

Danza y expresión corporal como materia científica en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Dance and Body Expression as a scientific subject in the Degree of Physical Activity and Sports Sciences

Diana Amado Alonso

Universidad Rey Juan Carlos (España)

Resumen. La Danza y Expresión Corporal es una disciplina científica que ha evolucionado en los últimos años desde el estudio del movimiento per se hacia el análisis del cuerpo y de la danza en todas sus dimensiones. De esta forma, se ha configurado un cuerpo de conocimientos con gran base empírica, del cual se nutren áreas como la Medicina, Psicología, Pedagogía, y resto de ciencias relacionadas con la actividad física y el deporte. Para entender esta evolución, es fundamental hacer una diferenciación entre el concepto de Danza y el concepto de Expresión Corporal, hacer un recorrido por su objeto de estudio y por su status científico, incidiendo en las tres dimensiones principales donde se orientan sus aportes: la dimensión artística, la dimensión pedagógica y la dimensión psicoterapéutica. Por tanto, dada la importancia de esta materia para aumentar el cuerpo de conocimientos dentro de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, es necesario profundizar en sus fundamentos epistemológicos para orientar futuros estudios.

Palabras clave: epistemología, danza, expresión corporal, materia, grado, ciencias del deporte.

Abstract. Dance and Body Expression is a scientific discipline that has evolved in recent years from the study of movement per se towards the analysis of the body and dance in all its dimensions. In this way, a body of knowledge has been configured with a great empirical base, from which areas such as Medicine, Psychology, Pedagogy, and other sciences related to physical activity and sport are nourished. To understand this evolution, it is essential to make a differentiation between the concept of Dance and the concept of Body Expression, and to take a tour of its object of study and its scientific status, focusing on the three main dimensions where its contributions are oriented: artistic dimension, pedagogical dimension and psychotherapeutic dimension. Therefore, given the importance of this subject to increase the body of knowledge within Physical Activity and Sport Sciences, it is necessary to deepen in its epistemological foundations to guide future studies.

Keywords: epistemology, dance, body expression, subject, degree, sport sciences.

Introducción

La Danza y Expresión Corporal es una disciplina científica que ha evolucionado en los últimos años de forma notable, configurando un cuerpo de conocimientos con gran base empírica. En este sentido, progresivamente se ha ido evolucionado desde el estudio del movimiento como base de las investigaciones científicas hacia el análisis del cuerpo y de la danza en todas sus dimensiones (Coterón y Sánchez, 2010). Por tanto, tradicionalmente el estudio del movimiento provocado en la danza era un fin en sí mismo y poco a poco se va transformando en un medio para conseguir fines terapéuticos (Barnstaple, Protzak, De Souza, y Gramann, 2020; Millman, Terhune, Hunter, y Orgs, 2021), sociales (Marshall, 2019; Wang, 2022), educativos (Camper

Moore, 2021; Cuellar-Moreno y Caballero-Juliá, 2019), etc.

La práctica de la Danza y Expresión Corporal así como su forma de concebir el cuerpo se constituyen como un eje central de investigaciones empíricas a partir del cual se nutren el resto de áreas y disciplinas científicas como la Medicina (Yan et al., 2018) Psicología (Amado, 2013), Pedagogía (Risner, 2021), Sociología (Markula, 2018), Fisiología (Chernozub et al., 2018), y resto de ciencias relacionadas con la actividad física y el deporte. Por ello, dada la importancia de esta materia para aumentar el cuerpo de conocimientos dentro de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, se considera que es necesario profundizar en sus fundamentos epistemológicos.

Concepto de Danza y Expresión Corporal

A pesar de constituir una única materia dentro de la titulación de Ciencias de la Actividad Física y del De-

porte, existe una clara diferenciación entre el concepto de Danza y el concepto de Expresión Corporal. La expresión corporal es una disciplina que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo (Schinca, 2000) mientras que la danza es una manifestación expresiva (Sánchez, Ordás, y Lluch, 2011) que conjuga dos elementos esenciales, el motriz y el expresivo, que interactúan con unos elementos biológicos, psicológicos, sociales, culturales y estéticos determinados y se conforman a través de elementos espaciales, temporales y rítmicos (Vicente, Ureña, Gómez, y Carrillo, 2010).

