesante opción para motivar al alumnado a realizar movimientos naturales por medio de imitaciones y representaciones de personajes (animales, protagonistas de historias, etc.), elementos naturales (viento, lluvia, frío, etc.), sentimientos (alegría, susto, etc.); a través de: saltar, agitar y percutir partes del cuerpo, arrastrarse, caminar, moverse con rapidez o lentamente, etc. Estas acciones promueven el desarrollo de la fuerza motriz y creadora.