



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE BELLAS ARTES
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN MUSICAL
LICENCIATURA EN MÚSICA

ACTA DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE GRADO

Los profesores abajo firmantes, constituidos como Jurado Calificador para presenciar y evaluar la sustentación del trabajo de grado titulado:

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA, PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA CORPORAL EN ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD VISUAL

Presentado por el estudiante:

HECTOR DAVID ARIAS CANCINO
c.c. 1136909877
cód, 2009175047

Consideramos que dicho trabajo cumple con los requisitos y condiciones necesarias para su aprobación por las siguientes razones:

1. El proyecto evidencia empoderamiento frente al proceso de lo que significa y es la educación inclusiva.
2. Muestra apropiación y corporización en lo que es la expresión y la conciencia corporal en sí mismo, proyectado en una didáctica hacia los otros.
3. La investigación permitió el mejoramiento en la calidad del vida y desempeño personal y profesional del estudiante
4. El proyecto cumple con los objetivos propuestos presentando coherencia entre el trabajo escrito y la ponencia.

	NOMBRE	FIRMA	NOTA
Jurado 1 - lector	ESPERANZA LONDOÑO	<i>[Firma]</i>	5.0
Jurado 2- lector	LUZ ÁNGELA GÓMEZ CRUZ	<i>[Firma]</i>	5.0
Jurado 3 - asesor	LUZ ÁNGELA GÓMEZ REMOLINA	<i>[Firma]</i>	5.0

NOTA FINAL: Cinco (5.0)

OBSERVACIONES:

Dado en Bogotá D.C., a los 4 días del mes de diciembre de 2015

**ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA
EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA
CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD
VISUAL**

HÉCTOR DAVID ARIAS CANCINO

Código 2009175047

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE BELLAS ARTES

LICENCIATURA EN MÚSICA

BOGOTÁ, D. C. 2015.

**ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA
EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA
CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD
VISUAL**

HÉCTOR DAVID ARIAS CANCINO

Código 2009175047

**MONOGRAFÍA PRESENTADA COMO REQUISITO PARCIAL PARA
OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADO EN MÚSICA**

ASESORA


LUZ ÁNGELA GÓMEZ REMOLINA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE BELLAS ARTES

LICENCIATURA EN MÚSICA

BOGOTÁ D.C. 2015

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <small>Excellence in Education</small>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 4 de 143	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de Grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Facultad de Bellas Artes.
Título del documento	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD VISUAL
Autor(es)	Arias Cancino, Héctor David
Director	Gómez Remolina, Luz Ángela
Publicación	Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Bellas Artes. 2015, 147 páginas
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional.
Palabras Claves	Inclusión educativa, expresión corporal, música, discapacidad visual,

2. Descripción
<p>El presente trabajo monográfico está dirigido a estudiantes y maestros de la Facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional, con el propósito de generar un espacio de reflexión y práctica en torno a la inclusión, la discapacidad y a las formas pedagógicas de abordar la expresión y el manejo corporal en el desempeño musical de estudiantes de música en condición de discapacidad visual.</p>

3. Fuentes
<p>Arnaiz, P. (1994). Deficiencias visuales y psicomotricidad: Teoría y práctica. Madrid: Departamento de Servicios Sociales para Afiliados de la ONCE.</p> <p>Baixauli V. (2011). Musicoterapia y autoconocimiento: desarrollo motor y desarrollo del esquema corporal en ceguera y deficiencia visual.</p> <p>Digelman, D. <i>"La Eutonía de Gerda Alexander"</i>, Edit. Paidós</p> <p>Educación Inclusiva. (2015). Personas con discapacidad visual. Recuperado de http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/129/cd/indice.htm el 15 octubre de 2015.</p> <p>Gerda, A. <i>"La Eutonía"</i>, Edit. Paidós</p> <p>Kalmar, Déborah (2005). <i>Qué es la Expresión Corporal</i>, Bs. As., Argentina, Ed. Lumen-Humanitas.</p> <p>Robert Fanjul, A. (1991). "La Expresión Corporal y los ciegos", en Sexta conferencia internacional sobre</p>

movilidad, Tomo II.

Siegel, I. Traducción: Malena Cosio Piñeyro de Silva. Tomado de: VARIOS (1973): Orientación, Movilidad y Gimnasia para los Disminuidos Visuales. En AFOB, Oficina Latinoamericana. Córdoba (Argentina): AFOB.

Siegel, I. (1973): La postura de la persona ciega. En Orientación, Movilidad y Gimnasia para los Disminuidos Visuales. AFOB, Oficina Latinoamericana. Córdoba (Argentina): AFOB.

Stokoe, Patricia (1987). *Expresión Corporal Arte, Salud y Educación*, Bs. As., Argentina, Humanitas.

Stokoe, Patricia y Schachter, Alexander (1984). *La Expresión Corporal*, Bs. As., Argentina, Ed. Paidós.

Stokoe, Patricia y Sirkin, Alicia (1994). *El proceso de creación en el arte*, Bs. As., Argentina, Almagesto.

Vishnivetz, B. (1994). *Eutonía Educación del cuerpo hacia el ser*, Bs. As., Argentina, Ed. Paidós.

4. Contenidos

Análisis de resultados, encuestas a docentes, entrevistas a estudiantes con discapacidad visual.

Discapacidad Visual: La visión, Ceguera, Baja Visión. Inclusión Educativa; educación para todos, Índice de inclusión, La expresión y la conciencia corporal desde una perspectiva inclusiva, la expresión corporal, la metodología sensoperceptiva. Ejes de trabajo, Didáctica, la metodología Eutonica. Ejes de trabajo.

Didáctica. **Esquema corporal:** Esquema corporal en personas ciegas y con baja visión, imagen corporal, Características del esquema corporal en invidentes. postura, la mala postura y sus efectos y la base del control postural.

5. Metodología

El diseño es la investigación acción participativa el cual según Sandín (2003) tiene como propósito fundamental propiciar un cambio social, transformar la realidad y que las personas tomen conciencia en su papel en el proceso de transformación.

6. Conclusiones

- La licenciatura en música de la Universidad Pedagógica Nacional debe replantear las formas y maneras tanto didácticas como pedagógicas para **incluir, apoyar y proyectar** a los estudiantes con discapacidad visual. Ya que tanto las encuestas como los talleres dieron cuenta de la falta de conocimiento de estrategias y alternativas para asumir la formación musical en general, pero especialmente la educación expresiva y corporal de esta población de estudiantes.
- La facultad de artes debe generar una propuesta para la investigación final o la monografía para estudiantes con discapacidad visual distinta a la de los estudiantes videntes. Ya que el desarrollo de esta monografía presentó varios tropiezos debido a que el autor tuvo que adaptarse siempre a los demás a los que ven y nunca fue al contrario.

Elaborado por:	Arias Cancino, Héctor David
Revisado por:	Luz Ángela Gómez Remolina

Fecha de elaboración del Resumen:	04	12	2015
-----------------------------------	----	----	------

Contenido

1. INTRODUCCIÓN, 9
 - 1.1. **Antecedentes, 12**
 - 1.2. **Justificación, 17**
 - 1.3. **Planteamiento del problema, 18**
 - 1.4. **Pregunta de investigación, 23**
 - 1.5. **Objetivo General, 23**
 - 1.6. **Objetivos Específicos, 23**
2. METODOLOGÍA, 25
 - 2.1. **Instrumentos, 26**
 - 2.2. **Análisis de resultados, 28**
 - 2.2.1. Encuestas a docentes, 28
 - 2.2.2. Entrevistas a estudiantes con discapacidad visual, 34
3. MARCO TEORÍCO, 40
 - 3.1. **Discapacidad Visual, 40**
 - 3.1.1. La visión, 40
 - 3.1.2. Ceguera, 42
 - 3.1.3. Baja Visión, 42
 - 3.2. **Inclusión Educativa, 43**
 - 3.2.1. Educación para todos, 43
 - 3.2.2. Índice de inclusión, 47
 - 3.3. **La expresión y la conciencia corporal desde una perspectiva inclusiva, 53**

3.3.1 La expresión corporal, 53

3.3.2 La metodología sensoperceptiva, 57

3.3.1.1. Ejes de trabajo, 65

3.3.1.2. Didáctica, 70

3.4. La metodología Eutonica, 72

3.4.1 Ejes de trabajo, 78

3.4.2 Conclusión y comprensión, 86

3.5. Esquema corporal

3.5.1. Esquema corporal en personas ciegas y con baja visión, 88

3.5.2. Imagen corporal, 88

3.5.3. Características del esquema corporal en invidentes, 89

3.6. Postura, 91

3.6.1. La mala postura y sus efectos, 91

3.6.2. La base del control postural, 95

4. PROPUESTA PEDAGÓGICA, 97

5. CONCLUSIONES, 126

REFERENCIAS, 130

ÁPENDICES, 131

Prefacio

Desde mi ceguera comprendo que la totalidad de mi cuerpo es mi única forma de visión. Aprendí a ver con mis pies, ellos me indican los cambios en el suelo. Veo con mis manos cuando puedo sentir la suavidad de la piel de la mujer que amo. Veo con mis oídos los sonidos maravillosos cuando toco el violín. Veo por todos los poros de mi cuerpo todo un espectáculo interior de mis emociones, pensamientos y miedos. Y percibo el mundo exterior como el escenario que debo conquistar y en el que me debo desenvolver sin inspirar compasión ni pesar.

El autor.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo monográfico está dirigido a estudiantes y maestros de la Facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional, con el propósito de generar un espacio de reflexión y práctica en torno a la inclusión, la discapacidad y a las formas pedagógicas de abordar la expresión y el manejo corporal en el desempeño musical de estudiantes de música en condición de discapacidad visual.

Se evidenció a través de encuestas, los conocimientos, las actitudes y las prácticas que poseen maestros, estudiantes y estudiantes con discapacidad visual de la facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional, frente a los temas: *inclusión, discapacidad y expresión corporal* aplicada en el desempeño musical de estudiantes en esta condición. Estos hallazgos arrojan resultados que bien vale la pena socializarlos, reflexionar en torno a ellos, y proporcionar conocimientos y herramientas para trabajar en pro de mejorar y transformar estas prácticas, para así encontrar una facultad de música más incluyente, respetuosa de las diferencias, constructora de estrategias que favorezcan a esta población y por ende más humana.

Se diseñaron y aplicaron cuatro talleres magistrales estructurados en contenidos, actividades y estrategias que permitieran a los participantes confrontar la teoría de inclusión y discapacidad, aplicados a la expresión corporal desde la metodología sensoperceptiva y desde la Eutonia hacia la conciencia del cuerpo, para estudiantes de música en condición de

discapacidad visual. Talleres orientados y dirigidos por el autor de esta monografía quien se encuentra en condición de discapacidad visual

Se demostró la importancia de asumir y ejercer la verdadera inclusión de estudiantes en condición de discapacidad visual en la facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional como necesidad urgente. A sí mismo, se sensibilizó y se proporcionaron herramientas a profesores y a estudiantes que les permitirá apropiarse de las nuevas políticas de inclusión que se manejan en la universidad y en el sistema educativo en general.

Como autor de esta investigación comprendo que el ser humano es una integralidad de lo biológico, lo psicológico y lo social, de lo emocional, conductual, mental y corporal, es esta unidad la que genera la armonía y el equilibrio en el desarrollo humano, y esto debiera ser el pilar de una educación incluyente e integral. Es en este siglo XXI, donde vemos un énfasis de las disciplinas corporales como métodos de valor terapéutico: pero sin embargo, existe un grupo de personas que no perciben esos mensajes y que constituyen el interés de esta monografía, es el mundo de los ciegos. Hablamos muchas veces de una “ceguera existencial” cuando los seres humanos limitan el disfrute y la alegría de vivir y empañan el cada día con una visión limitada de la realidad. Pero los hay también quienes son realmente ciegos físicos que se desenvuelven en el cada día de la obscuridad. Ante la pregunta... Cómo abordar una educación corporal que mejore las condiciones de desempeño musical para estudiantes de música en situación de discapacidad visual en la licenciatura de educación musical, me llevó a introducir y sensibilizar a estudiantes, maestros e interesados en el tema, al mundo de los ciegos para que comprendieran que la pérdida de la vista no puede considerarse “una

simple limitación sensorial”: y que La ruptura del proceso de comunicación en el área visual trae consecuencias biológicas, sociales y de comportamiento que alteran la estructura completa de la personalidad.

Antecedentes

Esta investigación se realiza partiendo de la necesidad de orientar tanto a profesores como estudiantes, de la licenciatura en música sobre el trabajo musical con personas ciegas y se hace énfasis en la expresión y el manejo del cuerpo, puesto que los estudiantes con discapacidad visual al igual que los demás, tienen que participar en escenarios artísticos como en los de aula y es importante enriquecer éste aspecto.

Durante la búsqueda de la información sobre el tema de expresión corporal para personas con Discapacidad Visual se encontraron las siguientes investigaciones que evidencian diversas categorías tales como expresión corporal, discapacidad visual, dirección coral, motricidad, entre otras. Esta recopilación tiene como objetivo evidenciar y profundizar sobre los temas anteriormente mencionados y que se relacionan con los objetivos propuestos.

Es importante dar a conocer los estudios que sobre éste tema, algunos se han realizado desde la Licenciatura en Educación con Énfasis en Educación Especial, así como las investigaciones realizadas en la facultad de Bellas Artes, y algunas investigaciones consultadas en la red que se han hecho en países como México, Cuba y Brasil, desde las áreas de teatro y música.

Los proyectos encontrados en la Licenciatura en Educación con Énfasis en Educación Especial fueron *“La expresión corporal como medio facilitador de la integración escolar del niño con limitación visual de la institución educativa distrital Gerardo Paredes”*, en el año 2004 realizada por Hernández Carbajal

Aleida Yiseli, Gonzalez Gonzales Lila Faviola y Zipagauta Gutiérrez Lady Mildred.

Los objetivos a los que pretende llegar dicha investigación son:

Desarrollar talleres de expresión corporal para los niños con discapacidad visual de la institución y así mismo facilitar la integración al contexto escolar y el manejo de los diferentes espacios en los que se desenvuelven de manera independiente; emplean como medio la música para que el niño pueda expresarse a través del movimiento.

La realización de estos talleres concluyen que los niños lograron reconocer su cuerpo como una totalidad, entendiendo que el cuerpo no es sólo exterior, sino también es interior, dado que cada uno tiene la capacidad de pensar, sentir y expresarse. Se desarrollaron actividades de reconocimiento del entorno a partir de los sentidos, lo cual permitió que el niño mejorara sus procesos de concentración, atención y memoria. El niño logró elevar su auto concepto y autoestima al reconocer, tanto sus defectos como habilidades y capacidades, sin importar si se tiene una discapacidad o no. Deja al final una serie de recomendaciones, la más importante que tiene que ver con la expresión corporal, es que a los talleres se les debe dar continuidad

En las monografías encontradas en la facultad de Bellas Artes, hallamos la propuesta *“Aportes de la fluidez del movimiento ´en tres jóvenes invidentes una experiencia con el coro voces del cielo”*, realizada en el año 2007, por Rojas Rodríguez Nidia Isabel y Sarmiento Forero Sandra Giovana.

Ésta investigación tuvo como objetivo general, identificar los aportes de la educación musical a la fluidez del movimiento, a partir del desarrollo de una

propuesta didáctica musical que optimice el desarrollo motriz de tres jóvenes invidentes del coro Voces del Cielo de la fundación Colombiana de Apoyo al Limitado Visual y sus familias (funcolvi). El trabajo desarrolla una propuesta didáctica que contiene una tabla de 11 talleres de manera resumida y que fue aplicado a los tres jóvenes del coro voces del cielo y una tabla de planeación de talleres para docentes donde se especifican las actividades.

El trabajo en ésta fundación permitió a las investigadoras, reflexionar acerca de las dificultades motrices que presentan los invidentes, descubiertas por sus padres, docentes de educación física y música, y también por la directora de dicho coro.

El trabajo concluye que, la respuesta de los tres jóvenes fue satisfactoria después de la aplicación de los talleres, se fortalecieron las relaciones entre los jóvenes, sus madres y los talleristas, se logró la creación de la imagen y la conciencia corporal, mejorando tono y la postura del cuerpo Estático y en movimiento.

La otra propuesta desarrollada en la facultad de la Universidad Pedagógica titulada *“Observación, análisis y seguimiento del proceso de enseñanza aprendizaje de dos estudiantes con limitación visual en la clase de dirección coral”*, en el año 2014, llevada a cabo por la estudiante Quijano Huertas Norma Natalia, fue un trabajo en conjunto con el maestro Andrés Pineda Bedoya (profesor de la clase de dirección coral de la facultad de bellas artes) y tuvo como objetivo hacer comprender a los dos estudiantes con discapacidad visual, la quironomía y la comprensión textual de la obra musical.

Éste trabajo de observación, análisis y seguimiento, se realizó durante dos semestres puesto que la estudiante era de la misma clase de ellos.

Éste trabajo logró la creación de material didáctico que permitió a estos estudiantes incorporar en su estructura cognitiva distintos movimientos con las manos y ubicación espacial para el coro a través del repertorio especializado para tal fin.

Ésta investigación pretendió demostrar el desarrollo de la motricidad fina necesaria en la quironomía para la dirección coral y a su vez describir las maneras de percepción auditiva que a través del manejo del cuerpo, en especial brazos y manos, podían realizar los dos estudiantes.

Lo anterior refleja en éste trabajo que estas investigaciones no han sido revisadas por los docentes para la realización de estrategias didácticas y por tanto éste trabajo pretende ser reflexivo en el sentido de que la inclusión no sea simplemente asistencialismo. Además es una propuesta generada por un estudiante con discapacidad visual que a través de su experiencia pretende dar a conocer estrategias didácticas para la educación integral en música de personas ciegas.

En las investigaciones encontradas en la web, se hallaron el “ Taller basado en técnicas teatrales para desarrollar la expresión corporal y mejorar la psicomotricidad de adultos con ceguera adquirida”, Universidad Pedagógica Nacional, Unidad Ajusco, México D. F, Mayo 2008, *Inojosa Sosa Enid, Ramírez Carranza Maribel.*

Este taller fue dirigido a personas adultas con ceguera adquirida los cuales fueron escogidos por una convocatoria dentro de la misma institución, utilizando técnicas de actores profesionales. Esta investigación tuvo como objetivo, desarrollar la expresión corporal y mejorar la psicomotricidad en

adultos con ceguera adquirida en el diseño y aplicación de un taller de técnicas teatrales y posteriormente evaluar dichas competencias.

El trabajo, "*La intervención de la educación musical en el visual deficiente*". Universidad Federal de Río de Janeiro, 2009, realizada por Oliveira Coutinho Paulo Roberto.

El objetivo de la investigación es la intervención con música, en el trabajo con personas que han tenido pérdida visual en edad adulta, en el proceso de su rehabilitación en el instituto Benjamin Constants, de Río de Janeiro y da a conocer estrategias de investigación en propuestas de clases de guitarra y grupos de musicalización y cómo esta, puede influir en el aprendizaje de la vida musical y social de estos rehabilitados.

Los resultados que se encontraron fueron: mayor demanda de clases de música, la guitarra como actividad de ocio fuera de aula, cómo expresarse y comunicarse con la música en las clases y presentaciones.

Otra investigación hallada es "Las actividades rítmicas para niños ciegos. Universidad de las ciencias de la cultura física y el deporte, Cuba, 2009 por *Rivero Camacho, Ana de la Caridad*.

Ésta investigación fue realizada en la escuela provincial Antonio Fernández de León en Santiago de Cuba con el objetivo de elaborar un manual de actividades rítmicas para favorecer las actividades coordinativas en niños ciegos y de baja visión de cuarto grado, (10 y 11 años). El manual contiene una serie de orientaciones metodológicas que sirven para orientar el trabajo del profesor de educación física al igual que a las respectivas familias así como una propuesta de ejercicios y juegos a desarrollar con los niños.

Justificación

El presente estudio monográfico contiene elementos de utilidad al autor, por el interés personal de socializar, sensibilizar y proporcionar conocimientos y estrategias pedagógicas alrededor de la Inclusión educativa, la discapacidad y el fortalecimiento de la expresión y la conciencia corporal para el desempeño musical de estudiantes con discapacidad visual de la Licenciatura de música de la Universidad Pedagógica Nacional.

La importancia de la monografía se encuentra determinada desde la construcción reflexiva del discurso que el autor despliega alrededor de su experiencia personal, confrontada con los vacíos y falencias pedagógicas, artísticas y hasta humanas vividas y halladas al interior de la licenciatura de música de la UPN. Y el diseño de una propuesta pedagógica estructurada bajo los principios y filosofía de la Expresión corporal planteados por Patricia Estokoe y su equipo de colaboradores y la Eutonia representada en Gerda Alexandra. Autoras que aportan elementos y orientaciones específicas y determinantes para fortalecer la expresión y la conciencia corporal en personas invidentes; más los ajustes y adaptación que el autor de esta monografía hace de manera específica al desempeño musical de los mismos

Este estudio monográfico centra interés en proporcionar información a maestros y estudiantes de la licenciatura en música de la UPN, acerca de las políticas y el recorrido histórico en “Educación inclusiva” que maneja la Universidad Pedagógica Nacional. Así mismo, el autor espera que a través de la sensibilización y la concienciación se logre transformar prácticas e

imaginarios erráticos que alrededor del tema de los estudiantes invidentes, circulan por la facultad y que por tal motivo no se han logrado construir las estrategias que faciliten el fortalecimiento de la expresión y la conciencia corporal para el desempeño musical, así como los criterios y lineamientos que proporcionen una mejor calidad de vida y desarrollo artístico y académico de estos estudiantes.

El autor espera con este ejercicio investigativo aportar a la licenciatura en música los conocimientos y orientaciones que maestros y estudiantes deben poseer frente al tema de la Discapacidad Visual y motivarlos a conocer, entender y ponerse en el lugar de este grupo de estudiantes, comprendiendo que son personas altamente capaces solo que diferentes.

Situación problema

En este Capítulo se tratarán los temas pertinentes al problema de investigación, comprende una descripción inicial que expone desde la motivación que condujo a este trabajo, la importancia del tema, la formulación del problema que se resolverá durante el desarrollo del trabajo, hasta los objetivos propuestos.

Planteamiento del problema

La Universidad Pedagógica Nacional propende por una política de **inclusión** para todos los estudiantes que desean estudiar las diversas carreras que ofrece y que se encuentren en condición de **discapacidad**. Al interior de

las diferentes facultades estas políticas no han sido lo suficientemente socializadas, no todas ellas a través de sus maestros garantizan la forma de abordar y proporcionar los conocimientos, las actitudes y las prácticas desde una perspectiva inclusiva para el mejor desarrollo y calidad de vida de los estudiantes en condición de discapacidad.

Para el presente estudio monográfico se describirá de cerca la situación que atraviesan los estudiantes de música en condición de discapacidad visual desde la perspectiva de la expresión y el manejo del cuerpo para el desempeño musical.

Normalmente los estudiantes con esta condición se enfrentan con desventajas en todas las actividades de su diario vivir y con algunas ventajas en las tareas de orden musical. Algunas problemáticas están centradas en primera instancia en el manejo inadecuado de la conciencia corporal a partir del sentido de la escucha y de las sensaciones de su propio cuerpo, que en muchas ocasiones están mediadas por las explicaciones que le otorgan los demás, es decir sus compañeros de clase. En escasas oportunidades, se ha desarrollado una metodología que favorezca al estudiante de música en condición de discapacidad visual con procesos significativos que le otorguen herramientas para desenvolverse de manera eficiente en distintos escenarios. El manejo del espacio ha sido otra dificultad para su labor, circunstancia que ha constituido cambios súbitos e inesperados en los ambientes en que se desenvuelve y que genera complejidad en la apropiación del esquema espacial.