En base a esta apreciación, la Expresión Corporal se fundamenta en el movimiento como un fin dentro de la educación, con el motivo o designio de conseguir un desarrollo armónico de la persona en su integridad, de tal manera que establecerá una considerable vía de canalización de las aptitudes, tomando como herramienta el propio cuerpo (Hidalgo y Torres, 1994).

Patricia Stokoe fue la precursora de la corriente de trabajo artístico-educativa a la que denominó Expresión Corporal, la cual supone tomar conciencia del propio esquema corporal, lograr su progresiva sensibilización y aprender a utilizar el cuerpo plenamente para lograr la exteriorización de ideas y sentimientos (Stokoe, 1994; Stokoe y Schächter, 1994). Esta autora la define como la danza de cada persona, su propia danza, su manera única, subjetiva y emocionada de ser y estar, de sentir y decir, con y desde su propio cuerpo (Kalmar, 2006).

Bajo el prisma de autores como Schinca (2000), se trata de una disciplina que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. Por tanto, el cuerpo se convierte en una forma de expresión que el individuo emplea en su comunicación habitual pero que puede aprender a utilizar mejor adquiriendo instrumentos que le permitan enriquecer su expresividad, creatividad y sensibilidad estética (García, Pérez y Calvo 2013).

Otros autores han optado por definirla como «la capacidad de exteriorización espontánea y/o recreada de procesos interiores a través del cuerpo y sus acciones» (Pelegrín, 1996, p. 347). Esta autora remarca la importancia de la interacción entre la persona y el grupo para crear una conciencia del cuerpo en relación con el espacio, con los objetos y con los sentimientos, y hacer que surjan las ideas corporales y afectivas de sí mismo y del otro (Ruano, 2004).

Por tanto, la Expresión Corporal «como actividad

tiene en sí misma significado y aplicación, pero puede ser además un escalón básico para acceder a otras manifestaciones corpóreo-expresivas más tecnificadas» (García, et al., 2013, p.19). De ahí, que se componga de varios lenguajes:

- Antropología del movimiento: juegos, danza, acrobacia...
- Artes del movimiento: danza, danza-teatro...
- Comunicación social: lenguaje no verbal, proxémica...
- Artes literarias y artes sonoras
- Psicología aplicada al movimiento (eutonía)
- Creatividad

En base a esta reflexión se puede contemplar cómo la Danza es una forma de lenguaje de la Expresión Corporal. No obstante, se trata de un concepto mucho más complejo que ha sido utilizado para designar diferentes conceptos e ideas, resultando difícil la adopción de un único significado que describa con rigor la globalidad del término. Así, como trataba de explicar García Ruso (1997):

la danza nace con la propia humanidad, siendo un fenómeno universal que está presente en todas las culturas, en todas las razas y en todas las civilizaciones. Es considerada generalmente como la expresión de arte más antigua, pues a través de ella se comunican sentimientos de alegría, tristeza, amor y muerte. El hombre a través de la historia no sólo ha utilizado la danza como liberador de tensiones emocionales, sino también desde otros aspectos tales como: ritual, mágico, religioso, artístico, etc. Definirla, ha sido y es una tarea compleja, dada la gran variedad de aproximaciones conceptuales e interrelacionales que sobre este término se establecen desde diferentes campos: antropológico, psicológico, pedagógico, sociológico, artístico, musical, etc. (p.345).

Por ello, a continuación, se incluyen varias definiciones para lograr entender este fenómeno en toda su magnitud:

La danza es la más humana de las artes {...} es un arte vivo: el juego infinitamente variado de líneas, de formas y de fuerzas, de direcciones y de velocidades, concurre a la realización de perfectos equilibrios estructurales que obedecen, tanto a las leyes de la biología como a las ordenaciones de la estética (Bougart, 1964, p.5).

- «Danza es un movimiento puesto en forma rítmica y espacial, una sucesión de movimientos que comienza, se desarrolla y finaliza» (Murray, 1974, p.7).

- «Cualquier forma de movimiento que no tenga

otra intención para alén de la expresión de sentimientos, de sensaciones o pensamientos, puede ser considerada como danza» (Sousa, 1980, p.9).

Podemos definir la danza como arte en producir y ordenar los movimientos según los principios de organización interna (composición en movimientos en sí mismos) y estructuras (disposición de movimientos entre sí) ligados a una época y a un lugar dado, con el fin de experimentar y comunicar un mensaje literal, como el ballet (Québec, 1981, p.77).

