

El Flashmob como propuesta de innovación educativa en expresión corporal y danza

Flashmob as a proposal for educational innovation in body expression and dance

*Tamara Rial Rebullido, **Camilo Villanueva Lameiro

*Universidad de Vigo, **Profesor de Educación Física ESO

Resumen. El presente artículo tiene como objetivo describir una propuesta de innovación educativa de la asignatura Expresión Corporal y Danza del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Vigo, basada en el Método de Proyectos de una danza multitudinaria sorpresa conocida como *Flashmob*. Se presenta la propuesta y experiencia práctica para adquirir los contenidos de danzas popularizadas y proceso de creación coreográfica. La implementación del programa ha obtenido resultados satisfactorios en la interacción profesorado-alumnado y favoreció la motivación hacia los contenidos del alumnado. Se concluye que el proceso de creación así como la puesta en práctica de danzas multitudinarias instantáneas, es una alternativa adecuada en la adquisición de competencias de la materia expresión corporal y danza.

Palabras clave. Educación universitaria, creatividad, expresión corporal, método de proyectos, desinhibición.

Abstract. This article's objective is to describe a proposal for educational innovation in the subject of body expression and dance in the degree of Sciences of Physical Activity and Sports at the University of Vigo, based on the project approach in a multitudinous surprise dance known as *Flashmob*. The proposal and practical experience is presented so as to acquire the contents of popularized dances and the choreographic creative process. The implementation of the program has proved successful in faculty-student interaction and favored student motivation towards the contents. It is concluded that the process of creation, as well as the implementation of instantaneous crowd dancing, is a suitable alternative in the acquisition of skills within the field of body expression and dance.

Keywords. Higher education, creativity, body expression, project-based learning, disinhibition.

Introducción

El fenómeno del *Flashmob* se define como un grupo de personas que se reúne simultánea, transitoria y voluntariamente, sin que sea necesario que se conozcan con anterioridad en un lugar público para realizar algo inusual o notable (Cobo, 2006). Así, nace a inicios del siglo XXI, gracias a las oportunidades que ofrecen las nuevas tecnologías y los sistemas de comunicación digital. Este nuevo fenómeno colectivo reconfigura con eficacia los espacios urbanos mediante la aplicación de diversas estrategias de puesta en escena (Gore, 2010). Como fenómeno social, Molnar (2009) ha identificado cinco diferentes tipos de flashmob según su forma u objetivo entre los que destacan los políticos, publicitarios e interpretativos. En esta línea, el *dance mobbing*, se podría considerar como un tipo de flashmob de baile con un componente artístico y creativo (Gore, 2010).

Por su parte, la danza y la expresión corporal se enmarcan como una de las manifestaciones básicas de la motricidad humana. Es un cuerpo de conocimiento de las ciencias motrices que se caracteriza por el uso de metodologías innovadoras, creativas y no directivas (Rial & Villanueva, 2013). En el ámbito educativo se denomina danza a la adquisición de una técnica y manejo de un lenguaje expresivo-corporal en concreto (Vicente, Ureña, Gómez & Carrillo, 2010).

Entre las competencias que abarcan la expresión corporal y la danza, destaca el desarrollo del potencial motor a través de técnicas de desinhibición, creatividad e imaginación. Además, se caracteriza por incentivar la producción divergente de respuestas motrices en su práctica (Castañer, Torrents & Anguera 2009). Al respecto de las metodologías de enseñanza-aprendizaje en la expresión corporal y la danza, las autoras Torrents & Castañer (2009) indican que, deberían buscar estrategias para el desarrollo de la creatividad y originalidad referidas a la generación de respuestas motrices variadas, numerosas y singulares. En esta línea no sólo se trabaja desde la individualidad, sino también desde el trabajo en equipo, la interrelación, la cooperación y todo esto con el fin de conseguir el desarrollo de la creatividad (García, Pérez & Calvo, 2013). Vincular los procesos creativos con las tareas motrices ha supuesto un problema para que los docentes puedan comprender la estructura de trabajo a seguir para desarrollar la creatividad a través del movimiento tal y como indican Coterón & Sánchez (2013). La creatividad se define clásicamente como «una aptitud del pensamiento divergente» (Guilford, 1950), compuesta por la originalidad, la fluidez y la flexibilidad. Torrance