Tradicionalmente, el estudiante con limitación visual debe adquirir un nivel de independencia, tanto en su vida personal como en su vida académica, pero,

cuando alguien debe acompañar sus procesos de desenvolvimiento corporal y espacial en el ámbito musical (corregir postura corporal, expresión facial y corporal, interpretación entre otras) se desconoce la forma adecuada de abordar y asistir de manera eficaz por la falta de diseño de estrategias por parte de la facultad, que en verdad facilite el proceso educativo de los estudiantes con limitación visual y no sean excluidos ni por estudiantes y mucho menos por los maestros los cuales deben atenderlos de igual manera que a los demás

La falta de conocimiento por parte de la gran mayoría de los docentes de la facultad en las áreas tifológicas (braille, orientación y movilidad, musicografía braille, manejo de lectores de pantalla Jaws) como se definirá y abordará más a fondo en el transcurso del proyecto, factor que dificulta en el momento en que un profesor aborda a uno de estos estudiantes puesto que obstaculiza la forma de explicar diferentes conceptos de manera rápida y concreta. Desconocen además los contextos sociales y familiares en los que se desenvuelve la población con limitación visual, los diagnósticos patológicos que los caracterizan y por tanto se crean mitos e imaginarios que hacen que los estudiantes sean vistos de un modo general.

Por otra parte, durante el primer semestre del año 2013, se propuso en la facultad una asignatura como electiva titulada “La Danza Integradora” que se realizó exclusivamente para estudiantes con limitación visual. Dirigida por la maestra Luz Ángela Gómez Remolina quien a través de sus prácticas y ejercicios al concluir el curso identifica tanto a nivel corporal y de la personalidad las siguientes dificultades en el grupo de estudiantes

Nivel corporal

1. Descoordinación de los movimientos generales en la realización de ejercicios físicos.
2. Dificultad para orientar los movimientos a partir de su esquema corporal.
3. Continua sinsíntesis por falta de orientación en el espacio
4. Limitaciones en la comprensión de la relación espacial, lo cual impide la diferenciación de los movimientos y de acoplarlos.
5. Dificultad con la alineación corporal y postural. Espalda arqueada, pecho hundido, profusión abdominal, flexión de cabeza, cuello y hombros hacia adelante, pies de pato afectando ligamentos y músculos, contracción y dolor muscular en hombros y parte alta de la espalda.
6. Distorsión en la construcción del esquema y la imagen corporal.

El sentido de la vista cumple una función fundamental en la elaboración, evolución y conocimiento del cuerpo. Por carecer de esta información exteroceptiva visual, se produce una reducción de las experiencias motrices y por ende lo vemos reflejado en la limitación del desarrollo motor que poseen este grupo de estudiantes. De igual forma sucede con el plano perceptivo motor, el cual manifiesta una carencia de coordinación de las informaciones perceptivas y de su ajuste a la realidad exterior. Con estas dificultades les cuesta formar una imagen clara y positiva de sí mismos.

7. Dificultad con el equilibrio estático y dinámico, músculos acortados extensores de la columna, los flexores abdominales los rotadores y, flexores de la rodilla.
- Equilibrio y agilidad deficiente

Nivel psicológico

- 1 Presentan algunos tips, movimientos estereotipados y balanceos
- 2 Alteraciones en el autoconcepto y la autoestima.
- 3 Manifiestan tener por lo general, dificultades de adaptación personal (sentimientos de inseguridad, inferioridad, infantilismo) y social (aislamiento, dificultades para la relación social, etc.), dependiendo tales dificultades del trato que reciban del entorno social (hogar, universidad, comunidad).
- 4 Sienten que son un encarte para sus profesores y compañeros.

Otro punto fundamental a exponer en esta problemática es comprender el origen y el ambiente familiar en el que se desarrollaron los estudiantes; al igual que el clima en el que se formaron en la educación primaria y básica. De este punto hay mucha tela que cortar

Por estas razones se hace necesario realizar mediante este trabajo una intervención de la que sean parte tanto profesores como estudiantes con y sin limitación visual para que a la hora de asumir un nivel de educación superior, se tengan conceptos más claros, se incluyan, se respeten y se apoyen sin lástima y sin prejuicios.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fortalecer desde la inclusión educativa la expresión y la conciencia corporal para estudiantes de la licenciatura en música con discapacidad visual de la universidad Pedagógica Nacional?

Objetivo General

Identificar estrategias didácticas para diseñar una propuesta pedagógica que contribuya al fortalecimiento de la expresión y la conciencia corporal para estudiantes de música con discapacidad visual. Así mismo, generar una seria reflexión hacia la concienciación de una educación inclusiva en la licenciatura en música de la Universidad Pedagógica Nacional.

Objetivos específicos

1. Identificar los conocimientos, las actitudes y las prácticas que poseen los profesores de instrumento, los estudiantes invidentes y el grupo de compañeros de esta población frente al desempeño de la expresión y la conciencia corporal de estudiantes con discapacidad visual de la facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional.
2. Explorar estrategias didácticas desde las metodologías que abordan la expresión y la conciencia corporal para adecuarlas a la población invidente.

2. Diseñar una propuesta pedagógica estructurada en cuatro talleres magistrales desde la metodología sensoperceptiva y la Eutonia que contribuyan al fortalecimiento de la expresión y la conciencia corporal para estudiantes de música con discapacidad visual.
3. Implementar la propuesta **Mirar en ausencia de luz** a docentes y estudiantes de la facultad de música. Así mismo, sensibilizar a los participantes frente al tema inclusión educativa.

METODOLOGÍA

La investigación se desarrolla dentro del enfoque Cualitativo el cual se define como un conjunto de prácticas imperativas que hacen el mundo visible, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observación, anotaciones, grabaciones y documentos; se fundamenta en inductivo (explorar y describir, y luego generar perspectivas teóricas) ya que va de lo particular a lo general. (Fernández, Baptista, Sampieri 2006).

Los datos se recolectan con la finalidad de analizarlos y comprenderlos, respondiendo así a la pregunta de investigación y a los objetivos propuestos. Desde ésta investigación, lo anterior se refiere que la intervención inicial que se ha desarrollado mediante las encuestas realizadas a profesores, estudiantes y estudiantes con discapacidad visual, quienes son el objeto de investigación, que cada uno de éstos , expone su conocimiento subjetivo que tiene acerca de las temáticas planteadas en dichas entrevistas, lo cual deja evidenciar que desconocen sobre inclusión educativa, desarrollo de estrategias pedagógicas específicas para garantizar la plena inclusión de los estudiantes con discapacidad visual. Además, en el caso de los estudiantes ciegos, no tienen una concepción sobre su imagen corporal, lo que no les permite desarrollar su autoconcepto de manera objetiva.

El diseño es la investigación acción participativa el cual según Sandín (2003) tiene como propósito fundamental propiciar un cambio social,

transformar la realidad y que las personas tomen conciencia en su papel en el proceso de transformación.

Por lo anterior se considera que los profesores y estudiantes que forman parte de la facultad, dado el análisis de los resultados de las entrevistas, deben recibir orientaciones respecto a los temas frente a las temáticas expuestas.

La investigación acción participativa plantea 4 ciclos:

Detectar el problema de investigación. La problemática surge desde mí transcurrir en la universidad donde pude evidenciar las falencias existentes de parte de profesores y estudiantes como la falta de compañerismo, exclusión en actividades por escases de material elaborado y temor de los docentes por no conocer la forma de abordar los temas propuestos por el programa. Lo anterior me llevó a elaborar las encuestas que me ayudaron a determinar las el desconocimiento, la falta de interés de algunos, y de esta manera se generan unos talleres con el fin de dar a conocer políticas inclusivas, las estrategias pedagógicas sobre la enseñanza aprendizaje en estudiantes con discapacidad visual.

Formulación del plan. A partir de las necesidades encontradas en las entrevistas a docentes, estudiantes y estudiantes con discapacidad visual y la consulta de antecedentes que abordan éstas temáticas se formula la unidad didáctica para orientar a los profesores y los estudiantes y así dar respuestas a la pregunta de investigación y cumplir con los objetivos propuestos.

Implementar el plan y evaluar resultados. Para la implementación se desarrollaron encuestas escritas a profesores y estudiantes de la facultad y

posteriormente se realizó un análisis que determinó el desconocimiento sobre las temáticas propuestas. Por tanto se realiza la planeación de un taller de inclusión educativa y por otra parte la planeación de una unidad didáctica talleres de expresión corporal con una perspectiva inclusiva y que involucra a estudiantes de segundo semestre de manejo corporal y estudiantes con discapacidad visual.

Análisis de resultados

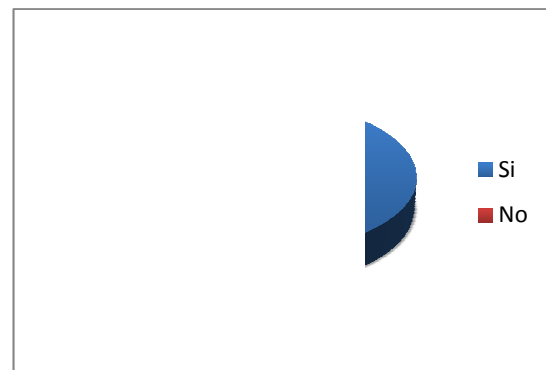
En este capítulo se presentan los resultados de la investigación realizada en la Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Bellas Artes de la licenciatura de música; para ello se utilizaron técnicas de reelección de información cualitativa como: la observación participante y la encuesta; las cuales fueron aplicadas a cinco docentes y 15 estudiantes de la facultad de música.

La investigación se realizó detallando cada pregunta de las encuestas aplicadas, tabulando la información, analizando e interpretando las preguntas de manera cualitativa tomando en cuenta las variables dependientes e independientes proporcionadas por las encuestas realizadas a los sujetos de estudio.

Encuestas a docentes

1 y 2. ¿Conoce acerca de las Necesidades Educativas especiales?

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100

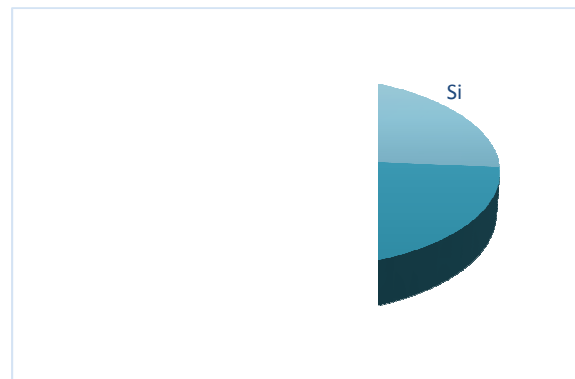


El 80% de los docentes entrevistados afirman conocer acerca de las necesidades educativas especiales tanto en la pregunta 1 como en la 2; entre

las cuales manifiestan que son personas con capacidades excepcionales pero que presentan algún tipo de discapacidad, a las cuales hay que proporcionar herramientas, distintas metodologías y herramientas didácticas que faciliten sus procesos de aprendizaje, dentro del marco musical es proporcionar herramientas que desarrollen su percepción sensorial; finalmente un 20% de los docentes entrevistados desconocen el significado de Necesidades educativas Especiales.

3. ¿se ha interesado por conocer acerca de la psicología del discapacitado visual?

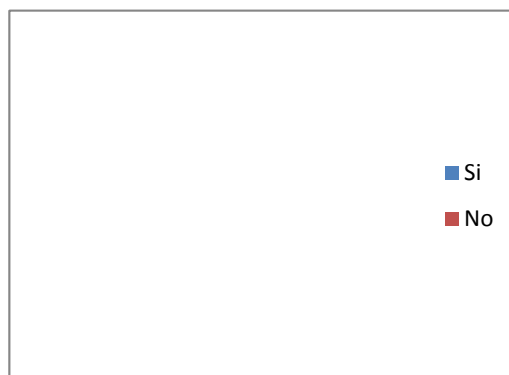
RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	5	100
NO	0	0
TOTAL	5	100



El 100% de los docentes entrevistados aseguran interesarse por la psicología del discapacitado visual, lo cual se integra a la iniciativa que se ha venido desarrollando en la Universidad Pedagógica Nacional desde hace varios años en donde se incluyen estudiantes con discapacidad, brindándoles las herramientas y estrategias didácticas que posibilitan sus procesos de aprendizaje, su desarrollo social y cultural dentro del entorno educativo.

4. La Universidad Pedagógica Nacional maneja un discurso de inclusión ¿esta le ha dado las orientaciones pedagógicas para el trabajo con estudiantes con limitación visual?

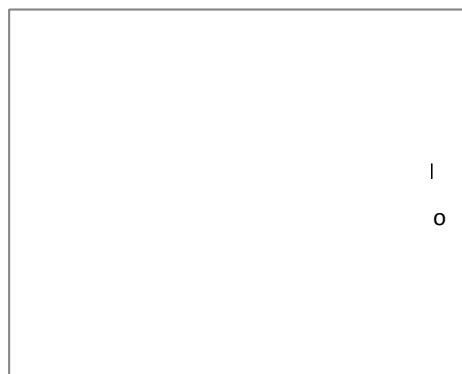
RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	1	20
NO	4	80
TOTAL	5	100



El 20% de los docentes entrevistados confirman que la Universidad Pedagógica Nacional ha dado las orientaciones a los docentes de la licenciatura en música para el trabajo con personas con limitación visual y el 80% restantes afirman que esas orientaciones no las ha brindado la universidad, sino que esas orientaciones han sido asumidas por los docentes como parte de su rol docente; en buscar los recursos para que los estudiantes accedan a la educación y en este caso a su formación musical.

5. ¿posee herramientas pedagógicas para asumir estudiantes con limitación visual?

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



El 80% de los docentes encuestados aseveran que poseen las herramientas pedagógicas para asumir estudiantes con limitación visual en las diferentes áreas de estudio, gracias a que se han tomado la disposición de consultar e indagar acerca de la discapacidad para así poder ofrecer las herramientas necesarias para la inclusión educativa de los estudiantes con limitación visual de la Universidad Pedagógica Nacional.

6. ¿usted es igual de exigente, académicamente, con los estudiantes con discapacidad visual?

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



El 80% de los docentes encuestados aseguran que son igual de exigentes académicamente con los estudiantes con limitación visual, ya que son estudiantes que poseen todas las habilidades y capacidades para desarrollar sus actividades académicas; sus exigencias como docentes se imparten en igualdad de condiciones para todos los estudiantes.

7 ¿se siente incómodo cuando en un grupo hay estudiantes con limitación visual?

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	0	00
NO	5	100
TOTAL	5	100



El 100% de los docentes no sienten ninguna incomodidad al tener dentro de sus aulas de clase estudiantes con limitación visual, por el contrario sienten admiración por ellos, lo que genera un compromiso como educadores, fortaleciendo su rol como docentes inclusivos pertenecientes a la comunidad educativa de Universidad Pedagógica Nacional.

La pregunta número 2 ¿en qué consiste la integración y educación inclusiva?

Genera diferentes posiciones ante los docentes de la licenciatura en música de la Universidad Pedagógica Nacional, pues aseguran que la integración e inclusión educativa es el presentar adaptaciones educativas para el desarrollo de su proceso de aprendizaje; lo cual permite el acceso a todas las personas a una educación integral y con calidad, partiendo de estas afirmaciones se concluye que la integración y la inclusión educativa es el derecho a una educación para todos, generando las adaptaciones y herramientas necesarias para el acceso a ella.

“La inclusión, en educación, parte de una educación para todos los niños y las niñas sin exclusiones, en donde se valoran todos los sujetos como entes

activos dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje y sus diferencias se perciben como aportes significativos para el proceso educativo de todos”

Pregunta número 8 ¿qué estrategias metodológicas emplea para facilitar el aprendizaje de los estudiantes con limitación visual? Los docentes manifiestan que una de las principales estrategias metodológicas, es la utilización de herramientas como las grabaciones, la imitación de movimientos por medio del tacto, el acompañamiento y el desarrollo de memoria por medio de repeticiones.

Las estrategias metodológicas a las que se refiere ésta pregunta son las orientaciones pedagógicas para personas con discapacidad visual del ministerio de educación nacional dentro de las que se encuentran:

Descripción de contenidos, flexibilización de currículos y verbalismos a la percepción espacialidad.

9. ¿qué tipo de falencias a nivel corporal y de expresión ha identificado en este grupo de estudiantes?

Los docentes afirman que las falencias más comunes que se identifican en este grupo de estudiantes son las estereotipias, la rigidez en sus articulaciones (manos y muñecas), el posicionamiento del cuerpo y la pérdida del ritmo y la pérdida de equilibrio.

10 ¿qué competencias a nivel musical, se destacan de este grupo de estudiantes?

Los docentes destacan competencias referentes a habilidades en el desarrollo de su memoria, audición, concentración, producción de sonido y ubicación espacial,

11 ¿tiene alguna sugerencia para la FBA, respecto al tema de inclusión educativa de personas con limitación visual de la Universidad Pedagógica Nacional?

Los docentes sugieren la importancia de implementar capacitación docente que incluya la actualización de herramientas y metodologías de aprendizaje para que así haya un aprovechamiento de las oportunidades y un permanente acceso a la educación.

Entrevista a estudiantes discapacidad visual

Se realizaron cuatro entrevistas a estudiantes con discapacidad visual, en las cuales se buscaba indagar acerca de sus conocimientos sobre educación inclusiva, y así analizar las experiencias en la Universidad Pedagógica Nacional.

El análisis de dichas entrevistas arroja los siguientes resultados:

1. ¿Sabe en qué consiste la Educación Inclusiva?

Los 4 estudiantes encuestados afirman conocer el significado de inclusión educativa, dan su punto de vista, siendo frecuente la variable brindar educación a personas con discapacidad en un contexto educativo normalizado.

Sin embargo cabe resaltar que la inclusión educativa tiene como objetivo la eliminación a las barreras de aprendizaje y participación y equiparar las oportunidades

2. ¿Considera que la Universidad Pedagógica Nacional garantiza los procesos que requiere para su formación?

A ésta pregunta responde el 50% que sí y el otro 50% que no.

Sin embargo todos coinciden en la necesidad de capacitación docente y de material en braille para el desarrollo de los aprendizajes que exige la universidad pedagógica en la licenciatura en música.

3. ¿Conoce usted los beneficios que la Universidad Pedagógica ofrece para garantizar la plena inclusión educativa de los estudiantes con discapacidad?

El 75% de los estudiantes encuestados afirman conocer los beneficios que la universidad pedagógica ofrece para garantizarles la plena inclusión educativa.

Sin embargo se refieren a lo obsoleto de la tecnología para el proceso del trabajo musical.

Por otra parte manifiestan no hacer uso del servicio que ofrece el centro tiflotecnológico Hernando Pradilla Cobos, el cual ofrece apoyos pedagógicos y facilita la accesibilidad a la información a estudiantes con discapacidad visual, dentro y fuera de la Universidad Pedagógica Nacional.

4. ¿Considera que los profesores de música poseen herramientas pedagógicas suficientes para asumir estudiantes con discapacidad visual?

A ésta pregunta el 50% afirma que los maestros no tienen las herramientas pedagógicas para asumir estudiantes con discapacidad visual en

sus aulas y el otro 50% los estudiantes encuestados afirma que sí, aunque uno de ellos manifiesta que hubo dos maestros que se cerraron al proceso. EL otro estudiante considera que una de las estrategias pedagógicas es la grabación de clases individuales.

Esto hace alusión a la descripción de contenidos contempladas en las orientaciones pedagógicas para personas con discapacidad visual del ministerio de educación nacional en los lineamientos de políticas para la educación superior inclusiva manifiestan que según la resolución 25 65 de 2013 establece que cada entidad territorial debe definir una instancia que efectúe la caracterización y determine la condición de discapacidad de cada estudiante, con el propósito de identificar sus barreras para el aprendizaje y garantizar la participación con miras a proponer los ajustes que se deben hacer para brindarle la educación pertinente.

5 ¿considera que los maestros son igual de exigentes, académicamente, con los estudiantes con discapacidad visual que con los demás estudiantes?

El 100%de los estudiantes encuestados afirman que los maestros sí son igualmente exigentes con los invidentes que con los demás en los aspectos instrumental, teórico y pedagógico.

6. ¿Se ha sentido incómodo o excluido en su proceso de formación musical?

El 75% de los estudiantes entrevistados afirman que no han sido excluidos en clase, pero ello no significa que no se excluyan de alguna actividad específica.

7. ¿Usted ha demostrado interés en su desempeño académico o muestra una actitud pasiva por su condición?

El 100% a firman no demostrar pasividad ni aprovecharse de su condición para sobresalir académicamente y manifiestan su interés de formarse en el medio académico.

Las anteriores 7 preguntas recogieron las experiencias de los 4 estudiantes con discapacidad visual teniendo en cuenta sus conocimientos y sus experiencias.

Sin embargo es pertinente resaltar que al igual que en toda la facultad de bellas artes, se centraron más en la música y que deben profundizar un poco más en los conceptos que se refieren a la comunidad a la que pertenecen como sujetos políticos y pedagógicos.

Así mismo se indagó en preguntas que tenían que ver con su expresión corporal en la música y su auto-concepto de esquema corporal.

Sesión corporal

1. ¿Qué representación mental tiene usted sobre su imagen corporal?

En ésta pregunta solamente un estudiante correspondiente al 25% responde con claridad sobre su representación de esquema corporal.

El resto tienen una definición muy superficial y utilizan términos como buena o enérgica o normal, lo cual deja entrever que la concepción de esquema corporal no ha sido desarrollada o no conocen acerca del término.

2. ¿Qué opinan sus profesores de música acerca de su expresión corporal a la hora de su desempeño instrumental?

El 50% de los estudiantes entrevistados asegura que sus profesores no manifiestan problemas de expresión corporal con su instrumento, el otro 50% afirma que en su rostro debe haber un poco más de expresión a la hora de tocar, problemas de tensión en las muñecas a la hora de tocar el violín y problemas de ansiedad.

Sin embargo se presenta en esta pregunta las comparaciones de los resultados arrojados por la entrevista realizada a los maestros, quienes exponen falencias como

Rigidez en sus articulaciones, estereotipias, mal posicionamiento del cuerpo y pérdida del ritmo y equilibrio.

Sin embargo manifiestan una evolución en estos aspectos.

3. ¿Realiza ejercicios para la preparación corporal antes, durante y después de tocar su instrumento?

El 25% de los estudiantes afirma no realizar ejercicios corporales frente al proceso instrumental por falta de atención y por descuidos, en tanto que el último manifiesta realizar ejercicios de estiramiento y ejercicios técnicos instrumentales tales como, escalas, giros melódicos, entre otros.

4. ¿Cómo define la relación postural que Usted posee con su instrumento principal?

El 75% de los estudiantes definen como buena la relación postural que tienen frente a su instrumento resaltando que el instrumento es una extensión más de su cuerpo y que esto le permite mejorar más su desempeño corporal.

El 25% no responde

5. ¿Está preparado para orientar corporalmente a sus estudiantes?

El 25% de los estudiantes entrevistados afirman no estar preparado para orientar corporalmente a sus estudiantes ya que asegura que la corporalidad es visual, en tanto que el 75% afirma sí poder hacerlo teniendo en cuenta su experiencia con el instrumento y su adecuada postura.

5. ¿Conoce sus fortalezas y debilidades a nivel corporal y espacial?

Menciónelas.

En ésta pregunta se destacan variables tales como:

Fortalezas del primer estudiantes buena posición al sentarse.

Estudiante 2, expresión en el escenario

Estudiante 3 Acciones y gestos para dar una indicación

Estudiante 4 Buena educación espacial.

En debilidades manifiestan:

Estudiante 1 balanceo y caminado con un pie más adelante que el otro

Estudiante 2 Control de fijación en la mirada

Estudiante 3 Dirección al público en mala posición

Estudiante 4 Debilidad visual, lo cual es obvio.