-«La danza es un arte que utiliza el cuerpo en movimiento como lenguaje expresivo» (Willem, 1985, p.5).

«La danza es una coordinación estética de movimientos corporales» (Salazar, 1986, p.9).

-La danza puede definirse como la actividad espontánea de los músculos bajo la influencia de alguna emoción intensa, como la alegría social o la exaltación religiosa. También puede definirse como combinaciones de movimientos armónicos realizados sólo por el placer que ese ejercicio proporciona al danzante o a quien le contempla. Se trata de movimientos cuidadosamente ensayados que el danzante pretende que representen las acciones y pasiones de otras personas (Leese y Packer, 1991, pp.15-16).

-«La danza es la reacción del cuerpo humano de una impresión o idea captadas por el espíritu, porque cualquier movimiento suele ir acompañado de un gesto» (Robinson, 1992, p.6).

-«Danza es el arte que da las reglas para moverse el cuerpo y los movimientos al compás» (Tercio, 1994, p.7).

Aunando los enfoques de las diferentes definiciones que han surgido sobre Danza y Expresión Corporal, y tomando como referencia que la Expresión Corporal se define como una disciplina que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo (Sánchez, Ordás, y Lluch, 2013), se podría llegar a conceptualizar como «disciplina que permite indagar y aprender un lenguaje único del ser humano a partir del estudio del propio cuerpo y del movimiento espontáneo e intencional, con una finalidad expresiva, comunicativa, estética y creativa».

Por tanto, partiendo de esta conceptualización y considerando que la institución escolar tiene la responsabilidad de educar de manera integral, en los aspectos físicos, sociales, intelectuales y emocionales, la materia de Danza y Expresión Corporal es un camino excelente para el desarrollo holístico del alumnado (Armada, González y Montávez, 2013).

Particularmente, al focalizar en la titulación de Cien-

cias de la Actividad Física y del Deporte, los conceptos de Danza y Expresión Corporal se han fusionado en una sola asignatura, de forma que cada vez cobra más protagonismo el contenido de Danza como parte de esta asignatura y dentro de una titulación enfocada principalmente al estudio de la motricidad humana desde una perspectiva holística. En este sentido, desde su concepción en el Libro Blanco de ANECA para este Título (Del Villar, 2006), dentro de las competencias de la materia de motricidad humana, se especifica: «comprender, diseñar, describir y ejecutar actividades de expresión corporal y danza considerando su componente expresivo, técnico y artístico» (Conesa y Angosto, 2017).

Análisis del objeto de estudio de la Danza y Expresión Corporal

La Danza y Expresión Corporal como formas de comunicación no pueden ser aisladas de otros contenidos de aprendizaje escolar, pues constituyen una oportunidad de estimular el diálogo entre los seres humanos para fortalecer y validar su identidad, integración y cohesión social, posibilitan el desarrollo de la imaginación y destacan la importancia de la diversidad cultural que se pretende en educación (Batalha y Borges, 2012).

Al respecto, las prácticas artístico-expresivas, en sus diversas manifestaciones, «potencian las sensibilidades, las comprensiones, estimulan la creatividad, permiten vivenciar las expresiones emotivas, diversifican horizontes del aprendizaje y favorecen el desarrollo personal y social más completo y equilibrado» (Batalha y Borges, 2012, p.91). Estas autoras inciden en que las formas expresivas buscan desarrollar la comprensión, el gusto y la apreciación del trabajo en el ámbito del movimiento expresivo, así como crear pequeñas composiciones coreográficas utilizando formas, elementos y lenguajes básicos de las prácticas artísticas. Los alumnos son estimulados a percibir su propio cuerpo, así como el cuerpo de los demás, a desarrollar destrezas artísticas relacionadas con la práctica de la motricidad, adquirir un pensamiento crítico e integrar con un público, dominando algunos roles de comunicación.

Los objetivos que se persiguen con las actividades artístico-expresivas dentro del ámbito educativo (Batalha, 2004) son:

- 1.Promover que el alumno comprenda su utilidad.
- 2.Enseñar al alumno a que utilice su cuerpo con un lenguaje técnico para comunicar e interpretar una idea sobre un tema.

3. Incentivar el juicio estético del alumnado.
4. Ayudar al alumno a que domine códigos y símbolos que se emplean socialmente.
5. Favorecer que el alumnado utilice las nuevas tecnologías para crear producciones y dar visibilidad a las coreografías.
6. Desarrollar una conciencia crítica sobre el significado de las obras y la eficacia de sus mensajes.

