

EXPLORACIÓN INTERDISCIPLINARIA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL: INTEGRANDO LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA MÚSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Interdisciplinary Exploration of Body Expression: Integrating Physical Education and Music in Primary Education

Mireya MANZANARES SOLER 

Investigadora independiente

RESUMEN: El presente artículo de investigación, pretende ensalzar y demostrar la importancia que posee la expresión corporal en el ámbito de la Educación Primaria, utilizando de manera transversal las áreas de Educación Física y Musical. De este modo, se proponen tres actividades directamente relacionadas entre ellas, donde se puede trabajar a lo largo del desarrollo educativo del alumnado, el conocimiento personal acerca de su propio cuerpo y mente, al igual que las habilidades motrices y sociales. Uno de los principales objetivos es otorgar la importancia que posee la expresión y percusión corporal, en este caso, en el desarrollo integral del alumnado de Educación Primaria. Asimismo, interrelacionar el método BAPNE con las actividades propuestas. Una vez revisadas detalladamente dichas actividades, se evidencia que los estudiantes están más motivados y tienen un mayor interés por incorporar este tipo de proyectos con mayor regularidad en el aula. En conclusión, integrar la Educación Física y la Música de manera transversal en relación con la expresión corporal no solo mejora el contenido educativo, sino que también aporta considerablemente al crecimiento integral y al bienestar emocional de los alumnos.

Palabras clave: Educación Musical; Educación Física; expresión corporal; interdisciplinariedad; percusión corporal.

ABSTRACT: This research article aims to exalt and demonstrate the importance of body expression in the field of primary education, using physical education and music in a cross-curricular manner. Thus, three activities directly related to each other are proposed, where students' personal knowledge about their own body and mind, as well as motor and social skills, can be worked on throughout their educational development. One of the main objectives is to give importance to body expression and percussion, in this case, in the comprehensive development of primary education students. Also, to interrelate the BAPNE method with the proposed activities. Once these activities have been thoroughly reviewed, it is evident that students are more motivated and have a greater interest in incorporating this type of projects more regularly in the classroom. In conclusion, integrating physical education and music in a cross-curricular manner in relation to body expression not only improves educational content but also significantly contributes to the comprehensive growth and emotional well-being of students.

Keywords: Music Education; Physical Education; body expression; interdisciplinarity; body percussion.

1. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS

A lo largo de los años, en el ámbito educativo se ha priorizado un modelo centrado en la adquisición de conocimientos teóricos y habilidades prácticas, dejando de lado el desarrollo integral del autoconocimiento y la expresión emocional y sensorial. Como consecuencia, los estudiantes carecen de comprensión sobre su propio cuerpo y no desarrollan formas significativas de relacionarse con los demás, lo que limita sus habilidades sociales. En este sentido, se plantean los siguientes objetivos a conseguir a través de esta propuesta:

- Demostrar la importancia que posee la expresión corporal en adelante, EC como bloque primordial del desarrollo integral de los estudiantes en Educación Primaria.
- Explorar la correlación existente entre las áreas de Educación Física y Musical dentro del contexto de la EC.
- Diseñar, planificar y poner en práctica tres actividades que constituyan la EC, Educación Física y Música, con el objetivo de promover el autoconocimiento del alumnado, habilidades tanto motrices como sociales, y el bienestar emocional de los discentes.

- Indagar sobre las posibilidades que puede presentar la EC, percusión corporal y las emociones como elementos trascendentales en la Educación Primaria y en el desarrollo motor y afectivo del alumnado.
- Evaluar las actividades propuestas con relación a la motivación e interés del alumnado para poder emplearlas de manera regular dentro del aula.
- Profundizar sobre la percusión corporal a través de la EC como medio de comunicación no verbal.