(1980) reformuló los factores que influyen en los procesos creativos establecidos por Guilford en donde se establecen cuatro fases:

1. Fluidez: facilidad para generar un gran número de ideas.
2. Flexibilidad: facilidad para producir una gran variedad de ideas.
3. Originalidad: aptitud para producir ideas poco usuales, ingeniosas o novedosas.
4. Elaboración: capacidad para desarrollar y aumentar la complejidad de las ideas creativas.

En el ámbito universitario, para la enseñanza de la expresión corporal se disponen de múltiples recursos que facilitan el aprendizaje de los contenidos y que se utilizan en función del objetivo que se plantee (Torrents, 2012).

Las metodologías docentes en el Espacio Europeo de Educación Superior deben permitir al alumnado adquirir las competencias necesarias para su título. La guía docente de la asignatura troncal «Expresión Corporal y Danza» del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Villarino & Rial, 2012) partiendo de la memoria verificada del mismo título (Universidad de Vigo, 2010), señalan como algunas de las competencias clave a adquirir por el alumnado en la materia:

- Ser capaz de planificar y programar actividades de expresión corporal y danza.
- Entender la expresión corporal y la danza como medio de comunicación interpersonal.
- Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.
- Adaptación a nuevas situaciones, a la resolución de problemas y al aprendizaje autónomo.
- Ser capaz de planificar para evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la expresión corporal y la danza con atención y las características individuales y contextuales de las personas.
- Favorecer el trabajo en equipo.

Para la adquisición de dichas competencias y con el objetivo de desarrollar los contenidos de creación coreográfica y danzas popularizadas se ha diseñado la propuesta práctica del *Flashmob* basada en el método por proyectos. Por lo tanto, El objetivo del artículo es presentar la creación y puesta en escena de una *Flashmob* o *dance mobbing* en la adquisición de diferentes competencias de la materia de expresión corporal y danza entre las que destacan la capacidad creativa y la desinhibición.

Metodología

La metodología por proyectos se basa en la elaboración de un plan

de trabajo para llevar a cabo durante un tiempo y que implica el logro de unos objetivos y de un producto final (Martín & López, 2007). En este caso, era la preparación y puesta en escena de la *Flashmob* en horario lectivo en las instalaciones de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte de la Universidad de Vigo. Para ello se contó con 120 personas alumnas inscritas en la materia troncal de Expresión Corporal y Danza del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del Campus de Pontevedra (Universidad de Vigo).

Procedimiento

Una vez explicado el carácter de proyecto, se procedió a la elección del tema musical con la única premisa dada por la profesora de que tenía que ser un tema perteneciente a un baile popularizado, es decir un baile conocido universalmente, fácilmente identificable y de sencilla ejecución para todos los niveles.

Segunda parte. Fase II: formación y experimentación.

Para ello se hizo una puesta en común de todos los bailes popularizados conocidos por el grupo. Inicialmente se planteó un torbellino de ideas en torno a las canciones popularizadas conocidas o preferidas en cada grupo clase. Una vez identificados y aprobados por la profesora, mediante votación mayoritaria de todos los integrantes del grupo se asignó un tema musical para ser interpretado en la flashmob. Cada grupo debía escoger un baile y canción bien diferenciado del anterior grupo, por lo que no podían ser repetidos los temas musicales. El siguiente grupo práctico en orden consecutivo de baile debería bailar el tema del grupo anterior y seguidamente el suyo propio. De esta manera quedaron seis temas musicales, cinco escogidos por cada grupo y un último, a elección de la profesora para bailar el alumnado de forma conjunta. Las canciones popularizadas escogidas para cada grupo finalmente se muestran en la tabla 1.