6. Describa brevemente su proceso de formación corporal y de inclusión que ha tenido en la universidad.

En este punto y para concluir este análisis de resultados los estudiantes hablan de su experiencia con la asignatura de manejo corporal y a través del compartir con los compañeros videntes hablan de lo beneficioso para lograr un desenvolvimiento para el que hacer en su rol docente y destacan el cuerpo como transmisor de lo que son y de lo que expresan a sus estudiantes.

MARCO TEÓRICO

Este capítulo como eje articulador de la propuesta, aborda la importancia de la educación inclusiva, la discapacidad visual y la expresión y la conciencia corporal desde una perspectiva inclusiva, como conceptos fundamentales para el desarrollo de esta monografía.

Discapacidad visual

El 80% de información que llega al cerebro es transmitida por el sentido de la visión y la verificación inmediata que le es proporcionada y la estimulación por las miles de formas, colores etc. Una persona ciega debe construir la imagen a partir de los demás sentidos (Arcos 2002).

La falta del sentido de la visión puede alterar el desarrollo motor y síquico en una persona y por ello es necesario la estimulación del resto de sus otros sentidos para la construcción de su auto concepto y del mundo que lo rodea.

La visión. La visión es un fenómeno complicado que se produce en la corteza cerebral, donde se reconocen e interpretan las imágenes que llegan desde el ojo, o receptor de la información. Es decir, los estímulos luminosos recogidos por el ojo van al cerebro donde se transforman en sensaciones visuales. El ojo ve y el cerebro interpreta lo visto.

La visión se realiza en cuatro fases. Percepción: La primera etapa del proceso es óptica; se puede comparar el ojo con una cámara fotográfica: la luz

entra en el ojo atravesando órganos transparentes (córnea, humor acuoso, cristalino y humor vítreo) donde se busca, sigue y enfoca la imagen.

Transformación: la energía luminosa llega a la retina (a la mácula), donde se activan las células sensoriales (conos y bastones) que transforman la luz en energía nerviosa.

Transmisión: los impulsos nerviosos inician su camino a través del nervio óptico hasta la corteza cerebral.

Interpretación: en la corteza cerebral se interpretan los impulsos, se reconocen y se procesan para saber lo que vemos.

Para que este proceso tan complejo funcione son también necesarias otras funciones visuales como la acomodación (o enfoque para ver con nitidez tanto lo lejano como lo cercano); la visión cromática (o facultad del ojo para distinguir los colores gracias a los conos); adaptación a la oscuridad (gracias a los bastones); la visión binocular; visión periférica, etc.

La discapacidad visual puede tener distintas causas o etiologías:

Hereditarias (congénitas, presentes al nacer, o que se desarrollan durante la vida del individuo)

Adquiridas por infecciones, accidentes, tumores, traumatismos, etc.

Asociadas a otras enfermedades (por ejemplo, diabetes)

Progresiva, que conduce con mayor o menor rapidez a la ceguera total

La discapacidad visual es una alteración que afecta la vida de quienes la presentan tanto a nivel visual como a nivel psicológico y social. A continuación se definirán los conceptos en los que se clasifica, ceguera y baja visión:

Ceguera

Caracterizada por la ausencia total o parcial de la visión o percepción de luz, según la OMS, define a las personas ciegas como aquellas que tienen una agudeza visual de lejos de 20/200 y un campo visual de 10° o menos en el mejor ojo y con la mejor corrección.

Según el Instituto Nacional para Ciegos (INCI), el ciego legal en Colombia según el artículo N° 6 del Decreto N° 2165 de Noviembre de 1972, lo define así:

- Ausencia total de la vista.
- Agudeza visual no superior a 1/10 o 20/200 en el mejor ojo después de su corrección.
- Limitación en el campo visual hasta un ángulo no mayor de 20°.

Baja Visión

Es caracterizada por la capacidad, cuando menos de percibir masas, colores y formas, y por una limitación para ver de lejos, aunque con la posibilidad de discriminar e identificar objetos y materiales situados a cierto tipo de distancia, cuando más, a pocos metros. La OMS define baja visión como una agudeza visual de lejos de 20/60 en el mejor ojo y con la mejor corrección, y un campo visual de 20° o menos. El potencial visual puede permitir la lectura

de grandes carteles, aunque no se dé la lectura funcional en tinta, pero que puede mejorarse mediante el uso de ayudas ópticas, adaptaciones ambientales y en ciertos aspectos requieren de técnicas específicas de ciegos, pero en otras es posible el uso de la visión con buen éxito.

La Baja Visión se clasifica en los siguientes grados de pérdida visual:

Baja visión moderada: Es la posibilidad para realizar tareas visuales con el empleo de ayudas especiales e iluminación adecuada, similares a las que realizan los sujetos de visión normal.

Baja visión profunda: Posibilidad de realizar tareas visuales con inexactitudes, requiriendo adecuación de tiempo, ayudas y modificaciones.

Baja visión severa: Es la dificultad para realizar tareas visuales gruesas, imposibilidad de realizar tareas visuales que requieren de visión de detalle.

Inclusión Educativa

El término de inclusión es muy amplio y complejo, es la redefinición del paradigma de integración y además la continuación de lo que se definió como educación para todos.

La inclusión, en educación, parte de una educación para todos los niños y las niñas sin exclusiones, en donde se valoran todos los sujetos como entes activos dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje y sus diferencias se perciben como aportes significativos para el proceso educativo de todos.

La inclusión tiene como objetivo principal atender a la diversidad, entendiéndose como un concepto polisémico que varía de acuerdo al contexto donde se desarrolle, es decir, que atiende y educa a todos los estudiantes

sin importar su etnia, lengua, discapacidad, situaciones de conflicto entre otras particularidades.

A través de la historia se ha visto la discapacidad desde diferentes posturas, que va desde una mirada de rechazo, abandono, infanticidio, caritativa y, más adelante desde otra mirada asistencialista, mediante la creación de fundaciones o centros exclusivos para atender las diferentes necesidades educativas de dichos sujetos. Posteriormente, se propone un modelo social el cual proviene del movimiento de vida independiente y en donde se afirma que la sociedad es la que tiene dificultades para acoger a todas las personas ya que todos son seres diferentes y particulares.

Este modelo se encuentra relacionado con los derechos humanos y propicios la inclusión social, respeto por la dignidad humana, la igualdad y la libertad personal.

Otro suceso que antepuso la inclusión fue la conferencia de Educación para todos, en Jomtiem en Tailandia (1990), en el cual, se habló de un modelo de educación para todos que abarca la educación básica primaria obligatoria y la educación para las mujeres entre otras. Más adelante, en la declaración de Salamanca, en 1994, se exponen las ideas de la educación para las personas con necesidades educativas especiales y/o las personas con discapacidad y posteriormente Dakar en el año 2000, en este tratado la preocupación es por una educación de calidad para todos teniendo en cuenta las diferencias de todos los estudiantes.

Así mismo, se crean instrumentos que enriquecen la educación inclusiva y en donde afirman que este proceso que se realiza con la colaboración de toda una comunidad educativa, de las familias y de la sociedad, en el Temario

Abierto sobre Educación Inclusiva (2004) se exponen ideas políticas, económicas y sociales que justifican este proceso y los aportes de cada una de las áreas. En el índice e índice de inclusión se explican las políticas, prácticas y culturas incluyentes y, aspectos que pueden mejorar la educación inclusiva.

Para abarcar el tema de inclusión educativa, es importante señalar que es un asunto de derechos humanos en donde se ha tenido en cuenta las personas con discapacidad, además de otras poblaciones vulnerables socialmente.

La discapacidad ha sido vista desde diferentes puntos de vista a nivel histórico, desde una concepción caritativa, de persecución, exclusión, menosprecio y en algunas culturas de eliminación, se distinguen tres modelos de tratamiento, de atención y de visualización de las personas con discapacidad. El primero de ellos, es el de *Prescindencia*, en el que suponen que las causas que dan origen a la discapacidad, tienen un motivo religioso y en donde estas personas se consideran innecesarias porque eran castigos de Dios, desgraciados, o comunicaban mensajes diabólicos. Esto originó el infanticidio, el abandono, la esclavitud y, el centro de diversión en las clases altas. Dicho modelo, se ubica en la época de la civilización griega y posteriormente en la edad moderna.

El segundo modelo es el *rehabilitador*, aquí, se considera que las causas que originan la discapacidad no son religiosas sino científicas (derivadas en limitaciones individuales de las personas). El fin de este es normalizar a las personas sin tener en cuenta las diferencias que estas puedan tener, la idea es rehabilitar psíquica, física, mental o sensorial a estos sujetos ,aquí comienza hablarse de educación especial y de centros especializados, se

define un paradigma de integración , con una perspectiva médica y asistencia social , se originó en los primeros años del siglo XX después de la primera guerra mundial que tuvo como consecuencia asociar la discapacidad con los heridos en combate.

Un tercer modelo, es denominado *Social*, aquí las causas de la discapacidad no son religiosas, ni científicas, sino, en gran medida sociales, se considera a la persona con discapacidad como activa en la sociedad y se empiezan a establecer marcos legales que hablan del respeto por las diferencias, se originó a partir de la creación del movimiento de vida independiente impulsado por el estudiante Roberts de la universidad Berkeley de California, quien es una persona con movilidad restringida con un diagnóstico médico desfavorable para llevar una vida igual a los demás, fue el creador de dicho movimiento, al verse obligado a dormir en las noches en la enfermería de la universidad, y tras de él, varios estudiantes con la misma discapacidad y en las mismas condiciones siguieron sus pasos.

Este modelo se encuentra íntimamente relacionado con la asunción de ciertos valores ligados a los derechos humanos, y aspira a potenciar el respeto por la dignidad humana, la igualdad y la libertad personal, propiciando la inclusión social y, sentándose sobre la base de determinados principios: vida independiente, no discriminación, accesibilidad universal, normalización del entorno, diálogo civil, entre otros. Parte de la premisa de que la discapacidad es en parte una construcción y un modo de opresión social, y el resultado de una sociedad que no considera ni tiene presente a las personas con discapacidad

El modelo social apunta a la autonomía de la persona con discapacidad para decidir respecto de su propia vida, y para ello se centra en la eliminación de cualquier tipo de barrera, a los fines de brindar una adecuada equiparación de oportunidades.

En este orden de ideas, la educación para todas las personas debe ser inclusiva, en donde todos, tengan las mismas oportunidades en el acceso a la educación adaptada a todas las necesidades de los estudiantes respetando su diferencias.

Índice de inclusión. El Índice es un conjunto de materiales diseñados para apoyar a las instituciones en el proceso de avanzar hacia una educación inclusiva. Constituye un proceso de auto-evaluación de estas en relación con tres dimensiones; la cultura, las políticas y las prácticas de una educación inclusiva. Este proceso implica una progresión a través de una serie de fases de desarrollo de las instituciones. (Booth Tony, Ainscow Mel, 2000, p. 4)

Este documento fue construido a través de cuestionarios estructurados desde cuatro áreas de gestión:

Directiva. Se encarga de procesos de *Direccionamiento estratégico*, en el cual se trabaja los principios institucionales, su misión, visión, metas institucionales, todo esto direccionado al trabajo de conocer su comunidad y entenderse con los demás desde sus diferencias.

De *gerencia estratégica* en el cual se debe entrar a trabajar con las familias la aplicación de los cuestionarios y sus interpretaciones, generando así procesos de integración y participación donde la familia, la sociedad y la

institución están en constante contacto que invita a los demás a atender las necesidades del otro.

De *gobierno escolar* donde se trabaja desde la constitución de un consejo académico que vela por el cubrimiento de las necesidades del estudiante. Responde a las políticas de atención a la diversidad.

De *cultura institucional* se ve desde el punto de acceso a la comunicación para la transmisión de conocimientos, estos medios deben facilitar el aprendizaje y permitir la participación de cualquier estudiante en las actividades académicas. La institución promueve la creación de acciones significativas que magnifique la divulgación de la información y mejore la calidad de vida de todas las poblaciones en condición de vulnerabilidad.

De *clima escolar* la institución crea instalaciones accesibles y la promulgación del sentimiento de pertenencia y respeto a la institución. Se deben crear oportunidades de desarrollar actividades extracurriculares y de ocio que potencien sus competencias y habilidades.

De *relaciones con el entorno* se deben desarrollar actividades para identificar el entorno en el que se encuentra el estudiante y sus condiciones de vida. Se crea la vinculación de las autoridades locales en medida de recibir apoyo de estas. Se establecen alianzas con el sector educativo que brinde la oportunidad de tener acceso a la vida laboral.

Administrativa. Se dedica al *apoyo a la administración académica* donde este equipo debe analizar los procesos de matrícula, estableciendo las alternativas de ingreso a la institución. Tienen un archivo en el cual se tiene en cuenta datos personales y académicos.

Deben analizar la *administración de la planta física y los recursos* desde el mantenimiento de la planta física, la programación para el uso de esta con la intención de que sea accesible para todos y todos tengan un tiempo de uso (seguimiento de los espacios, por tiempos) de todas las aulas y lugares de la institución. Se tiene en cuenta los suministros y la dotación de la institución con herramientas, equipos tecnológicos y de recursos de aprendizaje.

Desde *Administración de servicios complementarios* como lo son el transporte, restaurante, cafetería, salud (desde entes como enfermería, odontología, y psicología).

Desde *talento humano* la institución con personas competentes para trabajar con la mejor disposición. Deben estar dedicados a la sensibilización de la sociedad al nuevo proceso inclusivo que se viene desarrollando en la institución, con la intención de mejorar el trato de ellas.

Académica. Se ve desde el *diseño pedagógico (curricular)* aquí se revisa el plan de estudios, que sea adaptado a las necesidades especiales de los estudiantes, haciéndolo flexible a cualquier cambio. Se tiene en cuenta los diversos estilos y ritmos de aprendizaje por lo cual se sugiere un enfoque metodológico basado en el aprendizaje colaborativo.

Desde *las prácticas pedagógicas* se crean estrategias creativas para la realización de actividades que puedan ser accesibles para todos, a través de herramientas que lo faciliten. Se deben generar dinámicas motivadoras para las áreas, asignaturas y proyectos transversales. Además de enfocarse en la flexibilidad de los tiempos para el desarrollo de conocimientos.

Desde *gestión de aula* se organiza el espacio para el desarrollo de las actividades, debe ser limpio y accesible, en condiciones aptas para el desarrollo de lo planeado. El ambiente pedagógico debe estar en condiciones apropiadas en las que el estudiante se sienta cómodo y comprendido por los demás. Se involucra al estudiante en la decisión de las temáticas a tratar. Se debe tener en cuenta la forma de evaluar, para que sea apta a la necesidad del estudiante, y que de una valoración acertada del cumplimiento de los objetivos. Desde un *seguimiento académico* se realiza a través de los resultados de los diversos tipos de valoración que se realice al estudiante, se realiza un seguimiento de una asistencia académica y siempre estando atento al porqué de las ausencias. Se tiene en cuenta las pruebas que realizan el estado y las condiciones en que las presentó para encontrar la barrera que encuentran, con la intención de minimizarlas. Reciben un apoyo pedagógico para los estudiantes con necesidades especiales para facilitar los aprendizajes.

Comunidad. Visto desde *la inclusión* trabajando por su proyecto de vida, desde la construcción de sí mismo y el encuentro de su identidad, para generar una visión del futuro.

Desde la *proyección de la comunidad*, a través de escuelas para padres que trabajan la construcción de significados de equidad, igualdad de oportunidades, reconocimiento, respeto por la diferencia, cooperación y solidaridad, con la intención de crear bases familiares que generen el proceso de inclusión desde allí. En el programa de servicio social estudiantil se desea buscar otra forma de apoyo a través de sus propios pares, como otra estrategia del aprendizaje colaborativo.

Desde la *participación y la convivencia*, la participación de los estudiantes en espacios recreativos, culturales, académicos y sociales, la familia debe estar presente en los procesos de la escuela, por lo que dentro del consejo estudiantil deben existir voceros (representantes de los padres de familia) que apoyen los procesos académicos e inclusivos desarrollados en la institución.

Desde la *prevención de riesgos* debe desarrollar acciones para prevenir riesgos físicos y psicosociales (entre ellos está el abuso sexual, alcoholismo, drogadicción, maltrato familiar, entre otros)

El cuestionario se compone de descriptores que orientan los procesos inclusivos. Uno de ellos es dedicado a los docentes, directivos, personal de apoyo y administrativos de la institución educativa (cuestionario N° 1) y otro dirigido a la familia y los estudiantes (cuestionario N°2).

Este elemento se usa como herramienta de valoración de las condiciones del proceso de inclusión que se desarrollan en las instituciones educativas; el diseño de éste permite que las instituciones motiven a las comunidades educativas a compartir y construir iniciativas propias, para mejorar los procesos de enseñanza- aprendizaje que se desarrollan en la institución. Desde la aplicación de los cuestionarios se quiere observar que mejorías se deben desarrollar para que exista verdaderamente una participación y atención a las necesidades de las poblaciones vulnerables y con discapacidad, en pro de la mejoría de la calidad de vida de estas personas.

Para obtener el Índice de Inclusión se recomienda desarrollar las siguientes actividades:

- Se conforma y reúne el grupo que liderara la aplicación de las encuestas.
- Se planea el proceso de aplicación: desde el establecimiento de cronogramas, la población a la que se aplicara (cantidad de personas) y se establece el tiempo de tabulación e interpretación de las respuestas. Se debe tener en cuenta que la encuesta puede requerir ciertas adaptaciones para la aplicación en ciertas ocasiones. Se debe aprovechar el tiempo en las cercanías con docente, directivos y familias para sensibilizarlos antes de la aplicación del cuestionario, para que sea entendible el cómo, por qué y para qué se realiza este tipo de trabajos. Se sugiere realizar a los estudiantes unos cuestionarios con símbolos, al igual que con las familias y aplicarlo en grupos pequeños para que se facilite la comprensión de éste.
- Aplicar los cuestionarios del índice a la muestra o grupos seleccionados dentro de la comunidad educativa.
- Tabulación y procesamiento de datos de este modo:
 1. se elabora la tabulación en Excel ubicando las respuestas de los cuestionarios aplicados.
 2. se analizan los resultados del índice de inclusión obteniendo las tendencias cuantitativas para cada estamento, en cada proceso y en cada área de gestión.
 3. la interpretación que se da en cuadros por rango de edades y los puntajes obtenidos.

4. la elaboración de informes donde se presentan los resultados cuantitativos y la interpretación del índice de inclusión, siendo así como se establece las prioridades para la atención a la diversidad que serán incluidas en el plan de mejoramiento.

Expresión y conciencia corporal desde una mirada inclusiva

La educación inclusiva es un tema que corresponde a todos(a) los maestros y estudiantes de la facultad de música de la Universidad Pedagógica Nacional apropiarse, ilustrarse en detalles, para asumir los retos que implican sus bondades tanto a nivel académico, artístico como social. Esta forma de educar supone la transformación de los ambientes educativos para dar respuestas a todo tipo de necesidades del alumnado; proponiéndose como objetivo principal que la comunidad educativa entienda la diversidad como una oportunidad de enriquecimiento personal y grupal para todos y todas. La UNESCO (2005) Entiende la *educación inclusiva* como un proceso que permite responder a la diversidad de necesidades de todos los educandos mediante su participación en el aprendizaje, en actividades culturales y comunitarias reduciendo la exclusión a nivel académico y social.

Por otra parte, la expresión corporal como lenguaje artístico centra sus ejes de formación hacia la dimensión expresiva, comunicativa, creativa y estética convirtiéndose en una excelente estrategia para la inclusión de alumnos en situación de discapacidad. Para el caso de este estudio monográfico “la

discapacidad visual o disminución visual”, es viable la expresión corporal, ya que los ejes de formación que contempla facilitan el desarrollo personal y el trabajo en equipo, constituyéndose es la disciplina artística que por sus características y contenidos a desarrollar se establece en el mejor medio que genera experiencias y espacios de inclusión para la discapacidad.

Patricia Stokoe -impulsadora de la expresión corporal y de la técnica de sensopercepción, nace en la Provincia de Buenos Aires, y a los 18 años viaja a Inglaterra para estudiar Danzas Clásicas en el *Royal Academy of Dance*. En Londres, repentinamente queda inmersa en el estallido de la Segunda Guerra Mundial. Es en esa época que entra en contacto con algunos maestros de la danza como Kurt Joos y Rudolf Von Laban, quienes se habían establecido en la capital británica escapando de la persecución nazi. Stokoe se identificó especialmente con Von Laban por los conceptos de danza libre - la búsqueda del estilo propio de cada individuo en su manera de bailar -, y con la noción de la danza al alcance de todos. El enfoque de Laban le abrió un mundo para pensar el movimiento.

Patricia Stokoe toma contacto con él y queda marcada por la influencia de este maestro. Patricia Stokoe se refiere a Laban como el primer filósofo y científico de la “danza libre”.

Ella descubre en Laban, la necesidad de tener un aporte de filosofía-propia de su disciplina-, fundamentos teóricos y una metodología de trabajo en esta nueva actitud hacia la danza y encuentra además en él, quizá al primer filósofo y científico de la “danza libre”. Con ese nombre, Laban identificó una forma de danzar que pretendía orientarse hacia “personas libres en sociedades libres”,

principio que le costó la ciudadanía alemana y motivó su traslado a Inglaterra donde pudo continuar el desarrollo de su trabajo” (Kalmar, 2005: 131).

Patricia Stokoe en 1950 retorna a la Argentina donde crea la Expresión Corporal cuyo principal objetivo es la danza. Una danza subjetiva, emocionada en la cual cada persona se expresa, se muestra y elige de qué manera mostrarse. Junto con la Expresión Corporal crea la técnica que permite profundizar sobre la danza y la llamó Sensopercepción –base de la Expresión Corporal y principal camino hacia el desarrollo de la propia danza-.

Patricia Stokoe (1974), definió la Expresión Corporal como una forma de danza y lenguaje que da la posibilidad de entrar en contacto consigo mismo y con los demás. Previamente, Stokoe (1967) ya había remarcado que la Expresión Corporal es una manera de exteriorizar estados anímicos, desarrollando como finalidad una integración de la persona, refiriéndose a esta como la composición integral del ser humano en la que sea capaz de reflejar sus sentimientos y estados de ánimo. Pensando en los estudiantes, Stokoe (1974) afirma que la institución escolar tiene la responsabilidad de educar de manera integral, es decir, en los aspectos físicos, sociales, intelectuales y emocionales, y que la Expresión corporal es un camino excelente para el desarrollo holístico del alumnado.

“La recuperación del propio cuerpo como un elemento de primera importancia en la afirmación de la personalidad y la búsqueda de uno mismo.” (Stokoe, 1978, P. 21) Según esta línea de pensamiento, podemos decir que la Expresión Corporal tiene como premisa fortalecer el crecimiento y maduración

del ser humano en todas las etapas de su vida; surge con la expresión corporal cotidiana, acto espontáneo que cobra dimensión estética al exceder los límites habituales de movimiento: establece un modo diferente de acercarse al mundo exterior desde la imagen que se proyecta en el interior. Esta experiencia se hace evidente en el reconocimiento perceptivo del cuerpo y sus posibilidades de movimiento y acción, en acuerdo al registro corporal y al reflejo natural sensible del sujeto que se expresa y se comunica, creativamente, consigo mismo y los otros.

Podemos decir ahora, que el trabajo en conjunto con personas invidentes y deficientes visuales, a través de la Expresión Corporal, permite recuperar el dominio del cuerpo puesto al servicio del movimiento que, en “apariencia”, se encontraba “perdido”; pero también, al mismo tiempo, habilitarlo para que construya desde la propia subjetividad su realidad expresiva, la que se proyecta a partir de la confianza en el propio equilibrio y en permanente interacción con el uso del espacio, el tiempo, las calidades de movimiento y de locomoción.