2. LA EXPRESIÓN CORPORAL Y SU EVOLUCIÓN

El hecho de poder definir el concepto de EC, a día de hoy, se trata de una tarea bastante compleja, puesto que existen diferentes autores junto a sus puntos de vista y aproximaciones directamente relacionadas con dicho término basándonos en una perspectiva puramente tanto artística como educativa. Por ello, muchos de ellos se han centrado en analizarla bajo la generalidad y que sea de algún modo integradora. Por su parte, Rueda (2004) define dicho campo desde un punto de vista educativo.

Según Motos (1983) una de las tantas definiciones que posee expresión corporal es la del «arte del movimiento», defendiendo entonces el movimiento y describe el valor expresivo de las partes en las que se divide este: cuerpo, espacio, tiempo y energía. Del mismo modo, Rueda (2004) los ejes referenciales de la expresión corporal responden a cuatro interrogantes básicos: qué, dónde, cómo y cuándo, que se desarrollan de manera global. El conocimiento de cada uno de estos aspectos sería la base del desarrollo de la expresión corporal, aunque interrelacionados entre sí. Sin embargo, todos ellos llegan como conclusión que la expresión corporal se trata de un medio de expresión más, puesto que es una forma de comunicación al igual que la oral o la escrita, dado que sirve como mejora de otras formas de expresión no corporales.

Por lo tanto, es esencial trabajarla en los centros escolares desde edades tempranas, para alcanzar un mejor desarrollo del alumnado en este aspecto. Afirmando entonces que la expresión corporal se trata de una disciplina centrada en la búsqueda de un lenguaje propio de cada uno de los individuos, teniendo como estudio o eje principal la utilización del cuerpo. En conclusión, la expresión corporal es una disciplina que permite encontrar, mediante el estudio y profundización del empleo del cuerpo, un lenguaje propio. Respecto a la comunicación, Jiménez (1991) describe cómo en ocasiones solemos caer en malos hábitos, usando expresiones y actitudes que desconciertan, desvían la atención de los demás y hacen que no nos escuchen.

En resumen, es imprescindible matizar que la expresión corporal se muestra caracterizada por no tener respuestas cerradas, puesto que cada individuo es libre de acentuar y remarcar sus peculiaridades a través de la creatividad e imaginación que cada uno desee. Al mismo tiempo, los principales objetivos que pretende alcanzar la expresión corporal es buscar el óptimo bienestar del propio cuerpo, logrando así un desarrollo personal del individuo que le permita sentirse bien consigo mismo, y descubrir los distintos significados que puede otorgar cada segmento corporal.

Como se ha comentado en los anteriores párrafos, la expresión corporal cumple un papel muy importante dentro de la educación física, dado que sirve de herramienta para que los alumnos trabajen el autoconocimiento tanto emocional y corporal, como la introspección. Puesto que se trata del empleo del cuerpo, añadiendo movimiento para poder transmitir y comunicar ideas y sensaciones al resto. Del mismo modo sirve de instrumento de comunicación que sirve para poder transmitir al resto de individuos los pensamientos, ideas y emociones de cada uno de nosotros. Asimismo, obtiene un papel primordial la creatividad, ya que, a lo largo de esta secuencia de actividades, los alumnos despiertan ese factor tan importante y necesario para ellos, al igual que la imaginación. Para Motos (1983) la expresión corporal se sustenta en dos pilares básicos: la técnica y la espontaneidad, debemos por lo tanto buscar el equilibrio entre ambos para el correcto desarrollo de la misma.

A pesar de la importancia que posee la expresión corporal y que se reconoce dentro de nuestro sistema educativo, las investigaciones llevadas a cabo indican que aún existen deficiencias a la hora de planificar y enseñar este aspecto, por lo que se encuentran dificultades a la hora de implementarla de manera efectiva. Al igual que a menudo resulta en una presencia limitada, desperdiciando las oportunidades y beneficios que ofrece a los estudiantes. Aunque se trate de un ámbito musical, también puede ser trabajado dentro del área de educación física en concreto, por ello se trata de un concepto de gran transversalidad, relacionándose además con ideas de distintos métodos como son los de Dalcroze y BAPNE. Sin embargo, la expresión corporal en la Educación Física escolar es trabajada muy recientemente, por lo que no existen gran cantidad de autores que mencionen su aplicación dentro del aula dentro de esta materia. En contraste, aunque es una incógnita y poco recurrida en educación física, con los años ha ido alcanzando cierta importancia, y se ha llegado a incluir en el currículo escolar.