Tercera parte. Fase III. Creación colectiva.

El desarrollo del proyecto se llevó a cabo durante el mes de Marzo de 2013, para ello se requirieron dos sesiones prácticas y una sesión teórica.

En la sesión teórica se procedió a explicar los objetivos del proyecto, metodología de práctica, conceptos teóricos relacionados con los bailes y canciones popularizadas así como la discusión y puesta en común de la logística relacionada con el día de la actuación.

En las sesiones prácticas el alumnado de forma autónoma creó la coreografía del tema musical escogido y lo ensayó en el aula de prácticas y en la sesión siguiente se ensayó de forma conjunta en el lugar escogido de actuación final para adaptar al grupo al verdadero espacio disponible y tener mayor seguridad en la puesta en escena. Durante las sesiones prácticas también se ensayó la coreografía conjunta que todo el grupo clase bailarían de forma simultánea. Dicha coreografía y pasos fueron enseñados mediante metodología de instrucción directa por la profesora en cada grupo clase.

Tabla 1.
Distribución de grupos prácticos y danza popularizada.

Grupo Práctico	Danza Popularizada
1	Lmfao Party Rock
2	Wigfield Saturday Night
3	Remix la ventanita del amor
4	Gangman Style
5	Grease Remix
6	Summer Jam



Figura 1. Imagen de un momento de la actuación.

Fase IV. Proyección-exposición.

La actuación tuvo lugar el 19 de Marzo, durante la hora teórica de dicha materia.

En la figura 1 se observan una instantánea de las diferentes composiciones musicales y coreográficas de la representación.

Cuarta parte. Fase V. Reflexión.

Empleamos como feedback la respuestas generada en las redes sociales y comentarios recibidos, así como la reacción generada en la propia facultad.

Una de las intenciones finales de las flashmob, es crear repercusión mediática en las redes sociales. En este caso, la grabación tras previo consentimiento informado y firmado de los participantes previo a su emisión en al canal youtube a través del siguiente enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=kzUTYPxPT8M>.

Debido a la elevada difusión que tienen este tipo de actuaciones y al gran número de visitas que en concreto obtuvo la experiencia, diversos medios de comunicación locales divulgaron la noticia del éxito de visitas.

Los recursos materiales necesarios para llevar a cabo el proyecto fueron: ocho altavoces, dos ordenadores portátiles, un amplificador, cinta adhesiva, 40 metros de cable de altavoz y una cámara de video.

Discusión

La creatividad es un proceso cognitivo asociado a las funciones intelectuales (Sánchez & Coterón, 2013), en este sentido un estudio realizado sobre jóvenes universitarios mostró un aumento de su autoconfianza y autoestima tras la práctica de varias sesiones de expresión corporal (Rodríguez & Alonso, 2009). En contextos educativos en el proceso de exploración del movimiento y el desarrollo de las capacidades creativas y expresivas debe ser prioritario a la ejecución perfecta de un producto final (Vicente, et al., 2010). En este sentido, el diseño coreográfico del baile, permite desarrollar aprendizajes durante todo el proceso. La propia puesta en marcha de la coreografía y de la escenificación a través del flashmob permite gran número de posibilidades vinculadas a la variedad de contenidos, complejidad coreográfica, diversidad espacial, de montaje o escenográfica. Es un medio de enseñanza que se adapta a todas las edades y niveles que requiere de pocos recursos materiales. A su vez genera un alto grado de motivación entre todas las personas participantes pues los convierte en protagonistas de la acción desde el primer momento.