Estos objetivos conducen a los siguientes paradigmas de la Danza y de otras formas de Expresión (Batalha y Borges, 2012):

- Lenguajes de Danza y otras formas de Expresión.
- Creatividad.
- Comunicación-Expresión.
- Sentido Estético-Artístico.
- Contexto Histórico-Cultural.

Lenguajes de la Danza y otras formas de Expresión: El objetivo principal es el aprendizaje de un lenguaje motor, gestual y expresivo simple de la danza que dé soporte al propósito comunicacional. Utiliza el cuerpo, el espacio, el tiempo y las dinámicas a modo de favorecer la comunicación del mensaje, de forma que es fundamental aprender el potencial comunicativo que tienen estos elementos cuando son combinados y manipulados por los alumnos de forma óptima. La Danza se diferencia de otras actividades motoras por despertar y provocar el imaginario de los demás a través de la motricidad.

Creatividad: El objeto fundamental es la creatividad del ser humano, la capacidad de innovación, por ello para trabajar desde esta área de conocimiento es imprescindible trabajar el pensamiento divergente, la espontaneidad y originalidad, así como mostrar un respeto por la diversidad cultural y ansiar la calidad general de la educación. La creatividad es una característica inherente al arte, que lo diferencia de cualquier otra actividad motora, y depende de la flexibilidad del raciocinio, la capacidad de transmitir pensamientos e ideas y la aptitud para transformar materiales artísticos en nuevas relaciones, con vistas a la producción final de la obra coreográfica que provocará un feedback del espectador. En esta etapa, el alumno debe conectar los pensamientos e ideas con secuencias de movimiento, se trabaja la interpretación de diferentes personajes, situaciones, animales... a través del movimiento y actitud corporal, lo cual se puede reforzar a través del vestuario, maquillaje, iluminación y todos aquellos elementos que ayudan a dotar de sentido a la coreografía. Todo ello con el fin último de crear una pieza diferente, espectacular, original, basada en la armonía, equilibrio y contraste.

Comunicación-Expresión: El objetivo es la interacción simbólica a través de un conjunto de procesos físicos y psicológicos que se efectúa en la dimensión relacional de emisor-receptor con el fin de transmitir mensajes cargados de intencionalidad. El proceso coreográfico es construido a partir del acto consciente y reflexivo del alumno a partir del tema, facilitando así el movimiento expresivo.

Sentido Estético-Artístico: En todas las obras artísticas interviene de una u otra forma la estética como justificación del arte, de los fenómenos de evolución, del gusto, de lo bello, de los estilos y los criterios de formación. La estética y la comprensión estética no deben contemplarse desde un punto de vista abstracto, pues suponen un modo de pensar, de sentir y de percibir la realidad sujeto a un juicio de valor.

En este sentido, la Danza en el ámbito educativo debe perseguir como fin último provocar una experiencia estética, entendida como la experiencia producida al entrar en relación con la belleza en la naturaleza o en el arte. El encuentro o el reconocimiento de la belleza que genera en una persona ciertas sensaciones, emociones y sentimientos. La realidad llega a una persona a través de los sentidos y nos afecta, generando una sensación o sentimiento de placer. La experiencia estética se fundamenta en la sensibilidad, a través de los sentidos se percibe una realidad (un hecho, una acción, una obra de arte, una persona...) que origina en nosotros ciertas sensaciones, emociones y sentimientos. Además, conlleva una actitud de contemplación, goce y disfrute de la realidad (diferente a la actitud teórica que busca el conocimiento y diferente de la actitud práctica que busca la utilidad o el beneficio) (Joy y Sherry, 2003).

Contexto Histórico-Cultural: Se realiza la importancia de la comprensión y apreciación de los efectos de las influencias de los contextos históricos y culturales en las formas, ideas y valores de la Danza. En esta etapa, los alumnos tienen que remontarse a la tradición y comprender las formas y funciones de la Danza y el respectivo significado en las sociedades pasadas y presentes. No se puede olvidar que la Danza es parte de nuestra cultura, es un medio de expresión de la cultura de un determinado momento y estimula la comunicación global, lo que la convierte en un importante vehículo de educación y concienciación de la sociedad.