Émile Jacques Dalcroze, a través de su método para la enseñanza musical, pretende conocer, comprender y disfrutar de la música utilizando el cuerpo en movimiento, permitiendo así que se convierta en el intermediario entre sonidos y pensamiento, por lo tanto, ser interprete de sus sentimientos. Divide entonces

tres elementos principales dentro del ritmo, que son el espacio, tiempo y energía que se emplean (Montoya Rubio, 2019).

En relación a la metodología BAPNE, creada por Romero Naranjo, tras numerosos viajes e investigaciones por distintas poblaciones de África obtuvo como conclusiones los distintos empleos de la expresión corporal y la música teniendo como factor primordial la cultural en la que se ve envuelta la actividad en concreto. Según este autor, el término BAPNE se conforma de un significado en cada una de sus letras, las cuales sirven de ayuda para fundamentar la metodología de dicho método. Estas son Biomecánica, Anatomía, Psicología, Neurociencia y Etnomusicología.

Por todo lo anteriormente mencionado, el propósito es alcanzar un desarrollo pleno de la Inteligencia Ejecutiva, donde se consiga un progreso de la atención, memoria, planificación, toma de decisiones, ejecución y multitarea (Romero, 2013). Dentro de este método el desarrollo de la lateralidad, en este caso con los niños, en la didáctica de la percusión corporal, resulta imprescindible que se trate de modo secuencial, para lograr así un seguimiento adecuado del proceso enseñanza-aprendizaje del alumnado. Para alcanzar cierta coordinación, se debe estimular de manera correcta óculo/audio-manual, la coordinación óculo/audio-pedal y, por último, el óculo/audio-disociativa.

La función de la EC en Educación Física al igual que en área de Música es potenciar el desarrollo integral del alumnado, del mismo modo que la expresión y comunicación tanto verbal como no verbal, y valorar el cuerpo de manera estética y artísticamente junto a todas las oportunidades que este ofrece. Algunas de las características o peculiaridades que ofrece la EC son complementar la comunicación verbal ofreciendo nuevos canales en el campo visual, regular la comunicación otorgando en mayor o menor medida significado, y además varía dependiendo de la cultura. Para poder valorar e interpretar entonces el lenguaje corporal utilizamos la kinesia, aunque en determinadas situaciones resulte complejo, ya que existen gestos involuntarios como espontáneos que verdaderamente no pretenden expresar nada al receptor. En relación a estos conceptos, debemos siempre basarnos en la sensibilidad, creatividad y reflexión, frente al rendimiento y ejecución de los movimientos.

3. ELEMENTOS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

Por otro lado, centrándonos en los elementos que forman la EC y que por tanto deben ser tratados debidamente atendiendo a sus características son el cuerpo, espacio, tiempo e intensidad. Dentro del cuerpo encontramos diferentes partes corporales, entre ellos los segmentos mayores que conforman la cabeza, torso, brazos y piernas, y segmentos menores que son los ojos, boca, pecho, manos, pies,

dedos y un largo etcétera. Dentro de los segmentos hay algunos más importantes que otros, puesto que definen mejor el sentimiento que se pretende transmitir, entre ellos está la cara, también denominada como ‘espejo del alma’. El tronco, que sirve de gran potencial expresivo, sirviendo de transmisor de diferentes actitudes dependiendo de su colocación. Brazos y manos utilizados para enfatizar e indicar. Y, piernas junto a pies, que dependiendo del movimiento y la colocación de ambos simbolizan diversos sentimientos, siendo estos cierto nerviosismo o aburrimiento (Cifo, 2016).