En danza, la música es fuerza motivadora que potencia la sensibilidad hacia el ritmo y la expresión corporal, genera el placer de ejecución del movimiento y provoca la atención por la estética del mismo. Se puede afirmar que la música es un instrumento pedagógico importante en el tratamiento de la motricidad y ofrece un buen repertorio de valores didácticos (Sánchez, Ordás & Lluch, 2011). En esta línea, resulta crucial en la motivación hacia la actividad, permitir al propio alumnado la elección de la música, adaptando el trabajo a sus preferencias musicales, como en la presente experiencia. Tanto la puesta en marcha del proyecto como el resultado final han superado las expectativas del alumnado, el cual durante el proceso coreográfico se mostraba expectante ante el resultado de la puesta en escena debido en parte, al escaso tiempo de preparación y la falta de ensayo del producto final con todo el grupo.

En definitiva, la valoración general de la actividad ha sido positiva tanto por parte del profesorado como del alumnado. Las personas espectadoras se sorprendieron durante el horario lectivo por un baile «sorpresa» organizado en las instalaciones, lo que suscitó numerosos aplausos y felicitaciones. La adecuada organización entre todas las personas participantes a pesar de no haber ensayado nunca en la ubicación, ni con la música, ni siquiera con el canon de los grupos, ha sido clave a la hora de cosechar resultados óptimos.

Como inconvenientes de la experiencia, se destaca el aspecto sorpresa que conlleva la participación en este tipo de proyectos, pues puede provocar algún contratiempo debido a variables extrañas poco controlables del día de la actuación (reacción de los espectadores, del espacio, ruido, etc.). Sirva de ejemplo el alboroto generado por los

aplausos en la sorpresa final del aula que impidió escuchar la música y seguir el pulso musical por parte de los bailarines.

Como propuestas de mejora para el futuro se señalan en primer lugar, un mayor número de equipos de grabación para editar una filmación con diferentes enfoques, tomas y mayor calidad. En segundo lugar, aumentar la carga horaria dedicada al proyecto. Por último, incorporar trabajo interdisciplinar con otras áreas educativas y profesorado de materias relacionadas para enriquecer la propuesta educativa.

Conclusiones

Las danzas multitudinarias sorpresa se han convertido en los últimos años en un verdadero fenómeno social, sirviéndose de las tecnologías de la información para llegar a millones de personas a través de las redes sociales. Como medio de expresión y comunicación emergente, propicia entornos muy motivantes y enriquecedores para la persona participante en este tipo de experiencias. Se convierte en un recurso didáctico aconsejable para desarrollar competencias y contenidos de expresión corporal y danza en contextos educativos.

Referencias

- Castañer, M., Torrents, C. & Anguera, T. (2009). Instrumentos de observación ad hoc para el análisis de las acciones motrices en Danza contemporánea, Expresión Corporal y Danza Contact-Improvisation. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 95, 14-23.
- Cobo, R. (2006). Las multitudes inteligentes de la era digital. *Revista Digital Universitaria*, 7(6), 2-17.
- Coterón, J. & Sánchez, G. (2013). Expresión Corporal en Educación Física: bases para una didáctica fundamentada en los procesos creativos *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24(2), 117-122.
- Domínguez, M. (2013). Esto es todo: La inspiración ¡a escena! *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 198-202
- García, I., Pérez, R. & Calvo, Á. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 23(4), 9-22.
- Gore, G. (2010). Flash Mob Dance and the Territorialisation of Urban Movement. *Anthropological Netbooks*, 16(3), 125-131.
- Guilford, J.P. (1950). Creativity. *American Psychologist*, 5, 444-454.
- Martín, M. & López, V. (2007). Teatro de sombras en educación infantil: un proyecto para el festival de Navidad. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 12, 45-50.
- Molnár, V. (2009). Reframing Public Space Through the Digital Mobilization: Flash Mobs and the Futility of Contemporary Urban Youth Culture. Recuperado de: http://sites.harvard.edu/fs/docs/icb.topic497840.files/Molnar_Reframing-Public-Space.pdf.
- Rial, T. & Villanueva, C. (2013). Las aplicaciones para terminales móviles como herramienta didáctica en el desarrollo de contenidos rítmicos y expresivos. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 23(4), 1-9.
- Rodríguez, V. & Alonso, G. (2009). Efecto de ocho clases de expresión corporal en el estado de ánimo y autoconcepto general de jóvenes universitarios. *Revista Educación* 33(2), 139-152.
- Sánchez, G., Ordás, R. & Lluch, A. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 20, 33-36.
- Torrance, E.P. (1980). *Thinking creatively in action and movement*. Georgia; Georgia Studies of Creative Behaviour.
- Torrents, C. (2012). *Los recursos expresivos en la expresión corporal universitaria*. En Sánchez, G., Coterón, J. (Eds.). *La Expresión Corporal en la Educación Universitaria*. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Torrents, C. & Castañer, M. (2009). Las consignas en la expresión corporal: una puerta abierta para la creatividad y la creación coreográfica. *Tándem Didáctica de la Educación Física*, 30, 111-120.
- Universidad de Vigo. (2010). *Memoria para la solicitud de verificación del Título Oficial de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Facultad de Ciencias de la Educación y el deporte*. Recuperado de: <http://webs.uvigo.es/feduc/index.php?id=160,556,0,0,1,0>
- Vicente, G. Ureña, N., Gómez, M. & Carrillo, J. (2010). La danza en el ámbito educativo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 42-45.
- Villarino, M.A. & Rial, T. (2013). *Guía docente Expresión Corporal y Danza Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte*. Recuperado de: https://seix.uvigo.es/docnetnuevo/guia_docent/index.php?centre=202&ensenyament=P02G050V01&assignatura=P02G050V01402&any_academic=2012_13