La forma en que se articulan estos paradigmas en el ámbito educativo, pasa por integrar la Danza y la Expresión Corporal dentro de los contenidos de aprendizaje, pues estimula el diálogo y la imaginación para constituir y validar la identidad del ser humano; atiende a la

diversidad cultural, integración y cohesión grupal gracias a su inherente carácter multicultural; fomenta los descubrimientos y relaciones interpersonales para desarrollar una ciudadanía constructiva; favorece la sensibilidad y expresión de emociones para un desarrollo personal y social más completo y equilibrado; desarrolla diversas competencias y la capacidad de innovación a través de la creatividad y pensamiento divergente. Todo esto convierte a esta disciplina como el mejor vehículo para mejorar la calidad general de la educación y la formación del alumnado (Batalha y Borges, 2012).

Análisis del status científico de la Danza y Expresión Corporal

La Danza y Expresión Corporal se puede considerar como una de las materias prácticas de las Ciencias del Deporte. Prueba de su importancia es el hecho de que a pesar de las diferentes denominaciones que ha recibido en su evolución, sigue formando parte de las materias básicas del nuevo plan de estudios del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Y es que, en la actualidad se presenta como uno de los cuatro Bloques de Contenidos obligatorios de la materia de Educación Física en la LOMCE (Blanco Piñeiro, 2012; LOMCE, 2013).

Esta asignatura surge desde el inicio de la creación de los planes de estudio, aunque recibiendo diferentes designaciones. En el desarrollo del primer ciclo de estudios, comenzó a llamarse Expresión Corporal y aparecía dentro del bloque de *Fundamentos y Manifestaciones Básicas de la Motricidad Humana* (Gil y Coterón, 2008).

Posteriormente, el período comprendido entre 1993 y 2008 supuso una etapa de instauración y asentamiento de la licenciatura de CAFYD en las diferentes universidades españolas. Para analizar la ubicación y carácter de este contenido en los planes de estudios de las universidades públicas españolas antes de que comenzara el proceso de adaptación al Espacio Europeo de Educación Superior (Plan Bolonia), partimos del análisis documental desarrollado por Gil y Coterón (2008). Estos autores identificaron y analizaron todos los programas docentes donde se impartía Expresión Corporal como materia obligatoria durante el curso 2007/08 como último curso en que se impartió la licenciatura de CAFYD antes de pasar a constituirse como grado universitario.

Como ya se ha mencionado anteriormente, la nomenclatura de esta asignatura no ha sido equitativa en su evolución, en la mayoría de titulaciones se titulaba *Expresión Corporal* (Universidad de Alcalá, Autónoma de

Madrid, Extremadura, Granada, Las Palmas, León Murcia, Politécnica de Madrid, Valencia y Vigo) pero ha recibido también otras denominaciones como *Actividades Corporales de Expresión* (Universidad de Zaragoza); *Movimiento y Expresión Corporal*, como asignatura más genérica (Universidad Pablo de Olavide y Castilla La Mancha); *Expresión Dinámica*, como asignatura más asociada con la música (Universidad del País Vasco); *Teoría y Práctica de la Expresión Corporal* (Universidad de Barcelona y de Lleida); *Expresión Corporal y Danza* (Universidad de A Coruña) o *Expresión Corporal y Juegos* (Universidad Miguel Hernández de Elche) (Gil, 2016).

Después de esta etapa, la promulgación del Decreto 1393/2007 de 29 de octubre por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, inicia el Plan Bolonia por el que todas las licenciaturas debían pasar a ser estudios de grado, fijando como fecha límite para implantarse en todas las universidades el curso 2010/11. A partir de este momento, la titulación pasó a regirse por el *Libro Blanco del Título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. En este documento, dentro de los contenidos disciplinares básicos, se establece de manera similar al planteamiento de la anterior licenciatura, el bloque de *Manifestaciones de la Motricidad Humana* donde se incluyen los contenidos de *Expresión Corporal y Danza*, separados por su condición epistemológica (Gil, 2016).

Actualmente la denominación de la asignatura se muestra más equitativa, pues en todas las universidades se mantiene el concepto común de Expresión Corporal. Además, las concepciones de *Danza* y de *Expresión Corporal* se han fusionado en una sola asignatura, de forma que cada vez cobra más protagonismo el contenido de Danza como parte de esta asignatura y dentro de una titulación enfocada principalmente al estudio de la motricidad humana desde una perspectiva holística.