Otro de los subcomponentes existentes son el cuerpo, que proporciona también diferentes formas, ya sea en estático o dinámico, como son alargadas, anchas, redondas, angulosas o retorcidas, y que cada una de ellas transmite una emoción distinta. El espacio también permite orientar el cuerpo hacia diferentes direcciones, como pueden ser delante/detrás, izquierda/derecha, arriba/abajo... Atendiendo asimismo a varios niveles, siendo bajo/inferior situándose cerca del suelo, es decir, debajo de la cadera, emitiendo sometimiento o tristeza al receptor. Nivel medio, que involucra el hecho de andar o con los segmentos corporales inferiores colocados con poca flexión, mostrando un estado neutro, cotidiano o incluso de inexpresividad. Además, el nivel alto/superior, alanzando la posición de cuerpo hacia una cierta elevación, colocando la cabeza más por encima, incluso de puntillas, dando imagen de superioridad, dominio y confianza frente al que nos observa. Wallon (1987) afirma que estos movimientos, son serie de emociones exteriorizadas porque existen de forma inseparable de la motricidad.

La importancia que posee el tiempo se debe de remarcar igualmente, ya que puede estar sujeta a una estructuración métrica, siendo así cuantitativa, atendiendo a un tempo, pulso, acento, compás y ritmo prefijado, o, por el contrario, una estructuración no métrica, siendo entonces cualitativa, rápido o lento. Directamente relacionado con el tiempo está la duración, que puede ser de tipo sostenido, siendo largo o lento, simulando así emociones de tristeza, melancolía, muerte, o de duración repentina, siendo corto o rápido, evocando felicidad y vitalidad. Finalmente, la intensidad, que se caracteriza por descargar una gran expresividad en la actividad, y se muestra directamente relacionada con los demás elementos comentados anteriormente. La intensidad alta denota un estado de ánimo un tanto agresivo, nerviosismo, entre otros. Y, la intensidad de tipo bajo, cierto cansancio, decaimiento, etcétera (Cifo, 2016).

Adentrándonos en sí en la percusión corporal, debemos tener en cuenta que es un aspecto directamente relacionado con la expresión corporal, ya que ambos combinan los mismos componentes y subcomponentes para su ejecución y buscan a través del movimiento transmitir una serie de emociones o sentimientos al resto de individuos que nos rodean. Schinca (1988) determina la expresión corporal y el movimiento como ese camino que nos lleva a encontrarnos en un lenguaje propio.

Esa ciencia que se origina en lo físico y que se une con los procesos internos de cada persona y que los regula por medio del lenguaje gestual creativo. La percusión corporal es el acto de utilizar el propio cuerpo humano simulando ser un instrumento musical, para alcanzar la realización de ritmos con diversos timbres gracias a la utilización de distintas partes del cuerpo. Gracias a la disociación, se pueden combinar elementos de la materia de Educación Física y Música, entre ellos el esquema corporal propio de cada alumno, las habilidades motrices básicas, que son las propias de la motricidad naturales de cada persona, siendo correr, saltar o lanzar. Además de la lateralidad, y coordinación motriz, de manera transversal con música con la intensidad, duración, timbre y ritmos.

La correlación de actividades o tareas que se deben demandar a los estudiantes para comenzar a trabajar la percusión corporal, tal y como dice (Cifo, 2016) deben de ser primeramente una indagación propia del estudiante, dejando fluir su imaginación. Según Simally (1970) es una aptitud para representar objetos ausentes y combinar imágenes. Disfrutando de sus capacidades creatividad con los segmentos del cuerpo, seguidamente la percepción rítmica siguiendo palabras ofrecidas en este caso por el docente encargado. Posteriormente, la expresión rítmica, siguiendo un pulso o tempo, más adelante la simbología propia del ritmo, y, para finalizar la teorización del mismo. De este modo se trabaja de manera progresiva de menor a mayor grado de dificultad este concepto con los estudiantes, aunque es importante tratarla en espiral, de modo que, aunque se vayan avanzando en la complejidad de las tareas, también se traten aspectos anteriores para que no sean olvidados. En este sentido, Aymerich (1970) afirma que la imaginación debe de ser una ayuda para hacer el mundo interior del niño mucho más completo y ancho, siendo por lo tanto una ruta de integración entre la vida real y un auténtico camino de crecimiento.