En otras palabras, equivale a que cada ser humano descubra su lenguaje corporal en la interacción con el mundo interno y externo, a través de la imaginación como instrumento. A propósito de esto, la Sensopercepción, es una de las técnicas constitutivas de la Expresión Corporal, cuya práctica favorece el reconocimiento de la imagen global y segmentaria del cuerpo, mediante la observación y el registro consiente de los estímulos recibidos, lo que facilita la construcción de una comprensión más exacta y precisa de la realidad corporal. Por consiguiente, la Expresión Corporal con ciegos y disminuidos visuales pretende generar la autonomía corporal mediante la

exploración y apropiación del espacio en el sentido amplio de la palabra. Implica reconectar y vincular la praxis en comunión a las acciones cotidianas de la vida mediante nuevos patrones del sentir, es decir, redescubrir el cuerpo como factor socializante y que el habla no sea quien, en esencia, lo sustituya. Se trata de prevenir la necesidad de apego al otro y, en consecuencia, intervenir en el proceso de descubrir/se cómo personas libres e independientes, capaces de ser protagonistas de su propia vida.

Metodología sensoperceptiva

*“Un poeta tiene que ser profesor en los cinco sentidos corporales: vista, oído, tacto, gusto y olfato, en ese orden, para poder ser dueño de las más bellas imágenes, tiene que abrir las puertas de comunicación entre todos ellos.”
Federico García Lorca*

Es el nombre adoptado por Patricia Stokoe y el sustento de formación en su línea de expresión corporal, es el nombre dado a una disciplina al alcance de todos que forma una parte fundamental para especificar, diferenciar y definir esta actividad básica en la búsqueda de la propia imagen y el desarrollo de esa forma única e irrepetible que es la Expresión Corporal propia, cuyo objetivo es el conocimiento más profundo de sí mismo y el eje central de su técnica. Es la unidad de todo el funcionamiento expresivo biopsíquico y social del hombre. La sensopercepción hace parte de los contenidos necesarios en la indagación de la expresión corporal, siendo inherente al ser humano y un punto de encuentro constante durante el descubrimiento y desarrollo del lenguaje corporal, recuperando y enriqueciendo la vivencia de este; además de

estimular la capacidad de observación y de registrar los estímulos que contribuyen en la elaboración de imágenes acerca del propio cuerpo con relación a sí mismo y al medio que lo rodea y con el que interactúa.

El entrenamiento de la capacidad de observación sensorial que va dirigida al propio cuerpo, permite tenerlo presente en todo momento, en el constante reconocimiento de su presencia y del entorno, y en su búsqueda por mantener vías de comunicación abiertas entre lo interno y lo externo.

En esta búsqueda de un lenguaje auténtico, Patricia, como bailarina, respondiendo a las necesidades de superar sus propias limitaciones, y posteriormente como educadora, al toparse con las inhibiciones, bloqueos, tensiones de sus alumnos, fue integrando la propia experiencia e investigación con los aportes de maestros como Gerda Alexander, Moshe Feldenkrais y colegas entre los cuales podemos nombrar a Violeta de Gainza, Oscar Fessler, entre otros, quienes por diversos caminos estuvieron encausados en la misma búsqueda: la del descubrimiento de los principios esenciales que sustentan la vida creadora humana y las leyes naturales del movimiento, tan sabias en el logro constante del equilibrio, ahorro y canalización de la energía.

Tomado de los escritos inéditos de Patricia Stokoe explica la Sensopercepción como la técnica que propone la posibilidad de una vida corporal más armónica que permita vivir una realidad corporal gozosa, desplegando el máximo de flexibilidad tónica que cada uno logre desarrollar. Tiende a aumentar la capacidad de observación y registro de los estímulos que

van a dar lugar a la elaboración de imágenes diferenciadas, detalladas y precisas del propio cuerpo.

Inician su práctica con “El despertar”, pretendiendo agudizar y refinar la capacidad de observación, de captación sensoperceptiva para formar e integrar imágenes lo más fieles posibles a la realidad corporal propia, acortando así la distancia entre una representación intelectual, o una representación ideal del mismo y la percepción o conciencia de su realidad concreta en cada momento. Orienta la atención, el interés hacia la persona mismo, desarrollando la capacidad de estar alertas y presentes, hacia “lo que habita de la piel para dentro”, registrar el tono muscular tanto en la quietud como en el movimiento y captar el universo de mensajes que provienen de su interior. Durante la exploración, desarrollo y potencialización de la sensopercepción, la mirada y el interés se enfoca en la capacidad de estar alertas y presentes, registrando el tono muscular, la postura, piel, órganos, estructura ósea, entre otros aspectos; tanto en la quietud como en el movimiento, asimilando las señales emitidas por el mismo cuerpo desde el interior, aumentando la conciencia de la presencia corporal en el espacio que le rodea.

Este despertar o registro, consiste en una observación guiada que invita “a hacer presente”, a llevar el interés hacia lo que habitualmente pasa desapercibido. Solemos partir de una presencia global y totalizadora hacia la diferenciación de cada zona en forma detallada para reinsertarla nuevamente en el todo. El “todo corporal” se irá diferenciando progresivamente,

desplegando así el pasaje de ese “todo indiferenciado” hacia un todo “claro y distinto”.

Gubbay (sección de “Papel de la sensopercepción en la recuperación del propio cuerpo”, párr. 4), expone:

El camino que tomamos para este estar alerta, perceptivos de nosotros mismos y del mundo que nos rodea parte de lo más cercano y accesible a todos: del tocar, mirar, oler, gustar, escuchar a través de nuestros sentidos interoceptivos, que nos traen mensajes del mundo externo, y por otro lado a través de nuestra propioceptividad que nos transmite mensajes sobre la ubicación del cuerpo en cada momento, su postura, peso, ubicación, tensión o relajación, etc.

Así, los sentidos van siendo entrenados con la práctica, a través de la observación guiada llevando el interés hacia lo que por lo general pasa desapercibido; captando el mundo, decodificándolo, recomponiéndolo e integrándolo, con el objetivo de intervenir en ese mismo mundo, como seres integrales por medio del movimiento. Partiendo de la presencia global y totalizadora hasta llegar a la diferenciación de cada zona de forma detallada para reinsertarla nuevamente en el todo, que más adelante se reflejará como un todo claro y distinto. Seguido de la observación y atención a cada sentido, uno por vez, haciendo conciencia y recibiendo la información que brinda la propioceptividad acerca de la posición, el movimiento, la distribución del peso, ubicación, presión, tensión, distensión, y demás.

La Sensopercepción recoge y evoca lo recibido a través del aparato sensorial, y a la vez, estimula la asociación y producción de imágenes que van a dar lugar a la fantasía creadora, esenciales para alimentar la vida sensible y artística de cada individuo. Gubbay (sección de “Papel de la sensopercepción en el proceso creador”, párr. 5), anota:

El camino de la creación se estructura sobre dos tipos de imágenes; las imágenes reproductivas que son la internalización más fiel posible de la realidad, que reproduce una experiencia tal como sucedió, tal como se la vivió; y las imágenes productivas que sobre la base de las anteriores producen nuevas imágenes, nuevas maneras de ver al mundo y permiten modificarlo.

Como la misma autora lo explica, la sensopercepción se encamina a ampliar el campo de la internalización del mundo y de la imaginación, lo cual se logra a través de la acción, del movimiento corporal. Al realizar un trabajo consciente sobre el cuerpo, recuperando, re-creando, recobrando, y aún “re-inventando” cada zona, se evidencia la capacidad de potencializar su movimiento, flexibilidad, sensibilidad, ideas, imágenes, que contribuyen de manera significativa el fundamento de la expresión corporal, en la continua transformación del cuerpo y desde el cuerpo.

La sensopercepción se encarga entonces de “re-estimular incesantemente la capacidad de observación y de asombro”. Orientando y abriendo puertas para volver a mirar detalladamente aquello que no se mira, ni percibe cotidianamente; descubriendo de manera constante, nuevos elementos y herramientas, además de utilizarlas en pro de la construcción corporal positiva. Aquí, el movimiento adquiere una nueva revelación y organización, una nueva conexión, un movimiento propio, particular y significativo.

La sensopercepción tiene dos componentes, el sensorial y el perceptivo. La representación mental del mundo se consigue a través de la sensación; pero, sin la capacidad para seleccionar, organizar e interpretar las sensaciones esta representación no sería completa. La sensación es la respuesta directa e inmediata a una estimulación de los órganos sensoriales, y la percepción hace referencia a la interpretación secundaria de las sensaciones con base a la experiencia y recuerdos previos. Las sensaciones llegan desde el cuerpo hasta

el sistema cognitivo y es allí donde se convierten en percepciones. La sensación y la percepción, la primera corresponde al aspecto fisiológico y la segunda al aspecto psicológico del organismo humano. Por lo cual, se hace necesario desarrollar estos dos temas a continuación, y aunque de manera individual, teniendo siempre clara su relación y dependencia.

Sensación

Luria (1984), observa que. “La sensación no es en absoluto un proceso pasivo, sino que siempre incluye en su estructura componentes motrices” (p.16). Lo cual se vincula directamente con la teoría reflectora de las sensaciones, en donde se menciona que las sensaciones entrañan un carácter activo. Las sensaciones constituyen la fuente principal del conocimiento que se tiene acerca del mundo exterior, y acerca del propio cuerpo, por medio de ellas, la información sobre los fenómenos del mundo exterior y el estado del organismo llega al cerebro; y de ésta manera, el ser humano puede orientarse en cuanto al medio que lo rodea, y en cuanto a su propio cuerpo, haciendo uso de la conciencia.

Es proceso y resultado del registro de la realidad a través de los sentidos, unidad del conocimiento. Normalmente se han distinguido cinco tipos fundamentales de sensaciones, como el olfato, el gusto, el tacto, el oído y la vista. Pero aún, se encuentran tres grupos más trascendentales y esenciales de las sensaciones, los cuales se encuentran mencionados como: sensaciones interoceptivas, propioceptivas y exteroceptivas.

Sensaciones interoceptivas. Estas sensaciones agrupan las señales y procesos que llegan del medio interno del organismo, haciendo llegar al cerebro los estímulos que emiten los aparatos receptivos que se encuentran distribuidos por las paredes de los órganos internos (estómago, intestinos, corazón, sistema sanguíneo, y demás órganos viscerales). En cuanto a éste tipo de sensaciones, Luria (1984) aclara: “las sensaciones interoceptivas figuran entre las formas más difusas y menos concienciables de las sensaciones y conservan siempre su afinidad con los estados emocionales”. (p.19).

La importancia de estas sensaciones, se ve reflejado además en su necesidad para la regulación del balance de los procesos metabólicos internos, o lo que es llamado como, homeóstasis (constancia de equilibrio) de los procesos de intercambio en el organismo. Así mismo, las señales de este tipo conllevan a satisfacer las necesidades, y también a eliminar ciertos estados de tensión que aparecen cuando es alterado el funcionamiento de los órganos internos.

Sensaciones propioceptivas. Tales sensaciones se encargan de las señales que indican la situación del cuerpo en el espacio, y la postura del aparato motriz-sustentador, regulando los movimientos del individuo. La sensibilidad propioceptiva posee receptores ubicados en los músculos y en las superficies articulares como tendones y ligamentos. En este grupo de sensaciones, se encuentra un tipo especial de sensibilidad, conocido con el nombre de sensación de equilibrio o sensación estática. Como lo explica Luria (1984):

Sus receptores periféricos están situados en los conductos semicirculares entre sí; el líquido que llena estos conductos cambia su situación en dependencia de la posición del cuerpo y, singularmente, de la cabeza, excita las células sensoriales "ciliadas", que se desplazan bajo el efecto de la corriente del mencionado líquido (endolinfa) y, de este modo, señala los cambios de posición de la cabeza en el espacio. (p. 22).

Sensaciones exteroceptivas. Son las encargadas de hacer llegar al hombre la información que proviene del mundo exterior, constituyendo el grupo fundamental de sensaciones que une al ser humano con su medio ambiente. A éste grupo pertenecen el gusto, el tacto (sensaciones por contacto), el olfato, el oído y la vista (sensaciones a distancia). A esta serie se añaden otras dos categorías: las sensaciones intermedias o intermodales y los tipos inespecíficos de sensaciones, en donde se encuentra la sensibilidad vibratoria (intermodal), como lo es la percepción de sonidos por los sordos. O la foto sensibilidad (tipo inespecífico), o el sentido de la distancia (sexto sentido), el cual poseen los invidentes, y que les permite percibir a distancia los obstáculos.

En cuanto a la modificación de las sensaciones Luria (1984):

Según han mostrado las investigaciones, la sensibilidad de nuestros órganos de los sentidos puede variar y dentro de límites muy grandes. Esta mutabilidad depende tanto de las condiciones ambientales como de circunstancias internas diversas (fisiológicas y psicológicas), de los influjos químicos, de las orientaciones del sujeto y otros factores similares.

Ahora, una sensación no implica necesariamente que la persona se dé cuenta del origen de lo que lo estimula sensorialmente, para ello analiza el estímulo, es decir hace uso de las percepciones. Las sensaciones no sólo se reciben a través de los cinco sentidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto), que funcionan de forma automática y natural, sino que también dependen de la cantidad de estímulo. Una sensación se transforma en percepción cuando tiene algún significado para el individuo, por eso es importante analizar cuál es la

experiencia de las personas con esas sensaciones, ya que la percepción aumenta o se fortalece conforme se enriquece la experiencia y la cultura del sujeto.

Ejes de trabajo de la técnica sensoperceptiva.

La técnica se estructura en siete ejes de trabajo los cuales deben ser abordados para poder dar cuenta de un verdadero proceso donde se desarrolla la sensopercepción, es importante resaltar que no todos los nueve ejes serán abordados en esta investigación, pues se hará énfasis en los que se consideran pertinentes

1. Los sentidos, exteroceptivos y propioceptivos. Para el trabajo de este eje, observamos una zona del cuerpo por vez, orientamos nuestra atención a un sentido por vez para aprender a detenernos y hacer consiente, hacer presente tanto lo que habita de la piel para dentro cómo lo que nos rodea.

“El camino que tomamos hacia este estar alertas, perceptivos de nosotros mismos y del mundo que nos rodea parte de lo más cercano y accesible a cada uno. Es a través de nuestros sentidos exteroceptivos -mirar, tocar, escuchar, oler, gustar que recibimos los estímulos del mundo exterior o de la envoltura del propio cuerpo (la piel), y será nuestra propioceptivas-kinestésicas la que nos brinde la información acerca de la posición, movimiento, distribución del peso, ubicación, presión, tensión, distensión de nuestro cuerpo. Es por ello que el mundo de las sensaciones nos indican las interrelaciones que constituyen la capacidad del cuerpo de percibir desde nuestro interior. Es por eso que se afirma que el mundo de las sensaciones y sus relaciones van construyendo la

imagen corporal de cada individuo en estrecha relación con los demás.” Lapierre. El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia” Científica médica (1980).

El entrenamiento de la capacidad de observación sensorial orientado al propio cuerpo nos permite tenerlo presente en todo momento y no esperar solamente aquellos momentos en que nos duele para reconocer su presencia. Nos permite reducir el margen de error entre la imagen del cuerpo que hemos construido y la realidad del mismo.

1. Los apoyos: externos e internos, duros y blandos, pasivos y activos del cuerpo en diversas posiciones, en quietud y en movimiento. La utilización consiente de nuestros apoyos, tanto los apoyos internos de unas zonas internas del cuerpo sobre otras, específicamente de unos cuerpos vertebrales sobre otros (cabeza sobre cervicales, fémur sobre tibia, etc.); como los apoyos externos de unas superficies corporales sobre el piso, sillas, bancos, mesas, paredes, árboles, tacos de zapatos, bambúes, pelotas de diversos tamaños, como también de superficies del propio cuerpo sobre el cuerpo de otras personas.

Aprendemos a observar la calidad de estos apoyos, si son duros o blandos; óseos o musculares, definiendo cada vez con mayor precisión su tamaño, ubicación, la relación o resonancia entre unos y otros, la posibilidad de entrega y distribución del peso corporal en cada momento, tanto en la quietud como en el despliegue del movimiento. Aprendemos a jugar y registrar las sutiles o grandes variaciones del traslado del centro de gravedad del cuerpo y su relación con los apoyos, exploramos el fenómeno del equilibrio en q

Exploramos la diferencia entre lo que llamamos apoyos activos y apoyos pasivos, los primeros siendo aquellos sobre los cuales ejercemos una presión, tanto de tracción como de rechazo, con el consiguiente cambio tónico o desencadenamiento del movimiento que genera. Pasividad tiene que ver con la capacidad de entrega de todo o partes del cuerpo a ser sostenidos o movidos por otra persona, objeto o elemento de la naturaleza así como también la entrega de zonas del propio cuerpo para ser sostenidas o movidas por otras. La pasividad implica una inhibición consiente

2. El esqueleto: huesos y articulaciones. Cómo son, dónde están, alcances y límites de sus movimientos. La percepción óseo-articular. Reconocer y ubicar cada hueso, observar su forma, tamaño, consistencia, zonas articulares y movimientos posibles en cada articulación para ir completando, detallando los espacios internos y relaciones de un hueso con otro en quietud y en movimiento. Al pensar en el hueso o zona del hueso que guía al movimiento estamos influyendo los músculos vinculados a él y nos permite aliviar el movimiento distribuyendo y adaptando el trabajo muscular con el tono adecuado a la necesidad de desplazamiento en cada ocasión.

A partir de la alineación ósea, se puede estimular el buen uso y funcionamiento de la musculatura esquelética o profunda (musculatura roja), que tiene como función mantener la posición erguida del cuerpo, dejando libre la musculatura superficial o externa (musculatura blanca), cuya función es la del desplazamiento de los segmentos óseos haciendo posible los movimientos de locomoción tanto lenta como así los cambios rápidos en la dirección del movimiento. Esta musculatura superficial, generalmente se encuentra

tensionada, en forma inconsciente (por ejemplo en zonas como los hombros, la cintura, los muslos, las pantorrillas y sobre todo en la zona de sostén de la cabeza, el cuello, zona sub-occipital, mandíbulas, garganta) con el consiguiente bloqueo de la energía y fatiga que esto genera, y que va anulando nuestra capacidad de estar alertas, listos para la acción en cada instante. Así por el contrario, la recuperación de la alineación de nuestro esqueleto, la flexibilidad y el equilibrio neuromuscular, nos permite estar alertas, vitalizando y potenciando cada momento que vivimos.

3. La piel: envoltura o límite del cuerpo: Ubicar y trabajar cada sector de la piel. Las zonas más y menos sensibles, notamos si hay zonas ausentes y que pueden ser re-despertadas con el toque de las propias manos, la ropa, el piso de objetos como pelotas de tenis, cañas de bambú, el agua de la ducha, etc. Al estimular, re-sensibilizar la piel estamos entrenando por un lado la capacidad de registrar texturas y temperaturas y por otro lado a profundizar la imagen de la envoltura viviente (límite o frontera) de nuestro cuerpo.
4. El peso: percepción y traslado del peso sobre apoyos. Exploramos la diferencia entre lo que llamamos apoyos activos y apoyos pasivos, los primeros siendo aquellos sobre los cuales ejercemos una presión, tanto de tracción como de rechazo, con el consiguiente cambio tónico o desencadenamiento del movimiento que genera. Pasividad tiene que ver con la capacidad de entrega de todo o partes del cuerpo a ser sostenidos o movidos por otra persona, objeto o elemento de la naturaleza así como también la entrega de zonas del propio cuerpo para ser sostenidas o movidas por otras. La pasividad implica una inhibición consiente.

5. El contacto: prolongación, rechazo y vectores. Al utilizar el tacto mantenemos nuestra conciencia dentro del límite de nuestro organismo a través de frotar, pellizcar, rascar, acariciar, palpar. Al realizar contacto nos referimos a la capacidad de traspasar conscientemente el límite visible de nuestro cuerpo tanto hacia el interior del mismo como hacia los seres y objetos del entorno. Como ejemplo, el violoncelista que al tocar pone en contacto su brazo y mano derecha con las cuerdas de su instrumento a través del arco que pasa a ser una continuación del brazo. Los dedos de la mano pueden llegar a percibir las cerdas del arco frotando las cuerdas como si este fuera parte del propio cuerpo.
6. El tono muscular. Entendemos por Tono el grado de contracción básica que mantiene el músculo, aun cuando está en reposo. El tono está regulado por todo el sistema neuromuscular, es el estado de preparación o alerta que permite la constante adaptación y organización fisiológica. No es simplemente un estado de la musculatura sino del funcionamiento del sistema en su conjunto y responde a las experiencias, aprendizajes, vivencias en los planos físicos, afectivas, emocionales, racionales y sociales que hacen a la particular personalidad de cada individuo. Buscamos su movilidad, su flexibilidad, que no quede fijado y tenga la posibilidad de adaptación a las cambiantes necesidades. Un ejemplo de esta facilidad de adaptación debemos buscarla en los animales, y en los niños pequeños. Si observamos un gato por ejemplo, descubriremos su facilidad de pasar en un período muy breve, del reposo absoluto al salto, en cambio, las personas adultas tenemos la tendencia a fijar el tono, tender hacia la hipotonía (tono

bajo) o hipertonía (tensión excesiva) de todo o partes del cuerpo como rasgo habitual.

Didáctica de la sensopercepción

La organización de las prácticas de "Sensopercepción" cumple un proceso que parte de lo absolutamente accesible a todas las personas que quieran participar y se desarrolla en niveles cada vez más complejos, culminando en lo que puede llamarse entrenamiento de las cualidades físicas como ser el óptimo funcionamiento articular- muscular y energético no solo para el servicio artístico sino para la vida cotidiana (Patricia Stokoe escritos inéditos):

Deborah Khalmar, hina de Patricia Stokoe y continuadora de su línea de Expresión Corporal explica: " Sensación como el proceso y resultado del registro de la realidad a través de los sentidos. Punto de partida de la internalización del mundo. Unidad de todo el funcionamiento expresivo biopsíquico y social que es el hombre, la sensación es la unidad de conocimiento. Todo esto se estructura en una "imagen" llamada percepción; estructura más compleja donde se incorporan los resultados de los registros sensoriales." Mediante este trabajo se profundiza sobre la imagen corporal y la afectividad para ganar una mayor sensibilidad en general hacia sí mismo y el mundo externo, pudiendo así surgir imágenes nuevas y productivas para un mejor alcance expresivo.

La percepción y restauración en plenitud de las sensaciones corporales, es la unidad básica de la Expresión Corporal, aquel que profundiza sobre el esquema corporal, integra en sus actividades aportes de otras disciplinas afines que también valorizan la capacidad de concentrarse, profundizar la percepción, regular el tono muscular, armonizar los movimientos del cuerpo

para crear y comunicarse más satisfactoriamente.(Deborach) Dentro de este concepto de sensación y percepción "La Sensopercepción" como técnica de base se refiere específicamente a dos aspectos:

1. Todas las actividades prácticas cuyos objetivos son facilitar la posibilidad de registrar con creciente claridad los diversos estímulos que darán lugar a la elaboración de percepciones del propio cuerpo (imagen corporal) y del medio externo.

2. Un concepto y una técnica general de acercamiento sensoperceptivo a otros aspectos de la Expresión Corporal, como por ejemplo: la comunicación, el desarrollo de cualidades físicas, la sensibilización musical, la capacitación psicomotora y rítmica, la ejercitación de la imagen reproductiva y productiva y la integración de objetos.

“La sensopercepción como práctica permite recuperar y enriquecer la vivencia del propio cuerpo para la expresión, la danza y la vida. Es una práctica de descubrimiento y despliegue de nuestro potencial con una fundamentación teórica que puede ser abordada desde diversos campos hacia el desarrollo de los potenciales artísticos que existen en toda persona.” Citas del trabajo “Sensopercepción” de Deborah Kalmar y Marina Gubbay. “...La Sensopercepción (también) es uno de los contenidos y una de las técnicas en la formación en Expresión Corporal, punto de partida y llegada constante en este camino de descubrimiento y desarrollo del lenguaje corporal de cada uno así como el poeta afina su sensibilidad y se embebe del mundo para

devolvernos su visión única, subjetiva, emocionada en cada uno de sus poemas...”