Influencia del género, la edad y el nivel de actividad física en la condición física de alumnos de educación primaria. Revisión Bibliográfica

Influence of gender, age and level of physical activity over Physical Condition of Students in Primary Education. Bibliographic Review

Francisco José López Gallego, Amador Jesús Lara Sánchez, Natalia Espejo Vacas, Javier Cachón Zagalaz
Universidad de Jaén (España)

Resumen. Numerosas investigaciones centran su atención en el estudio de las capacidades físicas que componen la condición física y el análisis de las posibles diferencias que pueden existir según las diversas variables. El objetivo de esta investigación es conocer la tendencia en los resultados obtenidos por investigaciones publicadas en la literatura científica en relación a la existencia de diferencias en función de las variables sexo, entrenamiento y edad en las capacidades físicas, fundamentalmente en la fuerza. Por tanto, se ha realizado una revisión de los artículos publicados en revistas de ámbito científico a través de palabras clave como género, edad y nivel de actividad. Los resultados obtenidos señalan que la tendencia en los artículos consultados es que en cuanto a la fuerza evaluada, tanto a través de salto como de dinamometría manual, los sujetos varones, los entrenados y los de mayor edad, son los que obtienen mejores resultados. En cuanto a la flexibilidad las mujeres y los sujetos entrenados son los que poseen mejores resultados. En lo que se refiere a la velocidad y resistencia los varones y los sujetos entrenados son los que obtienen óptimos efectos.

Palabras Clave. Velocidad, fuerza, resistencia, niños, Educación Primaria y capacidad de salto.

Abstract. Numerous investigations focus their attention on the study of physical abilities that make up fitness and analyzing the differences that may exist in terms of different variables. The objective of this research is to determine the trend in the published scientific literature regarding differences in terms of sex, age, and training in physical abilities, primarily in studies about strength. A review of articles published in different scientific journals was conducted using keywords such as gender, age and activity level. The results indicate that the trend in the articles is that regarding the strength assessed through both jump and manual dynamometry, the male subjects, the trained subjects and older subjects have better results. In terms of flexibility, females and subjects trained have better results. Finally in regards to speed and endurance, males and subjects trained have better results.

Key Words. speed, strength, endurance, children, Primary Education and jumping ability.