Dentro del marco práctico de este trabajo, se establece que las tres actividades diseñadas serán implementadas con estudiantes de quinto curso de Educación Primaria. Durante la ejecución de estas actividades, es importante destacar que se prestará atención especial a las capacidades individuales y necesidades de cada alumno en concreto, para alcanzar que todos los miembros de esta clase puedan seguir el ritmo y lograr los objetivos propuestos siguiendo el currículo educativo vigente de la LOMLOE. Esto implica que se realizarán adaptaciones según sea necesario para garantizar la participación activa de todos los discentes, brindando apoyo y ayuda de forma adicional a aquellos alumnos que lo requieran para llevar a cabo las actividades con total éxito, asegurando así una experiencia inclusiva y enriquecedora para todos los alumnos.

Teniendo en consideración el contexto del aula seleccionada para ejecutar estas actividades, se cuenta con un total de 24 estudiantes, con edades comprendidas entre los 10 y 11 años. Igualmente es importante mencionar que estos tienen

un nivel de conocimiento nulo en cuanto a la percusión y expresión corporal, puesto que no habían trabajado antes en este ámbito, lo que presenta un gran desafío llevar a cabo estas actividades, esto se sabe gracias a cuestionario que se ha realizado previamente. Siendo una experiencia nueva para los discentes, por lo que supone ser un componente de exploración y descubrimiento para ellos, originando así un proceso mucho más significativo y enriquecedor para su proceso de enseñanza-aprendizaje.

4. INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

Fase 1

En relación a la primera actividad que va a ser llevada a cabo, primeramente, se explicará a los discentes a través de una breve presentación, lo que se va a trabajar en la actividad, así como de la percusión corporal y la importancia que esta posee en el ámbito tanto de Educación Física como de Música.

Posteriormente, a modo de calentamiento y primera toma de contacto, se proponen una serie de ejercicios donde se preparan los músculos y las articulaciones que se van a ver involucradas a lo largo de la actividad. Los ejercicios que se proponen son los siguientes. En primer lugar, palmada en el pecho. Los estudiantes comienzan a golpear (suavemente) con las palmas de las manos sobre el pecho. Poco a poco aumentando la intensidad del ritmo, para adquirir mayor destreza. Una vez alcanzado este punto, se anima a los alumnos a variar la velocidad, al igual que la intensidad, siendo el ritmo en todo momento constante.

Tras esto, golpeo en los muslos, donde los discentes deben golpear siguiendo el ritmo con sus palmas en los muslos, de esta manera se obtiene un sonido bastante similar al instrumento del tambor. Para obtener diferentes sonidos, pueden golpear sobre los muslos con otras partes de la mano, para que así haya diversos sonidos. En siguiente lugar, palmas y chasquidos, donde el alumnado debe alternar el golpeo con las palmas de las manos y los chasquidos de dedos. Una tarea muy significativa y con mayor complejidad es combinar ambos sonidos para alcanzar ritmos más variados. Por último, golpeo en el suelo con los pies. A continuación, y como última tarea de calentamiento, los alumnos deben golpear con los pies en el suelo, logrando así un claro sonido de percusión.

Después, se introducen juegos de imitación para trabajar la coordinación motora de forma lúdica. En estas actividades, los estudiantes deben reproducir los movimientos y ritmos sencillos que propone el docente, quien presenta una combinación aleatoria de los tipos de percusión corporal practicados durante los ejercicios de calentamiento. Es fundamental que el docente se coloque en una posición adecuada frente a todos los alumnos, asegurándose de que nadie tenga dificultades para seguir sus indicaciones.