La eutonía

En los comienzos de la Segunda Guerra Mundial, Gerda Alexander emigró a Dinamarca, y en 1940 fundó “oficialmente” su primera escuela de Eutonía en Copenhague. Sus investigaciones no hubieran podido realizarse en la Alemania nazi, ya que su método propiciaba ampliar la conciencia, desde una búsqueda personal del ser humano. En sus propias palabras, “La Eutonía propone una búsqueda adaptada al mundo occidental para ayudar al hombre de nuestro tiempo a alcanzar una conciencia más profunda de su realidad corporal y espiritual como verdadera unidad” (Alexander, 1991:23). Y es la Eutonía la que invita al hombre a “profundizar este descubrimiento de sí mismo sin retirarse del mundo, sino ampliando su conciencia cotidiana y permitiéndole liberar sus fuerzas creadoras con un mejor ajuste a todas las situaciones de la vida y con un enriquecimiento permanente de su personalidad y de su realidad social” (Op.citp.:23).

La palabra eutonía (del griego *eu* = buen, justo, armonioso y *tonos* = tono, tensión) fue creada en 1957 para expresar la idea de una tonicidad armoniosamente equilibrada, en adaptación constante y ajustada al estado o a la actividad del momento (Alexander, 1991) Según las diferentes disciplinas y autores, existen varias maneras de definir el tono: los psicofisiólogos definen el tono como “la actividad de un músculo en reposo aparente”. Esta definición señala que el músculo está siempre en actividad, aun cuando ello no se

traduzca ni en desplazamientos ni en gestos (op.cit: 25).Teniendo en cuenta que las variaciones del tono muscular son expresiones del cuerpo, tanto en actitudes como en movimientos -manifestados a través de estos estados conscientes e inconscientes-, desde este punto de vista se desprende que, actuando sobre la tonicidad, se puede influir sobre la totalidad del ser humano.

La Eutonía no es una técnica de relajación: es a partir del conocimiento que el ser humano puede reconocer su estado muscular; descubrir otros para poder elegir el indicado y no sólo en estado de relajación sino en todas las situaciones de la vida.

Es una posibilidad de ampliar el abanico de opciones, relacionando el comportamiento con el estado tónico. La Eutonía permite a la persona no quedarse fijada en un matiz de tono muscular y por consiguiente, esta flexibilidad la capacita para vivenciar toda la gama de sentimientos humanos, dándole la posibilidad de adquirir un dominio de su tono en todos los niveles, incluso en los más profundos del descanso.

Rovella Adriana. Autora del documento la Eutonia. Sus principios. Quien participó en una jornada de Cuerpo y cultura de la Universidad Nacional de la Plata del 5 al 17 de mayo del 2008. Documento consultado para este estudio monográfico en Memoria Académica de la facultad de humanidades y ciencias.
http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.679/ev.679.pdf

Documento que presenta un estudio detallado dando cuenta de la Eutonia como práctica corporal desde sus objetivos y principios, ya que la autora es

Eutonista. Egresada de la primera escuela Argentina y Latinoamericana de Eutonia.

La autora presenta la Eutonía como una disciplina captada en el cuerpo, pensada, aprehendida en el lenguaje, que como experiencia de vida se aprende viviéndola.

Se funda y fundamenta desde funciones, que se transforman en significaciones, construcciones del ser, atravesadas, organizadas, actualizadas en el “aquí y ahora” desde la *conciencia*, también función específica, expresada en la necesidad de tomar conciencia, de un hacer a conciencia una exploración con y desde esa conciencia.

En Eutonía es fundamental el aspecto de la conciencia, estar consiente, sentir, sentirse, a través de una atención que se va ampliando, profundizando, enriqueciendo, a la vez dirigida y abierta, a la expectativa de ver qué ocurre.

Desde sus comienzos la conciencia es conocimiento y el conocimiento es conciencia.

La *atención* es un aspecto esencial, privilegiado, relacionado directamente con la conciencia; dirigirla voluntariamente en un sentido determinado, con un centro preciso: el cuerpo y sus vivencias, su interioridad y la captación del mundo externo; estar atentos a las informaciones que envían los órganos de los sentidos desde el propio cuerpo permitirá progresivamente, reconocer y comprender los mensajes que provienen de él.

Las propuestas de trabajo en Eutonía dice Rovella están diseñadas para producir un cambio en la dirección y en las cualidades de la atención, generando una modificación del tono, que puede ser perceptible; trascendiendo al estado de “presencia”, a estar alerta a lo que ocurre en el momento presente. Estos procesos se producen en el tiempo, no inmediatamente, favoreciendo poco a poco el estar en “su cuerpo” y el aprendizaje de nuevas maneras de movimientos más adecuados a la realidad de cada persona, que también será capaz de “atender” hacia su interior y hacia el mundo exterior simultáneamente, desarrollando una percepción más precisa de la totalidad de su ser y del medio en que vive.

El estudio de la atención (Vishnivetz, B. Eutonía – Educación del cuerpo hacia el ser) está frecuentemente relacionado con el estudio de la conciencia y de las actividades de la corteza cerebral. Algunos investigadores llegaron a afirmar que la atención es un estado de conciencia. Al enfocar la atención sobre “algo”, ese “algo” cobra existencia, se distingue de lo que en ese momento se convierte en fondo, que es más vago, menos diferenciado. No hay posibilidad de vida psíquica y de representación de sus contenidos sin una dosis de atención, totalmente imprescindible en toda experiencia.

La categoría de *yo observador* fue enunciada por (Morrow, F. *The formation of an observing self in Eutony*) habla de su desarrollo y acrecentamiento a partir de la práctica sistemática en Eutonía. Es la función que es conciencia – awareness- ella misma; el siempre presente toda vez que haya conciencia, que

en la mayoría de las personas considera que existe muy rudimentariamente. Este “Yo observador” requiere de un gran compromiso y persistencia en el trabajo personal para su crecimiento; la particularidad de este desarrollo es que la persona consiente de lo que ocurre dota a la situación de un novedoso estado de conciencia que antes no estaba.

El Yo observador eutónico sería un aspecto senso-psico-motriz que nos va habitando y habilitando junto al aprendizaje de los principios de la Eutonía como posibilidades de organizar nuestras experiencias, con el propósito de aprendernos en nuestros tonos, matices, matrices vitales, y dejarnos transitar y trascender en nuestras fluctuaciones.

El *sentirse* ocupa un lugar fundamental en la suma de aspectos esenciales la construcción de la Eutonía, porque trata por un lado de la toma de conciencia de las sensaciones del y desde el cuerpo, y al mismo tiempo de percibirse y percibir.

La *percepción* es una actividad psicofisiológica (Guido, R. *De las sensaciones a la percepción*) que nos permite tomar conciencia y conocer lo que sucede dentro y fuera de nuestro cuerpo, a través de un complejo sistema denominado por algunos autores “complejo perceptivo”. Implica una instancia física referida al estímulo, una orgánica referida al proceso neurofisiológico que la posibilita y una instancia psíquica y social que remite al yo del sujeto para poner en juego los contenidos de su escenario íntimo subjetivo, interpreta las

señales del organismo convirtiéndolas en signos. Los distintos momentos de este proceso ponen en evidencia la complejidad multifactorial del mismo.

La *sensación* es el primer paso del complejo perceptivo, constituyendo su aspecto fisiológico. Sucede cuando un receptor es impresionado por un estímulo adecuado para él.

Según la clasificación de Sherrington, mencionada por Le Boulch. (Le Boulch, J. Hacia una ciencia del movimiento humano) las sensaciones se pueden clasificar en exteroceptivas, cuando los estímulos provienen del exterior del cuerpo, captados por los cinco sentidos: tacto, gusto, oído, olfato, vista, en ellos los receptores se encuentran conformando órganos que permiten la captación de cualidades de objetos o situaciones del mundo exterior; y en propioceptivas e interoceptivas cuando los estímulos vienen del interior del cuerpo. Las sensaciones interoceptivas se producen por excitación de superficies internas del organismo o de algunos órganos huecos sensibles a la dilatación de sus paredes, produciendo sensaciones orgánicas que informan sobre estados del organismo, que codificamos y decodificamos como hambre, sed, ahogo, indigestión, etc., Las sensaciones propioceptivas informan sobre la situación del cuerpo en el espacio, del aparato locomotor (la posición de los miembros en el espacio, los movimientos que se hacen y cómo se hacen, sensaciones de peso, de equilibrio –por medio de las impresiones recibidas en el aparato vestibular y laberinto del oído); producen sensaciones kinestésicas – referidas al movimiento- cuya función es regular el equilibrio y las acciones voluntarias coordinadas, y estáticas.

Ejes de trabajo de la técnica

1. Conciencia de la piel, el tacto consciente
2. Experiencia del volumen del cuerpo (espacio interno, tridimensionalidad)
- 3 .Desarrollo consciente de la presencia de los huesos y su orientación en el Espacio.
4. Contacto consciente
5. Experiencia del transporte (reflejo consciente de enderezamiento repousser (uso de la fuerza)
6. Vibraciones óseas
- 7 Vibraciones vocales
8. Micromovimientos, microdeslizamientos.
9. Movimientos activos y pasivos
10. Posiciones de control. Movimiento eutónico.

1. Conciencia de la piel, el tacto consciente. Se comienza por el tacto para desarrollar la sensibilidad de la piel, tratando de captar vivencialmente la totalidad en su verdadera forma, permitiendo identificación con el sí mismo. También proporciona datos del mundo circundante: formas, temperatura, consistencia, presiones, y de la comunicación no verbal a través de la expresión de la cara, de las variaciones de la piel, ternura, dolor, etc. La conciencia de la piel se va desarrollando progresivamente.

Al estimular la piel para desarrollar el sentido del tacto, se activa la sensibilidad de los receptores, que dan la posibilidad de percepción. Para

Vishnivetz, esta tarea prepara al cuerpo a toda actividad posterior, aumentando y sobre todo aguzando la capacidad de atención en la situación presente.

La complejidad del sentido del tacto permite que se lo vivencie como modalidad física, sensación, y también afectivamente, ya que sus elementos sensoriales inducen cambios neurológicos, glandulares, musculares y mentales que interrelacionados pueden producir una emoción.

Gerda Alexander (Alexander, G. *Bones*) advirtió que a través de la práctica de la Eutonía, el desarrollo de la sensibilidad profunda y superficial actúan sobre la regulación del tono muscular y las funciones neurovegetativas.

2. Experiencia del volumen del cuerpo (espacio interno, tridimensionalidad).

Espacio Interno, principio captable desde conceptos como volumen, tridimensionalidad, interioridad conciencia y temporalidad, que introducen un cambio en la existencia. Espacio anatómico que se va simbolizando, trascendiendo lo anatómico.

“El mapa no es el territorio”, este territorio llamado espacio interno crece y se modifica en la experiencia por circunstancias del funcionamiento interno, interacción con el espacio externo y la ubicación de la conciencia allí.

El Espacio interno s desde la Eutonía va siendo, y las consignas de las clases, las exploraciones personales, van configurándose como mapas posibles para recorrer, reconocer, descubrir este territorio sorprendente en formas, densidades de tejidos, tamaños, vibraciones internas, líquidos circulando, órganos, huesos. Espacio interno como espacio, como instancia de

construcción de aspectos del sí mismo que pueden palpase, medirse, referidos y fundamentados por otras disciplinas, transformado y resignificando en la experiencia personal individual y en el intercambio con el entorno. El hecho de poder nombrarlo y ubicarlo en el cuerpo propio, el hecho de despertar, despegar, intervenir en regiones bajo propuestas de consignas propias o dadas por otros, y también la verbalización de vivencias, contribuyen a que este espacio sea más rico.

Emociones, afectos, pensamientos, sensaciones, son también cuestiones vividas en y desde este espacio interno consciente. No tienen volumen pero tienen peso, un peso especial, y se revelan en el tono de los músculos, el funcionamiento de los órganos, el equilibrio, estructura, movimientos, posturas. La historia personal está inscrita en este espacio. Se es el espacio que se ocupa.

En la experiencia se lo explora a partir de la conciencia de la piel hacia el interior, tejidos, vísceras, con la percepción de volumen y tridimensionalidad, distancias entre sectores de una misma región y distintas regiones entre sí, límites, órganos, tratando de transformarlo en un espacio consistente.

3. Desarrollo de la conciencia de los huesos, su estructura y forma, el moverse desde los huesos. Dentro de la pedagogía de la Eutonía el desarrollo de la percepción de los huesos es fundamental, la conciencia de la estructura ósea es una de sus propuestas más originales, forma parte de la exploración del espacio interno desde donde se van distinguiendo huesos, articulaciones,

músculos, etc., con este aprendizaje se facilitan los movimientos a partir de la conciencia en los cambios de posición de los huesos en el espacio, las experiencias de repoussé y transporte, hacia el movimiento eutónico, su desarrollo implica además de la experiencia práctica en movimiento su exploración estructural.

Gerda insistía Es importante que la persona vaya comprendiendo que la estructura ósea, además de ser el almacén rígido del cuerpo, está constituida por un tejido dinámico que se encuentra sometido a un proceso de destrucción y regeneración constantes. Por ello es necesario un minucioso estudio de su morfología y conformación.

En Vishnivetz encontramos que el trabajo de Eutonía sobre la conciencia de los huesos consiste en parte en el realineamiento y la recuperación de las direcciones adecuadas de las líneas de fuerza resultantes de las diferentes influencias a las que el cuerpo se ve sometido durante actividades cotidianas.

4. Contacto Consciente - Conciencia del espacio magnético que rodea al individuo. Gerda propone en su pedagógica Estar en el tacto consciente es experimentar un estado de superficie, de límites del cuerpo, reconociendo su forma, recibiendo información del medio circundante y de la comunicación no verbal.

El contacto es un fenómeno que sucede en la vida cotidiana, sin ser del todo conscientes, haciendo contacto con los objetos con los que trabajamos, las personas con las que nos relacionamos, en nuestros propios cuerpos, cuando

por ejemplo, para aliviar un malestar apoyamos las manos en la zona y nos quedamos un rato, con la atención puesta allí.

Con el contacto consciente se trabaja específicamente la posibilidad de traspasar el límite visible del cuerpo, incluyendo la conciencia del campo electromagnético perceptible, que existe en el espacio que nos rodea. Comprende la toma de conciencia en que dicho campo se encuentra, las modificaciones conscientes de su intensidad y dirección, además de la conciencia de las modificaciones al interactuar con el campo electromagnético propio, el de otros seres, con los objetos y el espacio. Influye sobre los

Lo excepcional de Gerda fue llevar este contacto con lo que nos rodea al nivel de la actividad consciente, despertándonos a preguntas de ¿qué hacemos?, ¿cómo lo hacemos?, estimulando la actitud atenta, abierta, curiosa sobre lo que percibimos, lo que vivimos.

5. Experiencia del transporte (reflejo consciente de enderezamiento). Vishnivetz refiere al transporte como proceso vital de estimulación consciente de los reflejos de enderezamiento, para agudizar el control de la postura y la coordinación motriz en el espacio, tomando conciencia de la transmisión de una fuerza aplicada desde cualquier parte del cuerpo a través huesos, articulaciones, ligamentos, que desencadena los reflejos de enderezamiento e intensifica la sensación de unidad del cuerpo. Por ejemplo: desde la conciencia de huesos se hace contacto con el exterior, aplicando desde un hueso una fuerza dirigida conscientemente sobre una superficie resistente (repoussé) , el movimiento que se despliega a través de los huesos es el transporte, que

implica la transmisión del enderezamiento y el sostén postural. Es un reflejo trabajado conscientemente y practicado en función de su permanencia. Si está activo se está en una actitud atenta, de vigía, cuando el tono es bajo o existen bloqueos el reflejo no se desencadena integralmente.

Su gran objetivo es tomar conciencia de cómo actúan las fuerzas y cómo usarlas para organiza movimientos desde el sostén de los huesos, sin esfuerzos, más precisos y livianos, por esto para poder trabajarlo previamente se recurre al desarrollo de la conciencia de huesos y articulaciones (tamaño, forma, dirección), de la estimulación consciente de la piel y desde allí al espacio interno, el repoussé.

Repousser - rechazar, empujar. Este movimiento está relacionado específicamente con el uso y distribución de la fuerza con resistencia, carga, descarga (tirar, levantar, sostener). Se produce ejerciendo presión desde una parte del cuerpo en una determinada dirección sobre una superficie. Si la misma es resistente el cuerpo se extiende

y luego empuja, realizando la acción con o sobre esa superficie, moviéndose en la misma dirección que la fuerza ejercida, en sentido contrario y con la misma intensidad. Se lo busca desde el hacer consiente y el movimiento desde los huesos, contacto consiente y transporte, el cuerpo en una posición que permita el despliegue del transporte y el objeto que se va a desplazar, cargar o tirar, y los principios fundados en leyes de la física mecánica que dicen que en un cuerpo actúan básicamente dos clases de fuerzas: interna y externa

6. *Vibraciones óseas*. Es una de las técnicas para despertar la conciencia ósea. Estas experiencias de movimiento son una integración de principios:

conciencia ósea, espacio interno y conciencia de la piel, repoussé y transporte, y sincronidad entre movimientos activos y pasivos. Son pequeños movimientos o toques rítmicos, continuados que se desarrollan en forma individual o entre dos, en una dirección precisa. Se pueden organizar distintos recorridos durante las vibratorias y decidir los alcances, entre distintos sectores de un hueso, entre huesos.

Es un recurso utilizable como diagnóstico sobre el tono de los tejidos, detectando la fluidez o suspensión del movimiento, la movilidad articular.

Vibraciones

7. *Vibraciones vocales.* Las vibraciones vocales son experiencias sonoras, explorando determinados sonidos: vocales, consonantes, palabras. Se exploran como experiencias de conciencia de espacios internos, de la cabeza, el cuello, tórax, hasta las extremidades. (Segre, Naidich. Principios de Foniatría Todo el cuerpo se transforma en una gran caja de resonancias.

Las posibilidades de fonación están directamente relacionadas con las posiciones en que se ubica el cuerpo en el espacio. Se seleccionan sonidos para conducirlos por el cuerpo, observando hasta donde llegan las vibraciones, también hacia el exterior, proyectándolos por ejemplo a través de la calota, el occipital o la boca hacia afuera, otra persona, un objeto, el piso. El trabajo con vibraciones sonoras estimula el reconocimiento del espacio interno, puede facilitar la distinción de estructuras de tejidos, de regiones del cuerpo, de cavidades, de huesos. También ayuda al tono, “masajea” órganos.

Es un recurso diagnóstico para averiguar, según su alcance, donde puede haber bloqueos y sirve también como exploración creativa, como otro aspecto de la expresión del propio lenguaje, del ser, dejando salir la voz.

8. *Micro movimientos, micro deslizamientos.* Los micro movimientos son movimientos casi imperceptibles, sutiles, realizados a repetición en una articulación, cuando los huesos que interviene en ella se deslizan en direcciones opuestas. Son sutiles por ser apenas más amplios que la intención, pudiendo ser captados por alguien entrenado para ver y a repetición ya que se realizan con un ritmo de alternancia activo - pasivo, estimulando la observador.

10. *Posiciones de Control (secuencia de posiciones que permite evaluar la flexibilidad muscular, la movilidad articular).* Las Posiciones de Control son una serie de posiciones del cuerpo en el espacio, elegidas por Gerda Alexander y algunos de sus alumnos; consisten en movimientos que comienzan influenciando una articulación y gradualmente van involucrando a otras, hasta integrar todas las zonas del cuerpo, aumentando progresivamente en complejidad y exigencia respecto de las posibilidades de movilidad y coordinación están “diseñadas” para que las articulaciones puedan moverse en su mayor amplitud, determinada por las características particulares de sus componentes: estructura y dirección de los huesos, conformación y distribución de los ligamentos que los sostienen, superficies articulares, grado de tensión de los músculos y significaciones emocionales que estén influyendo, relacionadas con la historia de la persona; permiten darse cuenta rápidamente del estado articular y la elasticidad y longitud muscular, para detectar acortamientos y tensiones que pueden ser crónicos. Los acortamientos en el rango normal del músculo en reposo limitan los movimientos de las articulaciones y dificultan el enderezamiento reflejo del cuerpo; si se mantiene su longitud y elasticidad las posiciones de control pueden ser adoptadas sin dificultad por niños y adultos de cualquier edad, sin dolores, cómodamente,

transformándose en posiciones de descanso, en cambio si están acortados, cualquiera sea su origen, impiden realizar el máximo de variaciones de movimiento que permite la estructura ósea, entonces se vivirán incómodamente, con dolores o serán directamente impracticables.(Digelman, D. La Eutonía de Gerda Alexander

No se trata, dice Gerda Alexander, de establecer en el sistema muscular un tono determinado considerado como normal, sino de devolver la flexibilidad perdida por efecto de fijaciones producidas en la infancia, teniendo en cuenta los fenómenos de variabilidad y adaptabilidad inherentes a la vida misma, considerando la relación entre la tonicidad y lo vivido consciente e inconscientemente, ya que la expresión de nuestro cuerpo, actitudes, movimientos, están relacionados con la historia personal.

Conclusión y comprensión

El movimiento eutónico se realiza desplazando todo el cuerpo o un sector en el espacio, integran los principios de la Eutonía, en un estado de presencia continua y sensación, sentimiento de unidad expandiendo la conciencia simultáneamente en el espacio interno y en el espacio circundante, siendo esencial que desde la atención dirigida se guíe la ejecución de los movimientos en completa calma. Esta actitud asegura precisión en el desplazamiento y que las funciones fisiológicas no sean perturbadas. El nivel de atención que se requiere tiene que ver con una toma de conciencia postural, kinestésica y el deseo de la persona de desarrollarlo; el uso del transporte y el repoussé, los

prolongamientos desde cualquier segmento del cuerpo y la adaptación de la respiración a la necesidad de cada momento facilitan la acción. Se necesita tener: a) percepción del cuerpo antes del movimiento, b) la representación del mismo, c) observación del cuerpo durante el movimiento y d) control de la velocidad del movimiento. Para lograrlo se solidarizan distintos dominios: tono de base, equilibrio neurovegetativo, inervación motriz y conciencia del transporte. Se ponen en evidencia los principios asimilados al observarse el equilibrio entre la conciencia y el espacio corporal durante su realización.

Estos movimientos se realizan con el estilo personal de cada individuo, al nacer de su actitud interior emergen como expresión propia y única de sí mismo.

La fuerza educacional del movimiento dice Odessky, es utilizada en el desarrollo de la pedagogía de la Eutonía y desde allí es posible desarrollar la creatividad y el arte, porque en Eutonía la experiencia del movimiento resulta el medio para facilitar el desarrollo de las potencialidades. Vishnivetz describe diferentes tipos de movimientos eutónicos: estiramiento vital, movimientos activos, movimientos pasivos, estudios de movimientos, posiciones de control

Integración

La práctica y asimilación de la pedagogía de la Eutonía, la exploración particular de cada principio y la integración progresiva que va sucediendo como desarrollo de la experiencia en Eutonía, implican el despliegue de vivencias que tienen que ver con procesos, momentos, posibilidades perceptivas de asimilación y comprensión. Teniendo en cuenta particularidades y diversidades, encontramos muy de integración, presencia del cuerpo real, de límites e

identidad, revitalización en la discriminación de sensaciones, zonas, tejidos, texturas, temperaturas, fuerza, seguridad, mejor sostén y facilidad de movimientos, liberación de tensiones excesivas, sentimientos de placer pleno, también de asombro y desconcierto ante el sentir, mejoramiento de funciones vitales en el dormir, la respiración, la actividad digestiva, la concentración, siendo conscientes desde la piel, el contacto, espacio interno, estructura ósea, fuerzas, ubicaciones en el espacio, al tiempo que el yo observador propio se activa. Todos estos registros nos llevan a postular la incidencia que puede tener la Eutonía en el proceso de construcción de la identidad.