Introducción

La condición física es uno de los contenidos a desarrollar durante la etapa de Educación Primaria. De hecho, aparece en diversos apartados del currículo de Educación Física diseñado por la Administración a partir de las directrices establecidas por la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) para esta etapa como, por ejemplo, en los bloques de contenidos y en los criterios de evaluación del área de Educación Física (Real Decreto (RD) 1513/2006 del 7 de Diciembre). Un ejemplo de esto se halla dentro del mismo RD donde se puede encontrar el siguiente contenido: «Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud. Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud». En Educación Primaria es importante el trabajo de la condición física, especialmente dentro del área de Educación Física. No obstante para poder desarrollarla y saber cómo va evolucionando la condición física de los escolares es necesario realizar un análisis previo. Esto permitirá conocer el estado actual en el que se encuentran y realizar comparaciones entre diferentes factores como el sexo o la edad. Por otro lado, tal y como se puede extraer de la anterior cita al RD, la condición física también se encuentra muy relacionada con la salud. Apoyando esta idea, se encuentran autores como Pino-Ortega, De la Cruz-Sánchez y Martínez-Santos (2010) y Nuviala, Gómez-López, Pérez y Nuviala (2011). Además también se encuentra a Babin, Kati, Ropac y Bonacin (2001) que tras un estudio concluyeron que a través de pruebas que desarrollaban la fuerza o la resistencia entre otras capacidades físicas, también mejoraba la salud tanto en los chicos como en las chicas. Esto resulta de gran interés, ya que es un motivo más para estudiar la condición física y conocer su desarrollo puesto que, según esto, una mejor condición física implicaría unos mayores beneficios en salud.

Si se sigue analizando este RD se puede ver que dentro de los contenidos de Educación Física que se trabajan en esta etapa en los escolares se encuentran la fuerza, la velocidad, la resistencia entre otros. Debido a ello, tener un conocimiento sobre este aspecto resulta necesari-

rio para establecer un punto de referencia sobre el que trabajar y, posteriormente, comparar resultados tras la realización de actividades orientadas a la mejora.

No obstante, se debe tener en cuenta que el RD al que nos estamos refiriendo ha quedado derogado tras la total implantación del RD 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el nuevo currículo básico de la Educación Primaria, aunque tal y como establece la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) durante este curso (2014/2015) permanecerá vigente en los cursos 2º, 4º y 6º de Primaria. Por lo tanto también resulta interesante analizar este último RD para ver cuál es su visión sobre este aspecto, comprobando que sostiene que las administraciones deben promover la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los escolares durante la jornada escolar. Concretamente expone que la Educación Física en las edades de escolarización debe tener una presencia importante en la jornada escolar si se quiere ayudar a paliar el sedentarismo. La Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud, además los contenidos se encuentran divididos en diversos bloques, no obstante hay elementos que afectan de manera transversal a todos los bloques como son las capacidades físicas y las coordinativas. Por lo tanto la condición física es un aspecto a tener en cuenta en el desarrollo de los escolares y por tanto de los ciudadanos.

En este sentido, autores como Weiss, Mcauley, Ebbeck y Wiese (1990) demostraron que el desarrollo de actividades físico-deportivas orientadas a la condición física mejora la autoestima. Hagger, Ashford y Stambulova (1998) encontraron que en las mujeres la autoestima está influenciada por la imagen corporal. Otros autores como Guillen y Ramírez (2011) observaron si existía alguna relación entre la autoestima y la condición física, encontrando que los alumnos con mejores resultados en la prueba de abdominales lograron también altas puntuaciones en las dimensiones relacionadas con la conducta y la felicidad. Una posible explicación que los autores dieron a este suceso se basa en la importancia social que en los últimos tiempos han adquirido la apariencia física y la imagen corporal. Apoyando esta idea se encuentran Molero, Ortega, Valiente y Zagalaz (2010) que señalan que las chicas tienen un autoconcepto general y físico inferior al de los chicos, y además añaden que las personas que realizan un mayor nivel de actividad física poseen un mejor autoconcepto de sí mismas. Casado, Díaz y Cobo (1997)