Fase 2

Para llevar a cabo esta segunda actividad, el docente realizará una breve presentación sobre lo que van a trabajar, que se trata nuevamente de la EC, y en este caso, trabajando la corporal principalmente. El principal objetivo que se pretende alcanzar es que los alumnos desarrollen notablemente sus habilidades rítmicas, trabajando la lateralidad a través de la percusión corporal en grupos reducidos. El espacio que va a ser necesario para la correcta ejecución de la actividad debe ser amplio, para que puedan los alumnos desplazarse y moverse libremente. Y, por otro lado, un equipo de música, donde se reproduce la canción con un ritmo marcado, para que los alumnos puedan hacer las respectivas percusiones corporales.

En el inicio de la actividad se realiza una breve explicación acerca de lo importante que es la percusión corporal, unida a la lateralidad dentro de la música y el movimiento.

Y, seguidamente se realiza una serie de ejercicios a modo de calentamiento donde se preparan los músculos y articulaciones que van a verse involucrados. Los ejercicios son muy similares a los utilizados en la 1ª actividad puntual, pero variando el orden y la velocidad. El siguiente paso a desempeñar es la creación de grupos, con un total de seis en cada uno de ellos, procurando en todo momento que sean equilibrados, para ello se recurre a la aplicación gratuita *Team Shake*.

Dicha aplicación permite al docente añadir a todos los alumnos del aula, con sus respectivas características, puntos fuertes y débiles, entre otros. Esta plataforma realiza de manera automática los equipos, por lo que facilita el trabajo del docente y se aprovecha el tiempo efectivo de clase.

Para enseñar a los discentes el ritmo base, utiliza diferentes tipos de percusión corporal, donde se trabajan las palmas, golpes en el pecho, muslos, pie-suelo, chasquidos con los demás, entre muchos otros. Es necesario resaltar que el ritmo base será de ocho pulsaciones, y que cada pulsación será una percusión. Una vez los alumnos han comprendido y asimilado estos ocho ritmos de base, los grupos formados anteriormente se reúnen y trabajan conjuntamente hasta que logren dominarlo.

Inmediatamente se vuelven a reunir todo el grupo-clase en posición de semi-círculo, y con la música seleccionada por el docente, en este caso '*Dance Monkey* – Tones and I', ejecutan todos a la vez la percusión corporal trabajada. De este modo, el profesor puede observar y percibir posibles errores y dificultades, que a continuación se trabaja de manera individualizada con los estudiantes. Para poder explorar más expresiones corporales, cada grupo atendiendo a las ocho pulsaciones, seleccionan debatiendo entre ellos, diferentes expresiones corporales a añadir, utilizando libremente lo aprendido anteriormente.

Fase 3

En esta tercera fase, el docente coloca una serie de aros en el suelo simulando un recorrido, donde en algunas posiciones los aros estarán colocados uno al lado de otro, y en otras solamente un aro. Primeramente, el docente explica a los discentes que la actividad que se llevará a cabo se trata de una exploración de las diferentes emociones y estados de ánimo que la música puede transmitir al oyente, además de tener que transmitirlo con el movimiento corporal, teniendo la música como principal guía.

La selección de canciones será por parte del docente, y, esta deberá de estar representada por gran variedad de emociones y estados de ánimo, como pueden ser la alegría, tristeza, calma, rabia, entre otros. Es importante tener en cuenta la necesidad de organizar a los estudiantes en un espacio lo suficientemente amplio para que dispongan de gran libertad de movimiento. En seguida, comienza a reproducir las piezas musicales seleccionadas, y los alumnos deben de seguir el recorrido delimitado por los aros, dejando que su cuerpo responda de manera natural a la música que esté sonando. Una vez finalizada la primera pieza, se realiza una reflexión general, donde cada uno de los estudiantes expone cómo se ha sentido al moverse con esa música, asimismo explicar qué emociones o imágenes les ha evocado dicha canción. De esta manera también se trabaja con el alumnado la reflexión y pensamiento crítico, al igual que competencias y habilidades comunicativas, ya que deben de poner en común sus experiencias y respetar las del resto de compañeros.