El esquema corporal en ciegos y deficientes visuales

El núcleo de la motricidad es el Esquema Corporal que se define, “como la imagen mental del propio cuerpo, en reposo o en movimiento, gracias a él nos podemos situar en el mundo” (Urzanqui 1993). Para captar ésta información son necesarias dos nociones:

A- La propioceptividad. Se refiere a la información que sobre los movimientos o la posición del cuerpo poseen los órganos nerviosos o sensoriales.

B.- La imagen corporal: Se refiere al registro y almacenamiento de las informaciones del cuerpo, propias y por influencia o presiones ambientales.

En torno a estos dos conceptos se articulan: la postura, el tono, la posición, la actitud, el equilibrio y la coordinación.

El Esquema Corporal. Es el conjunto de informaciones posturales, movimientos e impresiones visuales. En el niño ciego estas últimas fallan. Para

Martínez y Núñez (1980), es la representación mental del propio cuerpo, de sus segmentos, de sus posibilidades de movimiento y de sus limitaciones espaciales. Para autores como Picq y Vayer (1977) y Linares (1987), el esquema corporal está integrado por varios subconceptos psicomotores que tienen su propia identidad. Estos son:

Conocimiento Corporal. Es comprender que los distintos miembros del cuerpo pertenecen a un todo. Este se adquiere de forma evolutiva sobre los 3-5 años de edad.

Conducta Respiratoria. Según Martínez y Núñez (1980), la respiración está sometida a influencias corticales.

Control Segmentario. Concepto que permite evidenciar las posibilidades de independencia de los brazos en relación con el tronco, el control de los distintos segmentos y, además, el control emocional. Otros autores hablan de control tónico o tonicidad, pensando en que el músculo debe tener un tono necesario y adecuado para cada acción.

Equilibrio Corporal. Se suele dividir en:

1. Estático: capacidad de estar de pie, incluso en condiciones difíciles.
2. Dinámico: relacionado con las funciones tónico-motrices de eje corporal.

Dinámica Motriz. Formada por:

1. Coordinación dinámica general: Picq y Vayer (1977), creen que todo ejercicio motor global es, igualmente, un ejercicio kinestésico, táctil, laberíntico, visual, e incluso espacio-temporal.
2. Coordinación dinámica de las manos: el principal componente es la coordinación viso-manual.

Características del esquema corporal en invidentes

1. Se ralentiza la toma de conciencia de su propio cuerpo por la ausencia de información visual exterior.
2. Dificultades con la lateralidad, predominio funcional de un lado del cuerpo, (apoyar más una pierna que otra).
3. Desajustes corporales, las personas ciegas adoptan ciertas posturas, las cuales les producen malformaciones, como pueden ser de columna. Así mismo los ciegos y deficientes visuales presentan ciertas alteraciones en la postura, denominadas "cieguísimo" ya sea en estático o en movimiento y algunos de ellos son:

En estático:

1. Balanceos del cuerpo apoyando alternativamente los pies.
2. Hipertonía muscular, disminuyendo de este modo la flexibilidad.
3. Tronco y cabeza hacia delante.

En movimiento:

1. Piernas demasiado separadas (para aumentar la superficie que abarcan).
2. Las rodillas no se doblan. Rotación externa.
3. Los pies se posan bruscamente y se arrastran (debido a la inseguridad a la hora de caminar).
4. Las puntas de los pies hacia fuera (andar de pato).
5. Manos adelantadas con las palmas hacia fuera y a la altura de la cintura o de la cara (para protegerse de los posibles obstáculos).

6. Tronco y cabeza hacia atrás (como medio de defensa hacia los obstáculos).

Estas alteraciones producen en el individuo una serie de deficiencias, tales como:

- Desbalance muscular lumbar-dorsal.
- Anteversión de la pelvis. La tendencia a andar con la cabeza retrasada para protegerla obliga a levantar la cadera para mantener el equilibrio.
- Cifosis, escoliosis o cifo escoliosis. La carencia de estímulos visuales favorece la relajación de los músculos erectores de la cabeza y espalda.
- Genus varo y valgo: recarga de la parte externa o interna de la rodilla producida por la necesidad de buscar una buena base de sustentación.
- Pie Valgo.
- Pie Plano.

Postura

Geffs dice que está esencialmente hecha de movimientos significativos del cuerpo en relación con sus muchas partes, y sugiere que no debe ser estudiado sólo como relativo a los postulados de la mecánica postural, sino también en términos de pose. Ambos en preparación para movilidad.

En 1961, Morris, descubrió la postura como el resultado de la interrelación de las partes del cuerpo en su ración total al empuje de la gravedad. Otra definición más completa ha sido propuesta por Growdwe. Es esencialmente un fenómeno psicosomático controlado por el cerebro regulado por reflejos espinales y ejecutado por los músculos.

Aquí llegamos entonces al concepto total del hecho complejo que es la postura. Tiene un componente psíquico además del somático y sus funciones a través de músculos que actúan sobre las articulaciones del cuerpo, están bajo reflejos así como también bajo control consciente.

Ha sido dicho que la solución a cualquier problema consiste en reducirlo a sus elementos. De esta manera nos aproximamos al estudio de la mala postura en la persona ciega. No bastará un concepto estrecho. Se pondrá atención no sólo a la mecánica corporal, sino también al control de los reflejos de las tensiones corporales dinámicas y estáticas.

Además serán consideradas la influencia física en la posición concepto espacial y su correlación con los otros elementos del sentido postural. Finalmente, técnicas evaluativas y correctivas, utilizando todos los elementos del complejo postural, pueden ser desarrolladas.

Mala postura y sus efectos. Si la buena postura resulta de una balanceada coordinación sin esfuerzo, entonces la buena postura es una meta deseable sobre todo para persona ciega quien requiere la libertad de movilidad efectiva.

Ha sido dicho que la postura tiene una relación directa con el confort, la eficacia mecánica y el funcionamiento fisiológico del individuo, y que la mala postura puede afectar directa e indirectamente la circulación apropiada y el metabolismo corporal.

Dolor a posteriori de la tensión muscular de la mala postura particularmente en la espalda y cuello es una queja común en el síndrome postural.

Tensión muscular y para articular a causa de la mala posición de partes del cuerpo pueden agravar y acelerar una condición artrítica preexistente. Los estudios con las personas ciegas han sido pocos, pero ya en 1917, Swinerten insistía en la necesidad de gimnasia correctiva en el tratamiento de algunos defectos posturales y malos hábitos en los movimientos de las personas ciegas.

Hemos observado que los defectos posturales afectan el andar eficiente y el uso del bastón. Esta actuación es a menudo descuidada en el entrenamiento de la movilidad en detrimento de una movilidad efectiva.

En la restauración del ser hasta el más completo alcance funcional del que es capaz. En la persona ciega este concepto es de particular importancia porque tales individuos tienen que vivir y competir en el mundo de sus compañeros videntes.

Casi prácticamente Heweth le dijo: “La buena postura libera al individuo de la tensión y da al cuerpo una sensación de liviandad moviéndose a través del espacio en vez de estar atado al suelo. El cuerpo se convierte entonces en el instrumento del individuo y no el ancla en las actividades diarias”.

La tendencia a la fatiga es reducida y queda más energía para otras cosas. Los accidentes son menos comunes y generalmente menos serios.

Los principios de buena dinámica postural, precisión, blandura, poder, equilibrio, ritmo y coordinación, pueden ser usados no sólo para el cuerpo físico, en acción, sino también como aproximación a la vida misma. Lowelfeld observó que la persona ciega está frecuentemente preocupada por el temor de

ser observado por otros, así es que siempre deben controlar sus movimientos, produciéndose entonces un estado de tensión autoconsciente.

Se ha notado que el desarrollo de la conducta postural, o lo que puede ser la cósmesis dinámica (el sentido de crear una buena apariencia), puede hacer mucho para aliviar esa tensión.

La respuesta que uno evoca del alrededor ayuda a construir la imagen que uno tiene de sí mismo. Por lo tanto, es importante que la persona ciega cree una imagen de equilibrio relaxed y de independencia móvil.

Aunque cualquier problema postural puede encontrarse en una persona ciega, aquellos más frecuentes son:

- a) inclinación pélvica,
- b) espalda arqueada,
- c) pecho hundido.

En asociación con estas deformaciones se nota frecuentemente profusión abdominal y flexión de las rodillas con alcance de la cabeza, cuello, hombros. También el caminar con los dedos de los pies hacia fuera (paso de pato). Generalmente, se recarga la tensión de ciertos músculos y ligamentos mientras otros quedan inactivos.

Los más cortos y fuertes se contraen, perpetuando los malos efectos de la mala posición original.

Además de los síntomas y efectos específicos, incluyendo visceroptosis, función respiratoria disminuida, pies planos, dolores de espalda y cuello, dolor de los pies y piernas y una actitud general de emoción y depresión, prohíbe la seguridad necesaria para la buena movilidad.

El buen balance postural se asegura manteniendo el centro de gravedad sobre los pies. En el vidente, la coordinación ocular juega un mayor rol para obtener esto. En la persona ciega, los canales semicirculares y el sentido propioceptivo, los músculos, se encargan enteramente de esta función.

Para desarrollar métodos efectivos para corregir defectos posturales debemos entender la base psicofisiológica para el tono y la dinámica postural.

La base del control postural. La postura no es un estado, es un proceso. Está determinado por impulsos recibidos en la espina dorsal, desde el músculo, tendón y de otras estructuras propioceptivas. Está, por lo tanto, en un estado de ajuste continuo. Barlow sugirió el término “homeostasis postural” para cubrir esta idea, a fin de alejarse del concepto usual que para la mayoría de la gente, implica alguna posición fija, que puede darse ya sola, buena o mala. Otros descubrimientos fisiológicos importantes para el entendimiento del control postural, han sido enumerados por Burt y Tuner.

En su artículo sobre posturas erróneas, se refieren a Groswe quien demostró diferencias en la corriente sanguínea a los músculos, durante la actividad dinámica tanto como en la actividad estática, cuando la afluencia de sangre no es igual a la demanda.

La actividad tónica del músculo es el punto más importante. Esta actividad está controlada por un reflejo espinal conocido como el reflejo de stretch, que encierra un servo-mecanismo, es decir, uno en que el sistema de control está hasta cierto grado regulado por feedback del sistema controlado. Estudios electromiográficos han revelado que en estados de tensión tendientes a

incrementar el tono muscular, la contracción muscular prolongada decrece “feedback al sistema nervioso central”.

Si se usan ejercicios mejorativos, su objetivo debe ser el desarrollo de nuevos reflejos posturales. Esto puede ser logrado con movimientos posturales repetidos que empiecen y terminen en una posición de postura correcta y por la habilidad de opción de posturas.

Además, se debe tender a lograr el concepto de imagen corporal. Como dicho por Growder: la imagen corporal, así como está la vestimenta o manera de hablar del individuo.

En la persona ciega los reflejos posturales y propioceptivos, como el reflejo tónico del cuello, son determinantes mayores en la actitud postural. Además, el concepto de verticalidad y una imagen corporal individual, particularmente cuando se relacionan con la orientación espacial, están gravemente distorsionados en la persona ciega.

PROPUESTA PEDAGÓGICA DE INCLUSIÓN EDUCATIVA MIRAR EN AUCENCIA DE LUZ

Tanto Patricia Stokoe y Gerda Alexander desde sus particularidades, comparten la idea de que: el conocimiento y el saber más acerca de uno mismo, permite a la persona tener más opciones, y por ende riqueza para decidir. Desde la humildad de sus trabajos, ese fue el aporte que hicieron a la humanidad producto de un pensamiento resistencial.

El método de Eutonía de Gerda Alexandra y la técnica de Sensopercepción de Patricia Stokoe comparten el hecho de basarse en el conocimiento y el aprendizaje de recursos para el movimiento, así cada individuo va a decidir cuál es el más conveniente en cada situación. Esto implica que no hay una sola opción sino que se trata de ampliar el abanico de posibilidades y cuantas más posibilidades se encuentren más creativa será la expresión corporal- y la vida en movimiento.

Para este estudio monográfico resulta pertinente y adecuado estructurar la propuesta desde estos dos enfoques, ya que la expresión corporal pensada para estudiantes de música con discapacidad visual, busca que la persona se conozca mejor a través del movimiento, indague e investigue, identificando y reconociendo sus limitaciones, y es en esa búsqueda que encuentra diferentes caminos para designar el más conveniente para cada situación.

Desde el desarrollo sensoperceptivo parten los caminos del progreso de técnicas adecuadas para el despliegue del **movimiento, la creatividad y la comunicación**, los tres materiales que se encuentra en la Expresión Corporal. (Patricia Stokoe. Kalmar: 40.) ya que estimula la ampliación de la conciencia corporal, mostrando una opción diferente para pensar, sentir y vivir el cuerpo. Opción que un estudiante de música en condición de discapacidad visual necesita para afianzar y fortalecer su cuerpo, su mente y actitudes, ya que La variedad de estimulación de los sentidos exteroceptores (visión, audición, olfato, tacto y gusto) y los sentidos propioceptivos (receptores articulares,

musculares, fasciales, laberínticos, del dolor, etc.) enriquece y amplía la percepción, la capacidad de observación y el conocimiento. Esta variedad permite recoger valiosa información proveniente de los sentidos externos e internos. ¿Para qué?, para saber más acerca de uno mismo, y cómo cada persona responde frente a ese aprendizaje de diferente manera. Reacciones tan diversas se pueden encontrar en el proceso de este aprendizaje, y eso implica que no solo con el movimiento se aprende sino también con el comportamiento frente a lo que “dice” el movimiento.

Sensopercepción no es sólo ampliar la percepción de los sentidos. Es recoger esa información y llevarla hacia un camino de fantasías posibles e imposibles, recuerdos, deseos. Es habilitar un espacio, un lugar en que el ser humano pueda escapar de su cotidianidad para sumergirse con todo su ser en otro mundo, un mundo donde la creatividad tiene su espacio y la casa en donde se desarrolla el hecho creativo es el cuerpo de cada uno.

La posibilidad de afianzar la expresión corporal en un invidente es encaminarlo y encausarlo a “escucha” al hueso, al músculo, a la articulación, pero también se registra qué se siente con esa información; el ser humano como unidad que tiene cuerpo, vive y siente con ese cuerpo. Cuando más se investiga acerca del cuerpo más caminos se abren a la reflexión.

Considero que investigar para saber más es un aspecto importante de esta técnica, pero cuando a la investigación se le agrega la afectividad, la riqueza creativa fluye despertando ese potencial humano que tanto bien hace a la salud. El estar atento a la información que proviene del interior de cada uno, va a originar respuestas particulares: únicas y diferentes. Eso es lo que se necesita en una clase de expresión corporal y de instrumento para estudiantes de música en condición de discapacidad visual. No unificar la manera de expresar, no disciplinar; es desde la diferencia donde se establecen los vínculos con el resto del grupo. Importante indagar sobre las diferentes sensaciones.

Desde mi experiencia como estudiante de música en condición de discapacidad Hago hincapié nuevamente que Sensopercepción no solo ampliar la percepción a través de los sentidos, sino estar atento a la información de los sentidos, utilizar esa información al servicio de la creatividad, placer, improvisación para el desempeño musical y la vida.

Por todo lo anterior considero que Patricia Stokoe pensó la Expresión Corporal y la Sensopercepción-su técnica base- no sólo como valiosos aportes individuales, sino también sociales, con un fundamento ideológico para una sociedad que decide entre mejores opciones. Este fue su aporte, su Humilde Resistencia en una sociedad que pretende hombres dóciles. Mostrarla desde su creación, y trasmitirla a la sociedad, llevar esta Humilde Resistencia a todos los sectores sociales, multiplicarla, y que sea un aporte para un mundo con más herramientas... que resiste a la coerción del poder dominante.

Por otra parte “La eutonia” aplicada para este estudio monográfico aporta valiosos elementos que sin duda aplicándolos para el fortalecimiento de la expresión y la conciencia del cuerpo en estudiantes de música con discapacidad visual será un reto que le corresponde asumir a la facultad; ya que, esta técnica es una disciplina corporal basada en la experiencia del propio cuerpo, que conduce a la persona hacia una toma de conciencia de sí misma y propone un aprendizaje para la regulación del tono muscular, adecuándolo a cualquier situación de la vida, para nuestro caso la actividad de la música. De tal manera, que promueve en el alumno el desarrollo de la conciencia observadora no sólo del funcionamiento corporal, sino también de la constante interacción existente entre la persona y el entorno, con el objetivo de traer al plano consciente el funcionamiento de su propio cuerpo: patrones habituales de movimiento, modo de distribuir las tensiones neuromusculares, alineamiento y/o desviación de los ejes óseos y el estado de los tejidos.

A continuación se presenta los aspectos fundamentales que caracterizan a las dos técnica; Expresión corporal Sensopercepción y eutonia desde sus fundamentos, principios, ejes de aprendizaje y metodología.

EXPRESIÓN CORPORAL

SENSOPERCEPCIÓN

Busca que la persona se conozca mejor a través del reconocimiento perceptivo del cuerpo y desde el movimiento, indague e investigue, identificando y reconociendo sus limitaciones y es en esa búsqueda que encuentra diferentes caminos para designar el más conveniente para cada situación.

Disciplina que da la posibilidad de entrar en contacto consigo mismo y con los demás. Es una forma de exteriorizar sentimientos y actitudes anímicas que conducen a fortalecimiento de la personalidad.

Para la persona con **discapacidad visual** la expresión corporal permite recuperar el cuerpo olvidado, habilitándolo para que desde su propia subjetividad y realidad, construya su conciencia y expresividad proyectada en la confianza, mostrando una opción diferente para pensar, sentir y vivir el cuerpo.

La posibilidad de afianzar la expresión corporal en un **invidente** es encaminarlo y encausarlo a “escucha” al hueso, al músculo, a la articulación, pero también se registra qué se siente con esa información; el ser humano como unidad que tiene cuerpo, vive y siente con ese cuerpo. Cuando más se investiga acerca del cuerpo más caminos se abren a la reflexión.

EUTONIA

Busca el desarrollo de la conciencia observadora, del “yo observador”, posibilitándole la expansión de la razón hacia los distintos dominios del ser y la interacción con el entorno.

Desarrolla la capacidad de percepción y la conciencia de la piel, de los huesos y del espacio interno.

Disciplina basada en la experiencia del propio cuerpo, que conduce a la persona hacia una toma de conciencia de sí misma y propone un aprendizaje para la fluctuación de los tonos neuromuscular, neurovegetativo y psíquico, con su adecuación a las distintas situaciones de la vida.

Para la persona con discapacidad visual, la experiencia con la eutonia le permite tomar conciencia de sí mismo, desde el aprendizaje para la regulación del tono muscular adecuándolo para nuestro caso a las situaciones de la vida y de su desempeño musical

Promueve al estudiante invidente el desarrollo de la conciencia observadora no sólo del funcionamiento corporal, sino también de la constante interacción existente entre la persona y el entorno, con el objetivo de traer al plano consciente el funcionamiento de su propio cuerpo: patrones habituales de movimiento, modo de distribuir las tensiones neuromusculares, alineamiento y/o desviación de los ejes óseos.

EJES DE TRABAJO DE LAS TECNICAS

SENSOPERCEPCION	EUTONIA
<ol style="list-style-type: none"> 1. Los sentidos: exteroceptivos y propioceptivos 2. Los apoyos: externos e internos, duros y blandos, pasivos y activos del cuerpo en diversas posiciones, en quietud y en movimiento. 3. El esqueleto: huesos y articulaciones. Cómo son, dónde están, alcances y límites de sus movimientos. 4. La piel: envoltura o límite del cuerpo: Ubicar y trabajar cada sector de la piel. 5. El volumen: percepción tridimensional del cuerpo. 6. El peso: percepción y traslado del peso sobre apoyos. 7. El contacto: prolongación, rechazo y vectores. 8. Centros reguladores de energía. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conciencia de la piel, el tacto consiente. 2. Experiencia del volumen cuerpo (espacio interno) (tridimensionalidad). 3. Desarrollo consiente de la presencia de los huesos y su orientación en el espacio. 4. Contacto consiente. 5. Experiencia del transporte (reflejo consiente de enderezamiento). 6. Repausar (uso de la fuerza). 7. Vibraciones óseas. 8. Vibraciones vocales. 9. Micromovimientos y micro desplazamientos. 10. Movimientos activos y pasivos. 11. Posiciones de control 12. Movimiento eutónico.

PRINCIPIOS

SENSOPERCEPCION	EUTONIA
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocimiento de la imagen global y segmentaria del cuerpo, mediante la observación y el registro consiente de los estímulos recibidos. 2. Desarrolla la construcción y comprensión de la realidad corporal de una manera más precisa. 3. En personas con discapacidad visual ayuda en la estructuración de la autonomía corporal mediante la apropiación del espacio. 4. Permite a la persona con discapacidad visual redescubrir el cuerpo, como factor socializante para que sea y se sienta libre e independiente mediante el descubrimiento del lenguaje corporal. 5. Propone la posibilidad de una vida 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utiliza el cuerpo como medio concreto y tangible, se inicia un camino de búsqueda, de descubrimiento e integración de todos los aspectos del ser. 2. Busca encontrar el buen tono, muscular, emocional, energético, psíquico y espiritual de la persona. 3. En Eutonía no hay modelos establecidos, no debe llegarse a una postura de- terminada sino que se permite realizar, a partir de cualquier parte del cuerpo, espirales de movimiento hasta involucrar el cuerpo en su totalidad. 4. Usar el mínimo de energía para conseguir el máximo rendimiento. 5. Eutonía hace hincapié en la

corporal gosa desplegando el máximo de flexibilidad tónica, aumentando la capacidad de observación y conduciendo a dar imágenes más precisas y detalladas del cuerpo.	autoobservación. 6. Eutonia es aplicable a cualquier persona, con o sin problemas de enfermedad. 7. Busca alcanzar una conciencia más profunda de su realidad corporal y espiritual como verdadera unidad”.
---	---

Metodologías y didácticas

<p style="text-align: center;">SENSOPERCEPCIÓN “Disciplina al alcance de todos”</p> <p>Didáctica. El enfoque de la presente metodología está orientado por la denominación que su autora refiere a: Despertar – estar alerta y presente. Hacia lo que habita la piel hacia adentro. Se parte de una presencia global y totalizadora hacia la diferenciación de cada zona en forma detallada para reinsertarla nuevamente en el todo. Busca agudizar y reafirmar la capacidad de observación y de captación, así como el reconocimiento perceptivo del cuerpo y sus movimientos.</p> <p>Trabaja con énfasis en la comunicación, el desarrollo de cualidades físicas, la sensibilización musical, la capacitación psicomotora y rítmica, la ejercitación de la imagen reproductiva y productiva y la integración de objetos.</p> <p>Dirección. Explorarse, capacidad de observarse a través de un registro, entrenar los sentidos a partir de la observación corporal guiado.</p> <p>Reconociendo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tono muscular 2. Postura 3. Sensaciones de piel 4. Órganos 5. Estructura ósea 	<p style="text-align: center;">EUTONIA “Desde sus comienzos la conciencia es conocimiento Y el conocimiento es conciencia”</p> <p>Didáctica: El enfoque de la presente metodología está dado por la denominación que su autora refiere a: Estar conscientes - estar atento – sentir sentirse.</p> <p>Dirección: Vivenciar la observación corporal a partir de estar atento, sentir y sentirse, para estar a la expectativa de registrar lo que ocurre.</p> <p>Énfasis: Fortalecimiento de la atención. Yo observador de mi cuerpo y sus vivencias. La Eutonia busca generar un cambio en la dirección y en las cualidades de la atención. Estar atento a la información que proporcionan los órganos de los sentidos. Alerta, presente, aquí y ahora. Para desarrollar una percepción más precisa de la totalidad del ser y del medio en que vive.</p>
---	--

Todos los anteriores los registra en quietud y en movimiento.

Énfasis: Fortalecimiento de la percepción de nosotros y del mundo que nos rodea.

Despertar y estar alerta para poder escanear la información que nos dan los sentidos: Interoceptivos, exteroceptivos y propioceptivos.

Sensopercepción:

Sensorial. Sensación Cuerpo fisiológico. Respuesta al estímulo de los órganos sensoriales Permiten la representación mental.	La percepción. Hace referencia a la interpretación secundaria de las sensaciones con base a la experiencia y recuerdos previos. Perceptivo La percepción y restauración en plenitud de las sensaciones corporales, es la unidad básica de la Expresión Corporal, aquel que profundiza sobre el esquema corporal, integra en sus actividades aportes de otras disciplinas afines que también valorizan la capacidad de concentrarse, profundizar la percepción, regular el tono muscular, armonizar los movimientos del cuerpo para crear y comunicarse más satisfactoriamente.
Perceptivo: Cognitivo- psicológico. Interpretación de sensaciones con base en la experiencia y recuerdos varios.	
Sensación como el proceso y resultado del registro de la realidad a través de los sentidos. Punto de partida de la internalización del mundo.	

PROCESO DE INTEGRACIÓN DE METODOLOGÍAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA DEL CUERPO EN ESTUDIANTES DE MUSICA CON DISCAPACIDAD VISUAL

INTEGRACIÓN DE METODOLOGÍAS	APLICACIÓN PARA INVIDENTES
<p style="text-align: center;">Sensopercepción / eutonia</p> <p>La Sensopercepción, es una de las técnicas constitutivas de la Expresión Corporal, cuya práctica favorece el reconocimiento de la imagen global y segmentaria del cuerpo, mediante la observación y el registro consciente de los estímulos recibidos.</p> <p>El entrenamiento de la capacidad de observación sensorial que va dirigida al propio cuerpo, permite tenerlo presente en todo momento, en el constante reconocimiento de su presencia y del entorno, y en su búsqueda por mantener vías de comunicación abiertas entre lo interno y lo externo.</p>	<p>Podemos decir ahora, que el trabajo en conjunto con personas invidentes y deficientes visuales, a través de la Expresión Corporal, permite recuperar el dominio del cuerpo puesto al servicio del movimiento que, en “apariencia”, se encontraba “perdido”; pero también, al mismo tiempo, habilitarlo para que construya desde la propia subjetividad su realidad expresiva, la que se proyecta a partir de la confianza en el propio equilibrio y en permanente interacción con el uso del espacio, el tiempo, las calidades de movimiento y de locomoción.</p>

Talleres

<p style="text-align: center;">TALLER 1 MIRAR EN AUCENCIA DE LUZ Si te limitas a ver lo que tus ojos observan</p> <p style="text-align: center;">TALLERISTA: DAVID ARIAS</p>
Lugar; Sala de la cultura Sede El nogal
Fecha y Hora: Jueves 24 del 09-2015
Dirigido a maestros y estudiantes de la facultad de Bellas Artes de la Universidad Pedagógica Nacional

PLANEACIÓN

TEMATICA: MIRAR EN AUCENCIA DE LUZ.
Políticas de inclusión para estudiantes en condición de discapacidad <ol style="list-style-type: none">1. Recorrido histórico de la educación inclusiva en la Universidad Pedagógica Nacional2. Políticas de inclusión desde las perspectivas de la Universidad3. Problemáticas que se visibilizan sobre el tema de inclusión en la universidad.4. Que es la discapacidad y la discapacidad visual5. Experiencia vivencial “Mirar en ausencia de luz”
OBJETIVO GENERAL: <p>Exponer a los participantes el recorrido histórico, las políticas y las problemáticas sobre el tema de inclusión para estudiantes en condición de discapacidad de la Universidad Pedagógica Nacional Así mismo, sensibilizar a los asistentes acerca del significado “ estar en condición de discapacidad visual en la relación de la expresión del cuerpo y el aprendizaje ”</p>
OBJETIVOS ESPECIFICOS <ul style="list-style-type: none">• Exponer e informar acerca del recorrido histórico, las políticas y las problemáticas que sobre el tema de INCLUSIÓN EDUCATIVA maneja la Universidad Pedagógica Nacional.• Sensibilizar a los participantes mediante un ejercicio vivencial de lo que significa estar en condición de discapacidad visual y las relaciones de la expresión y manejo del cuerpo con el aprendizaje.
MATERIALES <p>Videos, diapositivas, vendas y recursos humanos.</p>
ABORDAJE: <ol style="list-style-type: none">1. Momento 1 (5 minutos)

Introducción al taller. Lectura del poema, interpretación musical y saludo.

2. Momento 2 (10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de la música que utilizan con personas en condición con discapacidad visual.

Preguntas Orientadoras:

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

3. Momento 3 (12 minutos)

Video. Hoy bailaré. Arte. Helena Manzo.

Se le pide a los participantes tomar nota de las ideas o mensajes que llaman su atención.

Reflexión y comentarios.

4. Momento 4 (30 minutos)

Exposición: Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica nacional.

5. Momento 5 (10 minutos)

SENSIBILIZACIÓN: Ejercicio de sensibilización. “Mirar en ausencia de luz”
“Vivir la discapacidad visual en la relación del cuerpo y el aprendizaje”

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA

6. Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Se les entrega una hoja en blanco para que respondan las siguientes preguntas:

1. ¿Qué significado ver en ausencia de luz?
2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística?
3. ¿Cuáles serán los retos de la educación inclusiva en la facultad de artes de la UPN?

4. ¿Cómo caracteriza a un maestro incluyente?

PLAN DEL PRIMER TALLER MAGISTRAL

Mirar en ausencia de luz

Jueves 24 de septiembre

Momento 1 (7 minutos)

Cuando todo el auditorio este completo con los participantes aparece en la pantalla del frente.

EL MEJOR REGALO

Regálame libertad para que pueda usar mis manos, mis pies y todos mis sentidos con plenitud.

Regálame desafíos para que los enfrente, disfrute y salga airoso de ellos, pudiendo crecer en experiencia y seguridad.

Regálame independencia ayudándome en aquello que no puedo y alentándome a hacer lo que puedo.

Regálame límites como a todos los niños, para que pueda formarme como persona.

Regálame exigencias, así podré demostrar toda mi capacidad.

Regálame igualdad de oportunidades para que triunfe en la vida, de acuerdo a mi esfuerzo y perseverancia.

Regálame un bastón blanco e incentívame a usarlo para no depender de bastones humanos.

Regálame el ocuparte de mí y no el preocuparte por mí.

Regálame amor, a pesar de mi capacidad diferente.

Pero no me regales sobreprotección, indiferencia ni compasión, porque son esfuerzos inútiles.

Si me regalas todo esto seré una persona completamente feliz y podré hacer feliz a los que se acerquen a mí.

“Taller de teatro para autores ciegos”

David interpreta un tema en el violín.

Mientras esto sucede aparece en la pantalla

El arte hace visible nuestras capacidades y permite mirarnos más allá de cualquier discapacidad.

Saludo. David saluda a los asistentes y de manera muy concreta presentar el propósito de este taller. Que te motivo como autor para desarrollar esta monografía.

Momento 2 (8 y 10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de las artes con estudiantes en condición de discapacidad visual.

Preguntas orientadoras

1. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
2. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
3. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

Momento 3 (12 minutos)

Video. Hoy bailaré. Arte (Helena Manzo Yael)

Se pide a los estudiantes participantes que tomen nota de las ideas y los mensajes que impactan o llaman su atención.

Reflexión y comentarios

Momento 4 (30 minutos)

Exposición: Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica Nacional.

Momento 5 (10 minutos)

Ejercicio de sensibilización. “Mirar en ausencia de luz” “Vivir la discapacidad visual en la relación del cuerpo y el aprendizaje”

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Preguntas

¿Qué significó mirar en ausencia de luz?

¿Qué reflexión te deja el taller a tu formación pedagógica-artística?

¿Cómo percibe al tallerista?

VALORACIONES A CERCA DE LA PERCEPCIÓN DEL TALLER POR PARTE DE LOS ESTUDINTEs

1. ¿Qué significado ver en ausencia de luz?

Estudiante 1.

Es una experiencia que provoca muchas sensaciones, ósea, es de que uno no sepa donde está situado, el espacio incierto provoca muchas cosas. Principalmente querer tocar donde estoy. Tener la experiencia de no ver es algo muy interesante.

Estudiante 2

Es como la inseguridad que uno siente, uno así, siente que se va a estrellar, que se va a caer; entonces uno camina con mucha duda y el no poder reconocer a las personas.

Estudiante 3

Es también darnos cuenta que nuestros demás sentidos están como ausentes al tocar a un compañero no lo reconozco, al olerlo tampoco.

Estudiante 4

Fue muy gracioso cuando trabajamos en pareja quedamos solo hombres jajaja.

Estudiante 5,

Hay que tener otro tipo de conexión, mas sensorial. Uno trata de atrapar el ritmo de la otra persona. Es algo súper nuevo para nosotros.

2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística?

Estudiante 1

Pues a mí me deja pensando algo muy importante no solo con las personas en condición de discapacidad que nosotros en nuestro quehacer de docentes nos vamos a encontrar con personas.

<p>TALLER 2</p> <p>ESPEJO INTERIOR</p> <p>Palpando el movimiento</p> <p>TALLERISTA: DAVID ARIAS</p>
Lugar; Salón 105
Octubre 06-10- 2015
Dirigido a estudiantes de Danza Integradora de la Universidad Pedagógica Nacional

PLANEACIÓN

TEMATICA: ESPEJO INTERIOR.

1. Educación inclusiva y políticas desde la perspectiva de la Universidad Pedagógica Nacional.
2. Que es la discapacidad visual.
3. Características del estudiante en condición de discapacidad visual
4. Problemáticas evidenciadas en la licenciatura de música frente a los estudiantes que se encuentran en condición de discapacidad visual.
5. Experiencia vivencial. "Espejo interior". Palpando el movimiento.

OBJETIVO GENERAL:

Exponer a los participantes el recorrido histórico, las políticas y las problemáticas sobre el tema de inclusión para estudiantes en condición de discapacidad de la Universidad Pedagógica Nacional Así mismo, vivenciar desde la experiencia el significado de mirarse en el espejo interior y palpar el movimiento.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Exponer e informar acerca del recorrido histórico, las políticas y las problemáticas que sobre el tema de **inclusión educativa** maneja la Universidad Pedagógica Nacional.
- Revelar el significado de la discapacidad visual y caracterizar al estudiante que se encuentra en tal situación.
- Evidenciar las problemáticas que se hallaron en la licenciatura en música frente a los estudiantes que se encuentran en condición de discapacidad visual.
- Experimentar la sensación de mirarse en el espejo interior y palpar el movimiento en oscuridad a través de ejercicios de sensibilización.

MATERIALES

Videos, diapositivas, vendas y recursos humanos.

ABORDAJE:

1. Momento 1 (5 minutos)

Introducción al taller. Lectura del poema, interpretación musical y saludo.

2. Momento 2 (10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de la música que utilizan con personas en condición con discapacidad visual.

Preguntas Orientadoras:

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Qué significa una persona en condición de discapacidad visual. En caso de necesitar apoyos pedagógicos a que instancia de la universidad debe dirigirse?
- d. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

3. Momento 3 (30 minutos)

Exposición: Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica nacional.

4. Momento 4

- a. Exposición a cerca del significado “Discapacidad visual”
- b. Características del estudiante que se encuentra en condición de discapacidad visual
- c. Exposición de las problemáticas halladas en la licenciatura de música con relación a los estudiantes en condición de discapacidad visual.

5. Momento 5 (30 minutos)

Ejercicio de sensibilización: “Espejo interior palpando el movimiento.

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA

6. Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Se les entrega una hoja en blanco para que respondan las siguientes preguntas:

1. ¿Qué significó mirarse en el espejo interior y palpar el movimiento
2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica –artística
3. Como percibe al tallerista.

De manera general , los estudiantes que participaron en el taller mostraron sus inquietudes y opiniones acerca del tema expuesto en los siguientes aspectos:

1. Mirarse al espejo interior.

Fue una sensación que no se habían detenido a experimentar, sin embargo

algunas estudiantes mostraron especial receptividad empleando sentidos como el tacto, que les permitió identificar, cicatrices en sus manos, mirar sus uñas y ser más conscientes de su postura corporal.

Además estudiantes de artes escénicas que afirman trabajar las zonas de exploración del entorno, supieron reconocer a uno de sus compañeros mediante el recuerdo visual de sus rasgos (uñas).

2. Su formación pedagógica/ artística

Dicen que es muy importante puesto que desde el cuerpo se pueden transmitir muchos aspectos de las personas en cualquier condición y situación en la cual se encuentren sus estudiantes y reconocen que la inclusión es parte esencial de la vida en general.

Un aporte muy valioso que decía una de las estudiantes, es que la inclusión empieza desde el reconocimiento de la diferencia del otro incluso en su manera de ser.

3. Perciben al tallerista como una persona empoderada del tema, seguro de sí mismo, alegre e interesado por formar a través de la inclusión educativa.

Éste espacio tuvo como participantes dos personas con discapacidad visual los cuales dieron sus aportes sobre la inclusión educativa y concluyendo que la facultad de bellas artes está en un punto medio de ser incluyente debido a la falta de capacitación docente y además muestran una visión general del panorama de accesibilidad y actualización en cuanto al material existente para el trabajo para personas con discapacidad visual como los materiales bibliográficos musicales en braille, los programas informáticos de transcripción musical y la falta de participación de los mismos invidentes en proyectos que garantizan su calidad de vida.

PLAN DEL SEGUNDO TALLER

ESPEJO INTERIOR

MOMENTO 1

1. Pasar el poema con imágenes
2. Interpretación musical un tema completo
3. Saludo y por qué estas allí

Momento 2

Conocimientos previos preguntas orientadoras:

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Qué significa una persona en condición de discapacidad visual. En caso de necesitar apoyos pedagógicos a que instancia de la universidad debe dirigirse?

- d. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

Momento 3

Exposición de políticas.

Momento 4

- a. ¿Qué es la discapacidad visual?
- b. Características des estudiante con discapacidad visual
- c. Problemáticas desde las encuestas y desde la experiencia personal del autor.

Momento 5

Ejercicio de sensibilización: “Espejo interior palpando el movimiento.

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

1. Yo observándome. Ejercicio postural. Escaneándome
2. Separar piernas al ancho de los hombros
3. Repartir el peso del cuerpo en ambos pies. Y pies paralelos

4. No dejar caer los arcos de los pies y apoyar todos los dedos.
5. Flexionar un poquito las rodillas
6. Saben dónde están las crestas iliacas ubicarlas. Ellas deben estar paralelas a los hombros con hilo imaginario.
7. El ombligo adentro como si fuera un ojal que se abotona a la columna,
8. Sobre el pecho y casi encima del esternón tenemos una estrella imaginaria la estrella del éxito
9. Los hombros deben estar lejos de las orejas. Imaginamos un círculo en la nuca y no lo podemos aplastar. Al igual imaginamos un ojo abierto en la garganta
10. Las escapulas deben ajustadas como un broche

Hay varios mitos con la postura como ejemplo “póngase derecho”

Revisen su nueva sensación.

3. Sensaciones.
 - a. Friccionar las palmas de las manos y colocarlas en las mejillas.Cuál es la sensación, la temperatura, acariciar las mejillas

- b. Reconocer mi rostro mediante el tacto
Con la yema de los dedos vamos a tocar nuestra frente.
Reconocer su forma, temperatura, tamaño, hendiduras. Granitos
todo Explorar la frente. Cejas, ojos, la nariz, la boca, las orejas,
las mejillas y el cuello.
Tocar sus manos. Forma, temperatura, imaginar el color,
identificar arruguitas partes carrasposas. Ubicar dedo a dedo, con
brazos.

- 4. Reconociendo mi pareja
 - a. Buscar una pareja en absoluto silencio. Colocarse frente a frente.
 - b. Imaginar quien será
 - c. Tomarse de las manos y danzar con ellas,
 - d. Explorar en ella que forma, textura, temperatura y buscar un
detalle que luego la pueda reconocer.

5. Bailando en el espacio

- a. Suelte su pareja y realice lo que le voy a indicar
- b. Saltar en un pie, en el otro
- c. Girar a la derecha
- d. Desplazarse por el salón hacia atrás, hacia adelante, hacia el lado
izquierdo.
- e. Postura de equilibrio

Coloco una música y Ustedes van a bailar por el espacio solo. Parejas,
de cuatro de ocho.

<p>TALLER 3</p> <p>PRIVACIÓN DE LA MIRADA</p> <p>Encuentro afectivo y emocional con el cuerpo</p> <p>TALLERISTA: DAVID ARIAS</p>
Lugar. Salón 105
Fecha y Hora: Octubre 06 – 2015 3.00 pm a 6.00 pm
Dirigido a los estudiantes de Inteligencia Emocional de la Universidad Pedagógica Nacional

PLANEACIÓN

TEMATICA: Privación de la mirada

1. Educación inclusiva y políticas desde la perspectiva de la Universidad Pedagógica Nacional.
2. Que es la discapacidad visual.
3. Características del estudiante en condición de discapacidad visual
4. Problemáticas evidenciadas en la licenciatura de música frente a los estudiantes que se encuentran en condición de discapacidad visual.
5. La postura de la persona ciega
6. Experiencia vivencial. Privación de la mirada. Encuentro afectivo y emocional con el cuerpo

OBJETIVO GENERAL:

Exponer a los participantes el recorrido histórico, las políticas y las problemáticas sobre el tema de inclusión para estudiantes en condición de discapacidad de la Universidad Pedagógica Nacional. Así mismo, experimentar a través de una serie de ejercicios la postura, la relación emocional y afectiva que se tiene con el cuerpo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Exponer e informar acerca del recorrido histórico, las políticas y las problemáticas que sobre el tema de **inclusión educativa** maneja la Universidad Pedagógica Nacional.
- Revelar el significado de la discapacidad visual y caracterizar al estudiante que se encuentra en tal situación.
- Evidenciar las problemáticas que se hallaron en la licenciatura en música frente a los estudiantes que se encuentran en condición de discapacidad visual.
- Postura de la persona ciega.
- Experimentar y vivenciar la postura y el movimiento con la privación de la mirada en la relación afectiva y emocional que se tiene con el cuerpo

MATERIALES

Diapositivas, vendas y recursos humanos.

ABORDAJE:

- 1. Momento 1 (5 minutos)**

Introducción al taller. Lectura del poema, interpretación musical y saludo.

2. Momento 2 (10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de la música que utilizan con personas en condición con discapacidad visual.

Preguntas Orientadoras:

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

3. Momento 3 (40 minutos)

Exposición:

- a. Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica nacional.
- b. Revelar el significado de la discapacidad visual y caracterizar al estudiante que se encuentra en tal situación.
- c. Evidenciar las problemáticas que se hallaron en la licenciatura en música frente a los estudiantes que se encuentran en condición de discapacidad visual.
- d. Postura de la persona ciega.

4. Momento 5 (10 minutos)

Ejercicio experimental. Vivenciar la postura adecuada que se debe construir sin ver; realizar valoraciones de orden afectivo y emocional que se tienen con el cuerpo.

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista, para orientar las actividades.

VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA

7. Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

5. ¿Qué significa tener privación de la mirada y al tiempo tomar conciencia del cuerpo?
6. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística?
7. ¿Cuáles serán los retos de la educación inclusiva en la facultad de artes de la UPN?
8. ¿Cómo caracteriza a un maestro incluyente?

PLAN TERCER TALLER PRIVACIÓN DE LA MIRADA

Encuentro afectivo y emocional con el cuerpo

TALLERISTA: DAVID ARIAS

Momento 1

1. Pasar el poema
2. Interpretación musical del tallerista
3. Saludo y exposición de razones del taller

Momento 2

Conocimientos previos preguntas orientadoras:

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Qué significa una persona en condición de discapacidad visual. En caso de necesitar apoyos pedagógicos a que instancia de la universidad debe dirigirse?
- d. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

Momento 3

- a. Exposición de políticas.
- b. Que es la discapacidad visual
- c. Características del estudiante con discapacidad visual
- d. Problemáticas desde las encuestas y desde la experiencia personal del autor.

Momento 4

Ejercicio vivencial

1. La postura de la persona ciega. Ejercicio participativo
2. Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista se desarrollará la actividad.
3. Ejercicio Postural. Yo observándome
 - a. Separar piernas al ancho de los hombros.
 - b. Repartir el peso del cuerpo en ambos pies. Y pies paralelos
 - c. No dejar caer los arcos de los pies y apoyar todos los dedos.
 - d. Flexionar un poquito las rodillas

- e. Saben dónde están las crestas iliacas ubicarlas. Ellas deben estar paralelas a los hombros con hilo imaginario.
- f. El ombligo adentro como si fuera un ojal que se abotona a la columna.
- g. Sobre el pecho y casi encima del esternón tenemos una estrella imaginaria la estrella del éxito.
- h. Los hombros deben estar lejos de las orejas. Imaginamos un círculo en la nuca y no lo podemos aplastar. Al igual imaginamos un ojo abierto en la garganta.
- i. Las escapulas deben ajustadas como un broche

Hay varios mitos con la postura como ejemplo “póngase derecho” “meta la joroba, la barriga

- 1. Ahora con esta postura balancéese de derecha a izquierda, imagine como se está viendo.
- 2. Ahora desplácese por el espacio recordando cómo es su rostro, su tono de piel, el color y forma de su cabello que estatura tiene y su forma física.
- 3. Piense que sería si en verdad Usted no pudiera ver. Qué emoción saldría a flote al saber que está privado de la vista
- 4. Ahora piense en un mensaje que quiere darle a su cuerpo desde la relación afectiva y emocional que cree tiene en este momento con su cuerpo

Revisen su nueva sensación.

- 1. Sensaciones.
 - a. Friccionar las palmas de las manos y colocarlas en las mejillas. Cuál es la sensación, la temperatura, acariciar las mejillas
 - b. Reconocer mi rostro mediante el tacto
Con la yema de los dedos vamos a tocar nuestra frente. Reconocer su forma, temperatura, tamaño, hendiduras. Granitos todo Explorar la frente. Cejas, ojos, la nariz, la boca, las orejas, las mejillas y el cuello. Tocar sus manos. Forma, temperatura, imaginar el color, identificar arruguitas partes carrasposas. Ubicar dedo a dedo con brazos.
- 2. Reconociendo mi pareja
 - a. Buscar una pareja en absoluto silencio. Colocarse frente a frente.
 - b. Imaginar quien será
 - c. Tomarse de las manos y danzar con ellas,
 - d. Explorar en ella que forma, textura, temperatura y buscar un detalle que luego la pueda reconocer.
- 3. Bailando en el espacio

- a. Suelte su pareja y realice lo que le voy a indicar
- b. Saltar en un pie, en el otro
- c. Girar a la derecha
- d. Desplazarse por el salón hacia atrás, hacia adelante, hacia el lado izquierdo.
- e. Postura de equilibrio

Coloco una música y Ustedes van a bailar por el espacio, solos. Parejas, de cuatro de ocho.

Momento 5

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Se les entrega una hoja en blanco para que respondan las siguientes preguntas:

1. ¿Qué significó tener privación de la mirada y al tiempo tomar conciencia del cuerpo y su postura?
2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística?
3. ¿Cuáles serán los retos de la educación inclusiva en la facultad de artes de la UPN?
4. ¿Cómo caracteriza a un maestro incluyente?
5. Como percibió al tallerista.