Este proceso se repite en más ocasiones con el resto de canciones seleccionadas, y así se anima a los alumnos a variar los movimientos. Dando un paso más allá, se incorpora la expresión corporal a través de la percusión corporal, es en este momento cuando los estudiantes deben de añadir de manera libre los ritmos y formas de percutir que ellos deseen una vez pongan sus pies sobre un aro, de esta manera añadimos este aspecto tan importante que estamos trabajando en las dos anteriores actividades puntuales. Al tratarse de un ejercicio de improvisación, cada discente añade la percusión corporal que desee, y así el docente puede comprobar la capacidad de acción-reacción, y los saberes aprendidos con anterioridad.

5. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

En este estudio se ha llevado a cabo un análisis exhaustivo sobre el impacto de tres actividades prácticas de percusión y expresión corporal en estudiantes. Para analizar las percepciones, actitudes y punto de vista de los estudiantes, se han elaborado dos cuestionarios cuantitativos, que se entregan al alumnado antes y después de su participación en dichas actividades. Los resultados que se obtienen otorgan una comprensión profunda de cómo la percusión corporal puede influir

en la percepción, la habilidad y el interés de los estudiantes en la música y el movimiento. Posteriormente, se muestran detalladas las conclusiones obtenidas de este estudio.

En relación al cuestionario inicial, se obtiene que un (98%) de alumnos no tenía experiencia previa en percusión y expresión corporal. Aunque, el (80%) de los participantes no había realizado nunca percusión corporal, lo que indica que va a resultar un reto para el docente atrapar la atención del alumnado, debido a la falta de familiaridad con esta temática.

Asimismo, el (95%) tampoco había practicado improvisación en relación con la percusión corporal anteriormente. El (40%) de los participantes no conocía la relación entre la música y el ritmo, por lo que sugiere un desconocimiento de ciertos ritmos. Sin embargo, todos los participantes (100%), mostraron interés previo en aprender sobre percusión y expresión corporal, así como en explorar la relación existente entre el movimiento y la música.

Una vez realizadas las tres fases de la exploración, se ha observado un cambio bastante significativo en el punto de vista, actitud y proceso de enseñanza-aprendizaje de los participantes. Todos los participantes, el (100%) han expresado un gran aumento en su interés por la percusión y expresión corporal, indicando, por lo tanto, una experiencia bastante positiva. Igualmente, la totalidad del alumnado ha disfrutado de las actividades y han demostrado haber aprendido algo nuevo sobre percusión corporal. La mayoría (85%) han reflejado su deseo de incluir estos aspectos trabajados en futuras clases, tanto de Educación Física como de Música.

Muchos participantes, (75%) manifiestan estar más cómodos expresando sus emociones y sentimientos a través del movimiento de su propio cuerpo. Además, el (95%) informa de tener cierta mejora en su coordinación y ritmo, siento esto un resultado favorecedor de la realización de las actividades.

A pesar de no tener experiencia previa, un (90%) de los alumnos han mostrado un alto nivel de participación e interés activo durante las tres actividades propuestas. Se encontraron canciones que primeramente eran desconocidas para el (40%) de los alumnos, pero que posteriormente han disfrutado y sido capaz de aplicar la respectiva percusión corporal que se requería. Por lo tanto, a través de estas actividades, además han aprendido mejor el concepto de ritmo, siendo estas tres actividades una experiencia más significativa y efectiva en comparación a una clase teórica, dado que han puesto en práctica sus conocimientos, habilidades y actitudes.