VALORACIONES A CERCA DE LA PERCEPCIÓN DEL TALLER POR PARTE DE LOS ESTUDINTES
1. Qué significado tener privación de la mirada y al tiempo tomar conciencia del cuerpo y su postura? 2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística 3. Como percibió al tallerista?
1. ¿Qué significado tener privación de la mirada y al tiempo tomar conciencia del cuerpo y su postura? En términos generales los estudiantes manifestaron; El ejercicio aunque genera inseguridad permitió sentir y tomar mayor conciencia de las partes del cuerpo y de la respiración. Así como entender como estimular otros sentidos distintos a la vista, muchas veces no vemos más allá de lo que tenemos al frente. El ejercicio permitió ponernos en los zapatos del otro y darnos cuenta que no debemos ser indiferentes con quienes están en condición de ausencia de luz. Por otra parte, uno sí toma conciencia. De su cuerpo cuando enfoca su atención en él. El ejercicio nos permitió reconocer que no tenemos conciencia de algunas partes der nuestro cuerpo; también fue muy interesante reconocer a

los compañeros por la voz y el tacto. Pero indudablemente el no ver ni vernos nos sentimos vulnerados. El ejercicio nos llevó a buscarnos a nosotros mismos, y pensarnos corporalmente, así como imaginar el cuerpo desde otros sentidos.

2. ¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica -artística?

En el ámbito educativo se habla de inclusión sin tener claro el concepto ni del proceso para lograrlo. Comprendimos que un maestro debe ser tolerante, aceptar y colaborarle a las personas discapacitadas.

A nivel pedagógico y social, entendimos la importancia y la responsabilidad que como futuros docentes tenemos con este tema. Por otra parte, es necesario que todos los maestros en formación cuenten con didácticas y estrategias claras para el abordaje de la población discapacitada. Algo muy importante que sucedió en el taller es llevarnos a la valoración de lo que se tiene. Pensarnos como sujetos y maestros incluyentes es comprender las políticas de inclusión que maneja la Universidad, ya que los futuros docentes seremos parte del cambio. Los ejercicios abordados en el taller nos permitieron sensibilizarnos con el tema de la imagen, la identidad visual; de los estereotipos sociales. Ponerse en el lugar del invidente es romper la atadura de la imagen. La universidad debe preocuparse por trabajar y fomentar al interior de las facultades el tema de la discapacidad y la inclusión; proporcionar herramientas y estrategias que rompan con las barreras de orden social, cultural y educativo. La alteridad nos permite estar en el lugar del otro, para ser más conscientes de sus necesidades; de esta manera podemos aprender en comunidad reconociendo y entendiendo al otro.

3. ¿cómo percibió al tallerista?

David es una persona que se está empoderando de sí mismo, Es admirable la forma tan fluida y clara como se desenvuelve en el taller. Debe continuar fomentando la Educación Inclusiva, Posee talento para ser líder.

Domina el tema y maneja muy bien su cuerpo, Admiramos su capacidad para hacerse entender, su autoestima es ejemplar, él nos sensibilizó desde su ejemplo. David nos llevó de una forma pedagógica a comprender como se vive, se construye la conciencia del cuerpo en una persona invidente.

David nos motivó a investigar más acerca del tema, por otra parte nos da ejemplo y nos hace reflexionar sobre lo que nosotros somos.

David. Gracias por todas las experiencias que nos proporcionaste, ya que nos permite enriquecernos como personas, y como formadores del futuro.

Gracias por compartir tu experiencia. Finalmente lo percibimos como un sujeto activo, y crítico de su rol en la sociedad en su posición como pedagogo musical.

<p>TALLER 4</p> <p>ENCUENTRO AFECTIVO</p> <p>CUERPO - INSTRUMENTO</p> <p>TALLERISTA: DAVID ARIAS</p>
Lugar; Salón 105
Fecha y Hora: Miércoles 14 del 102015
Estudiantes de II semestre de música. Espacio académico Manejo Corporal 2.

PLANEACIÓN

TEMATICA: Encuentro afectivo: Cuerpo- instrumento

1. Recorrido histórico de la educación inclusiva en la Universidad Pedagógica Nacional.
2. Políticas de inclusión desde las perspectivas de la Universidad
3. Problemáticas que se visibilizan sobre el tema de inclusión en la licenciatura de música
4. Que es la discapacidad y la discapacidad visual
5. Experiencia vivencial “ Encuentro afectivo Cuerpo- instrumento

OBJETIVO GENERAL:

Dar a conocer a los participantes el tema de inclusión educativa para estudiantes en condición de discapacidad de la Universidad Pedagógica Nacional Así mismo, sensibilizar a los asistentes acerca del significado “Encuentro afectivo cuerpo-instrumento” desde las relaciones de la expresión y la conciencia del cuerpo proyectadas en el instrumento principal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Exponer e informar acerca del recorrido histórico, las políticas y las problemáticas que sobre el tema de INCLUSIÓN EDUCATIVA maneja la Universidad Pedagógica Nacional.
- Sensibilizar a los participantes mediante un ejercicio vivencial de lo que significa estar en condición de discapacidad visual y las relaciones de la expresión y la conciencia corporal con el instrumento principal.

MATERIALES

Vendas, instrumentos musicales y recursos humanos.

ABORDAJE:

1. Momento 1 (5 minutos)

Introducción al taller. Lectura del poema, interpretación musical y saludo.

2.Momento 2 (10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de la música que utilizan para personas con discapacidad visual.

Preguntas Orientadoras:

¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

3. Momento 4 (30 minutos)

Exposición: Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica nacional.

4. Momento 5 (10 minutos)

Ejercicio de sensibilización: Encuentro afectivo: Cuerpo-instrumento

Sensibilización: Ejercicio de sensibilización. “Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA

5. Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Se les entrega una hoja en blanco para que respondan las siguientes preguntas:

¿Qué signifió vivenciar afectivamente Cuerpo-instrumento?

¿Qué reflexión le deja el taller a su formación pedagógica –artística musical?

¿Cómo percibiste al tallerista?

En términos generales los estudiantes de música respondieron:

1. Nunca nos habíamos imaginado tocar con los ojos vendados pero creemos que esto es un buen recurso para revisar la postura y sobretodo porque no existe el temor de ser observados por un público o profesor.
Teníamos la sensación de miedo de que golpeáramos el instrumento por no saber dónde lo habíamos dejado.
2. Ala universidad le hace falta material bibliográfico adaptado por ello me vi en la necesidad de adaptarle a mi compañera un libro en tabloide para que a ella no se le dificultara el trabajo en clase.
Creo que los maestros deberían trabajar en potenciar las habilidades de los estudiantes y no tener actitudes de compasión ni lástima.
3. Creo que David es una persona sensible y conoce muy bien el tema de la postura. Nosotros ni si quiera sabíamos que estábamos en mala postura, pero nos generó la consciencia postural.
Cuando David me corrigió la postura del violín y me dijo que alineara la oreja, mano y pie izquierdos, me sentí más segura.
David es muy seguro en el empoderamiento del tema y en el manejo del escenario. Si no hubiéramos sabido que es una persona ciega, no nos hubiéramos dado cuenta.

PLAN DEL PRIMER TALLER MAGISTRAL

Mirar en ausencia de luz

Jueves 24 de septiembre

Momento 1 (7 minutos)

Cuando todo el auditorio este completo con los participantes aparece en la pantalla del frente.

EL MEJOR REGALO

Regálame libertad para que pueda usar mis manos, mis pies y todos mis sentidos con plenitud.

Regálame desafíos para que los enfrente, disfrute y salga airoso de ellos, pudiendo crecer en experiencia y seguridad.

Regálame independencia ayudándome en aquello que no puedo y alentándome a hacer lo que puedo.

Regálame límites como a todos los niños, para que pueda formarme como persona.

Regálame exigencias, así podré demostrar toda mi capacidad.

Regálame igualdad de oportunidades para que triunfe en la vida, de acuerdo a mi esfuerzo y perseverancia.

Regálame un bastón blanco e incentívame a usarlo para no depender de bastones humanos.

Regálame el ocuparte de mí y no el preocuparte por mí.

Regálame amor, a pesar de mi capacidad diferente.

Pero no me regales sobreprotección, indiferencia ni compasión, porque son esfuerzos inútiles.

Si me regalas todo esto seré una persona completamente feliz y podré hacer feliz a los que se acerquen a mí.

“Taller de teatro para autores ciegos”

David interpreta un tema en el violín.

Mientras esto sucede aparece en la pantalla

El arte hace visible nuestras capacidades y permite mirarnos más allá de cualquier discapacidad.

Saludo. David saluda a los asistentes y de manera muy concreta presentar el propósito de este taller. Que te motivo como autor para desarrollar esta monografía.

Momento 2 (8 y 10 minutos)

Indagar acerca de los conocimientos previos que poseen los participantes sobre los temas de: Inclusión Educativa, barreras al aprendizaje y la participación y estrategias pedagógicas para la enseñanza de las artes con estudiantes en condición de discapacidad visual.

Preguntas orientadoras

- a. ¿Sabe en qué consiste la integración y la Educación inclusiva?
- b. ¿Qué son las barreras de aprendizaje y participación?
- c. ¿Conoce estrategias pedagógicas en la enseñanza de las artes para estudiantes en condición de discapacidad visual?

Momento 3 (12 minutos)

Video. Hoy bailaré. Arte (Helena Manzo Yael)

Se pide a los estudiantes participantes que tomen nota de las ideas y los mensajes que impactan o llaman su atención.

Reflexión y comentarios

Momento 4 (30 minutos)

Exposición: Políticas de inclusión, recorrido histórico y problemáticas desde la perspectiva de la educación inclusiva que ha tenido la Universidad pedagógica Nacional.

Momento 5 (10 minutos)

Ejercicio de sensibilización. “Mirar en ausencia de luz” “Vivir la discapacidad visual en la relación del cuerpo y el aprendizaje”

Todos los participantes se ubican de pie en el espacio con los ojos vendados. Al ritmo de la música y unas consignas como instrucción dadas por el tallerista con relación al cuerpo, al movimiento y a la relación con otros y el entorno próximo; vivenciando así la sensación de ver, estar y aprender de otra forma.

Momento 6 (5 minutos)

Valoración del taller

Objetivo. Registrar las valoraciones que realizan los estudiantes participantes a cerca de las percepciones del taller.

Preguntas orientadoras

¿Qué significó mirar en ausencia de luz?

¿Qué reflexión te deja el taller a tu formación pedagógica-artística?

¿Cómo percibe al tallerista?

CONCLUSIONES

1. El proceso investigativo permite alcanzar el objetivo trazado, al diseñar e implementar la propuesta de “***inclusión educativa Mirar en Ausencia de Luz***” que integra dos técnicas corporales La sensopercepción y la eutonía hacia el fortalecimiento de la expresión y la conciencia del cuerpo, para estudiantes de música con discapacidad visual de la Universidad Pedagógica Nacional. Evidenciada en cuatro talleres donde participaron maestros y estudiantes de las asignaturas: Rol docente, inteligencia emocional, danza integradora y manejo corporal II. Logrando impacto positivo desde los conocimientos ofrecidos en: ***Educación inclusiva y discapacidad, desde las reflexiones como futuros docentes con una visión incluyente, pero ante todo, desde el ejemplo del autor de esta monografía, quien presenta discapacidad visual y con su actitud, preparación y presencia comparte con los asistentes a los talleres su proceso de empoderamiento y reflexión acerca de su vivencia y paso por la licenciatura de música;*** dejando en la gran mayoría de los participantes admiración, respeto, solidaridad y la experiencia que a través del ejercicio ***mirar en ausencia de luz***, se es más humanos porque permitió revalorar lo que se tiene y ponerse en el lugar del que no ve, para comprender y entender que las personas con discapacidad visual necesitan apoyo no desde el pesar y la lástima sino desde generar y propiciar espacios y ambientes educativos que respondan a una verdadera ***Educación inclusiva***.

2. A través de los talleres se demostró que el cuerpo de una persona invidente no debe ser, ni para ellos ni para los demás, una zona oscura. Vasta de seguir viendo personas invidentes encorvadas, tensionadas, rígidas, con miradas bajas e inseguras y poca movilidad; que nada tiene que ver con la ceguera en sí misma, sino con las creencias erróneas y los paradigmas que rotulan, ubican y clasifican a las personas, dejándolas de lado, pasando cerca de ellas e ignorándolas no queriendo verlas. El sistema educativo debe cuestionarse fuertemente sus formas y prácticas pedagógicas alrededor de la educación del cuerpo y más aún del cuerpo en este caso de personas invidentes.

3. Los estudiantes participantes en los talleres lograron abordar y comprender a través de la vivencia la forma como se piensa y se vive el cuerpo cuando se adolece de visión; experimentaron desde las sensaciones y las percepciones la forma como se construye el esquema corporal, comprendieron como desde los apoyos y los contactos corporales la persona invidente va tomando conciencia de su cuerpo; entendieron que la **atención** debe ser fortalecida y entrenada para el proceso de la conciencia corporal; **estar alerta, despierto, ser observador de sí mismo** son las claves que Patricia Stokoe y Gerda Alexander nos proponen para trabajar con personas invidentes, la forma como se elabora la conciencia corporal.

4. La construcción y adaptación teórica de relaciones entre principios, enfoques, didácticas, dirección y énfasis de las técnicas mencionadas en el principio de este capítulo, permitieron la adaptación de una propuesta que busca fortalecer tanto la expresión y la conciencia del cuerpo en estudiantes de música con discapacidad visual, pensada en la relación ***Cuerpo, instrumento, musical – desempeño***. Considerando que el principal instrumento a afinar es el propio cuerpo y que tanto estudiantes como profesores de música deben pensar y replantear la función fundamental que el cuerpo ejerce al momento tanto del aprendizaje como de la interpretación musical.

5. Los talleres evidenciaron que a la Universidad Pedagógica le corresponde, desde el interior de sus facultades, informar, socializar y concienciar a maestros y estudiantes frente al tema de Inclusión educativa y discapacidad; de tal manera, que los futuros maestros, cuenten con los conocimientos y las estrategias propias para abordar a esta población. Ya que en la actualidad la Secretaría de Educación Distrital maneja políticas de inclusión y los maestros aún desconocen las formas didácticas, pedagógicas y psicológicas para trabajar en el aula con esta población.

6. La licenciatura en música de la Universidad Pedagógica Nacional debe replantear las formas y maneras tanto didácticas como pedagógicas para **incluir, apoyar y proyectar** a los estudiantes con discapacidad visual. Ya que tanto las encuestas como los talleres dieron cuenta de la

falta de conocimiento de estrategias y alternativas para asumir la formación musical en general, pero especialmente la educación expresiva y corporal de esta población de estudiantes.

7. La facultad de artes debe generar una propuesta para la investigación final o la monografía para estudiantes con discapacidad visual distinta a la de los estudiantes videntes. Ya que el desarrollo de esta monografía presentó varios tropiezos debido a que el autor tuvo que adaptarse siempre a los demás a los que ven y nunca fue al contrario.

8. El interés de este trabajo de investigación no se centró en producir una cartilla o un manual para ciegos, sino su propósito fue crear conocimiento desde la propia experiencia del autor y la de un grupo de compañeros con discapacidad visual quienes de una u otra forma la universidad nos incluyó, dándonos la oportunidad de consolidar nuestro proyecto de vida en mi caso a través de la educación musical.

REFERENCIAS

- Arnaiz, P. (1994). Deficiencias visuales y psicomotricidad: Teoría y práctica. Madrid: Departamento de Servicios Sociales para Afiliados de la ONCE.
- Baixauli V. (2011). Musicoterapia y autoconocimiento: desarrollo motor y desarrollo del esquema corporal en ceguera y deficiencia visual.
- Digelman, D. *"La Eutonía de Gerda Alexander"*, Edit. Paidós
- Educación Inclusiva. (2015). Personas con discapacidad visual. Recuperado de <http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/129/cd/indice.htm> el 15 octubre de 2015.
- Gerda, A. *"La Eutonía"*, Edit. Paidós
- Kalmar, Déborah (2005). *Qué es la Expresión Corporal*, Bs. As., Argentina, Ed. Lumen-Humanitas.
- Robert Fanjul, A. (1991). "La Expresión Corporal y los ciegos", en Sexta conferencia internacional sobre movilidad, Tomo II.
- Siegel, I. Traducción: Malena Cosio Piñeyro de Silva. Tomado de: VARIOS (1973): Orientación, Movilidad y Gimnasia para los Disminuidos Visuales. En AFOB, Oficina Latinoamericana. Córdoba (Argentina): AFOB.
- Siegel, I. (1973): La postura de la persona ciega. En Orientación, Movilidad y Gimnasia para los Disminuidos Visuales. AFOB, Oficina Latinoamericana. Córdoba (Argentina): AFOB.
- Stokoe, Patricia (1987). *Expresión Corporal Arte, Salud y Educación*, Bs. As., Argentina, Humanitas.
- Stokoe, Patricia y Schachter, Alexander (1984). *La Expresión Corporal*, Bs. As., Argentina, Ed. Paidós.
- Stokoe, Patricia y Sirkin, Alicia (1994). *El proceso de creación en el arte*, Bs. As., Argentina, Almagesto.
- Vishnivetz, B. (1994). *Eutonía Educación del cuerpo hacia el ser*, Bs. As., Argentina, Ed. Paidós.

APÉNDICES

Encuestas

FACULTAD DE BELLAS ARTES
LICENCIATURA EN MÚSICA
ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA
EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA
CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD
VISUAL DE LA UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Encuestas docentes.

DOCENTE: _____

Con el propósito de desarrollar el Proyecto Pedagógico Investigativo: DESARROLLO CORPORAL Y DESEMPEÑO INSTRUMENTAL EN CUATRO ESTUDIANTES CON LIMITACIÓN VISUAL DE LA FACULTAD DE MÚSICA DE LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL, se solicita de manera respetuosa y honesta responder la siguiente encuesta, la cual tiene como objetivo:

- Identificar los conocimientos, las actitudes y las prácticas que posee el profesor de instrumento frente al desempeño corporal e instrumental en estudiantes con limitación visual de la UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL.

A. Responder las siguientes preguntas, según su conocimiento y experiencia.

1. ¿Conoce acerca de las NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES?

SI	
NO	

¿Cuáles? _____

2. ¿En qué consiste la integración y Educación Inclusiva?

3. ¿Se ha interesado por conocer los procesos de adaptación a la discapacidad visual?

SI	
NO	

4. La UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL maneja un discurso de inclusión, ¿ésta le ha dado las orientaciones pedagógicas para el trabajo con estudiantes con Limitación Visual?

SI	
NO	

¿Cuáles?: _____

5. ¿Posee herramientas pedagógicas para asumir estudiantes con limitación visual?

SI	
NO	

¿Cuáles?: _____

6. ¿Usted es igual de exigente académicamente con los estudiantes con limitación visual que con los demás estudiantes?

SI	
NO	

¿En qué aspectos? _____

7. ¿Se siente incómodo cuando en un grupo hay estudiantes con limitación visual?

SI	
NO	

¿Porqué? _____

8. ¿Qué estrategias metodológicas emplea para facilitar el aprendizaje de los estudiantes con Limitación Visual?

9. ¿Qué tipo de falencias a nivel corporal y de expresión ha identificado en éste grupo de estudiantes?

10. ¿Qué competencias a nivel musical, se destacan de éste grupo de estudiantes?

11. ¿Tiene alguna sugerencia para la facultad respecto al tema de inclusión educativa de personas con limitación visual de la Universidad Pedagógica Nacional?

FACULTAD DE BELLAS ARTES
LICENCIATURA EN MÚSICA
ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA
EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA
CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD
VISUAL DE LA UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Encuesta Estudiantes

NOMBRE: _____

INSTRUMENTO: _____

Con el propósito de desarrollar el Proyecto Pedagógico Investigativo: **DESARROLLO CORPORAL Y DESEMPEÑO INSTRUMENTAL EN CUATRO ESTUDIANTES CON LIMITACIÓN VISUAL DE LA FACULTAD DE MÚSICA DE LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**, se solicita de manera respetuosa y responder la siguiente encuesta, la cual tiene como objetivo:

- Identificar los conocimientos, las actitudes y las prácticas que poseen los estudiantes de música frente al desempeño corporal e instrumental de los estudiantes con limitación visual de la UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL.

B. Responder las siguientes preguntas, según su conocimiento y experiencia.

12. ¿Conoce acerca de las NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES?

SI	
NO	

¿Cuáles? _____

13. ¿En qué consiste la integración y Educación Inclusiva?

14. Teniendo en cuenta su instrumento, ¿Qué dificultades muestran sus compañeros con limitación visual en el escenario a la hora de la interpretación?

15. ¿Cree usted que la Universidad Pedagógica Nacional, está preparada para asumir estudiantes con limitación visual?

SI	
NO	

¿Por qué? _____

16. ¿De qué forma ha contribuido para que a sus compañeros con limitación visual se les facilite el proceso de aprendizaje, referente al desempeño corporal con el instrumento?

17. ¿Se siente incómodo cuando en un grupo hay estudiantes con limitación visual?

SI	
NO	

¿Por
qué? _____

18. ¿Cómo docente en formación se siente preparado para trabajar con una persona con limitación visual?

SI	
NO	

¿Por qué?

19. ¿Qué estrategias pedagógicas utilizaría, en caso de abordar a una persona con limitación visual?

20. ¿Tiene alguna sugerencia para la facultad respecto al tema de inclusión educativa de personas con limitación visual de la Universidad Pedagógica Nacional?

GRACIAS

FACULTAD DE BELLAS ARTES

LICENCIATURA EN MÚSICA

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DESDE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA PARA

EL FORTALECIMIENTO DE LA EXPRESIÓN Y LA CONCIENCIA

CORPORAL PARA ESTUDIANTES DE MÚSICA CON DISCAPACIDAD

VISUAL DE LA UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

ESTUDIANTE: _____

Con el propósito de desarrollar el Proyecto Pedagógico Investigativo: EXPRESION CORPORAL Y EL DESEMPEÑO .EN ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD VISUAL DE LA FACULTAD DE MÚSICA DE LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL, Comedidamente s solicito a Usted responder sincera y objetivamente la siguiente encuesta, la cual, tiene como objetivo identificar las características que poseen Ustedes a nivel de expresión corporal, así, como las percepciones a cerca del proceso de inclusión educativa que les ha brindado la UPN

Agradezco de ante mano su colaboración en la recolección de dicha información

Cordialmente HECTOR DAVID ARIAS CANCINO

EDUCACIÓN INCLUSIVA

1. ¿Conoce el significado de: Necesidades Educativas Especiales?

SI	
NO	

Definalo:

2. ¿Sabe En qué consiste la integración y Educación Inclusiva?

SI	
NO	

Definalo

3. ¿Considera que la Universidad Pedagógica Nacional garantiza los procesos que requiere para su formación?

SI	
NO	

¿Por qué?:

4. ¿Conoce usted los beneficios que la Universidad Pedagógica ofrece para garantizar la plena inclusión educativa de los estudiantes con discapacidad?

SI	
----	--

NO	
----	--

¿Cuáles?: _____

5. ¿Considera que los profesores de música posee herramientas pedagógicas suficientes para asumir estudiantes con discapacidad visual?

SI	
NO	

¿Cuáles?: _____

6 ¿Considera que los maestros son igual de exigente académicamente con los estudiantes en condición de discapacidad visual que con los demás estudiantes?

SI	
NO	

¿En qué aspectos? _____

7 ¿Se ha sentido incómodo o excluido en su proceso de formación musical?

SI	
NO	

¿Porqué? _____

8. ¿Usted ha demostrado interés en su desempeño académico o muestra una actitud pasiva por su condición?

EXPRESIÓN CORPORAL

1. ¿Qué representación mental tiene sobre su imagen corporal?
2. ¿Qué opinan sus profesores de música acerca de su expresión corporal a la hora de su desempeño instrumental?
¿Realiza ejercicios para la preparación corporal antes, durante y después de tocar su instrumento?
3. ¿Cómo define la relación postural que Usted posee con su instrumento principal?
4. ¿Está preparado para orientar corporalmente a sus Estudiantes?
5. ¿Conoce sus fortalezas y debilidades a nivel corporal y espacial?
Menciónelas
6. Describa brevemente su proceso de formación corporal y de inclusión que ha tenido en la universidad.