Del mismo modo, teniendo en consideración que los alumnos nunca han trabajado de manera transversal ambas áreas, la respuesta ha sido muy positiva y significativa para ellos, han comprendido que se complementan ambas asignaturas en diversos aspectos y que los docentes pueden diseñar actividades donde se trabaje atendiendo a metodologías distintas a las que están acostumbrados a utilizar en clase, como puede ser la asignatura de Música en el patio o pabellón del centro, y

de la asignatura de Educación Física dentro del aula de música, con materiales y recursos de la misma, como puede ser para la percusión con los vasos de plástico utilizados en la primera sesión.

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación se puede concluir que se han logrado todos los objetivos planteados, así como la hipótesis presentada, los cuales demuestran la importancia de la Expresión Corporal como un bloque imprescindible en el ámbito escolar para lograr el desarrollo integral de los estudiantes de Educación Primaria. Los resultados arrojados por esta investigación apoyan que no es solo una forma de desarrollo motriz sino también de promoción del bienestar emocional y autoconocimiento del alumnado, por lo que queda validada su inclusión en las unidades didácticas y programaciones del currículo educativo. Al igual, con la exploración de la relación entre el área de Educación Física y Música, se logra confirmar que ambas áreas se transversalizan experimentalmente a través de la expresión corporal para cumplir significativamente con el aprendizaje significativo. Las tres actividades planteadas y ejecutadas han permitido desarrollar habilidades motrices, sociales, emocionales, justificando así la propuesta de incluir la Expresión Corporal como indica.

En conclusión, los resultados que han sido obtenidos a través de los cuestionarios, han reflejado un impacto bastante positivo y significativo en el proceso de aprendizaje de los educandos. Las actividades propuestas lograron mejorar la percepción que tenían sobre la percusión, al igual que ha despertado un mayor interés por la expresión corporal y musical. Este cambio sugiere que la metodología utilizada ha fomentado una actitud más abierta hacia nuevas formas de expresión artística. Asimismo, la participación activa observada es un indicador claro de que, aunque la mayoría de los estudiantes no tenía experiencia previa en estos campos, se logró motivar y hacer que superaran posibles inseguridades iniciales. Además, favoreció la integración y colaboración grupal, lo que también contribuyó al desarrollo de habilidades sociales y comunicativas. Por otro lado, el interés por parte de los alumnos por continuar aprendiendo sugiere que este tipo de actividades tiene el suficiente potencial para generar un impacto a largo plazo, posicionando la música y la expresión corporal como herramientas bastante relevantes.

6. REFERENCIAS

- Aymerich, C. (1970). *Expresión y arte en la escuela*. Ed. Teide.
- Cañete Pulido, M. M. (2009). La expresión corporal en la etapa de infantil. El gesto y el movimiento. La expresión corporal como ayuda en la construcción de la identidad y de la autonomía personal. Juego simbólico y juego dramático. Las actividades dramáticas. *Innovación y Experiencias Educativas*, 25, 1-11.
- Cifo Izquierdo, M. I. (2016). *Actividades Físico Expresivas*. Diego Marín.
- Jiménez, F. (1991). *La comunicación interpersonal*. Icce.

- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal*. Humanitas.
- Montoya Rubio, J. C. (2019). *Métodos y recursos para la Educación Musical*. Editum.
- Romero-Naranjo, F. J. (2013). Percusión corporal y lateralidad. Método BAPNE. *Música y Educación*, 91, 30-50.
- Rueda, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física. En E. Castillo, & M. Díaz (eds.), *Expresión Corporal en Primaria* (pp. 11-29). Universidad de Huelva.
- Ruiz, S. (2017). *Nuevos aprendizajes. Método BAPNE*. Psicólogos Zaragoza.
- Schinca, M. (1988). *Expresión Corporal*. Escuela Española.
- Wallon, H. (1987). *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la educación infantil*. Visor.