Es importante señalar que el status de materia principal no se ha perdido, dado que la asignatura mantiene el carácter obligatorio y su importancia expresada en número de créditos en la mayoría de los centros en que se imparte. Lo que verdaderamente ha cambiado es la orientación que se debe dar a los contenidos. «El trabajo de la expresividad corporal, de sus posibilidades creativas y comunicativas nos lleva a una desembocadura natural: la Danza» (Sánchez, 2012, p.106). Este autor reivindica el valor de la danza educativa que ya señalaba Stokoe (1993), como búsqueda de la propia identidad siguiendo el paradigma de Laban (1993) «personas libres en sociedades libres»; como una danza al alcance de todos y accesible a cualquier persona; y como activi-

dad incluida en el Currículum Escolar de gran importancia para el desarrollo integral del individuo.

En esta línea, Sánchez (2012) pretendía darle un nuevo rumbo a la danza educativa y erradicar todos los prejuicios, estereotipos y desconocimiento por parte del ser humano que conlleva la palabra «danza». El objetivo es que la danza educativa se integre en los estudios primarios y secundarios en toda la sociedad, como parte fundamental de la Educación Física o bien como materia propia, al igual que ocurre con la Música, la Educación Física o la Plástica. Para incluirse dentro de la asignatura de Educación Física, ésta debería cambiar profundamente sus principios hacia una mayor comprensión de la expresión y comunicación humana.

En la actualidad la Danza y Expresión Corporal está incluida en diferentes campos del saber y posee una diversidad de direcciones hacia donde orientar sus aportes. De manera genérica, podemos nombrar tres corrientes en las cuales actúa:

- Corriente Artística
- Corriente Pedagógica
- Corriente Psicoterapéutica

La corriente artística

La corriente artística es de suma importancia en el ámbito educativo (Arnheim, 1993; Coterón y Sánchez, 2010; Dewey, 2008; Stokoe y Sirkin, 1994), pero ha permanecido en un segundo plano debido al enfrentamiento entre ciencia y arte, posiblemente a raíz de la separación entre ciencias y letras; la falta de acuerdo en la definición de los objetivos educativos (¿educación por el arte?, ¿para el arte?, ¿a través del arte?, ¿entrenamiento de artistas?); y la falta de integración de contenidos de estudio.

En esta línea, tal como señalan Coterón y Sánchez (2010), esta oposición entre ciencia y arte debería superarse porque el escenario del siglo XXI posibilita nuevas acciones y colaboraciones, tal y como se pone de manifiesto en los programas didácticos de museos, teatros e instituciones sociales y culturales. Por ello, el sistema escolar también debería encontrar la forma de trabajar y apostar por el arte, pues el objeto de estudio es el mismo: la experiencia humana del conocimiento.

Progresivamente, se va avanzando en estas concepciones y se va insertando más esta corriente en el ámbito educativo, de manera que entre las competencias básicas aparece la competencia cultural y artística, que implica poner en juego habilidades de pensamiento divergente y convergente, puesto que comporta reelaborar ideas y sentimientos propios y ajenos; encontrar fuen-

tes, formas y cauces de comprensión y expresión; planificar, evaluar y ajustar los procesos necesarios para alcanzar unos resultados, ya sea en el ámbito personal o académico. Se trata, por tanto, de una competencia que facilita tanto expresarse y comunicarse como percibir, comprender y enriquecerse con diferentes realidades y producciones del mundo del arte y de la cultura (MEC, 2006).

Por tanto, el objeto de estudio de esta corriente es el saber del cuerpo, por eso dista tanto de otras bases educativas y de otras ciencias, pues a menudo nos relacionamos con la acción motriz de una manera mecánica y nada simbólica, donde el cuerpo sólo nos sirve para ejercitarlo en términos de rendimiento. Pero el cuerpo no debe servir únicamente para aspectos funcionales, sino que tiene una importantísima misión de comunicación, una dimensión expresiva del movimiento, y el instrumento pedagógico para desarrollar esta dimensión del cuerpo es la Danza y la Expresión Corporal (Coterón y Sánchez, 2010).

La epistemología de la educación en el arte hace suyos los intereses prácticos de otras disciplinas, pero invoca para sí intereses liberadores, siendo no sólo un procedimiento de alfabetización artística sino un medio de acción social colectiva que camina hacia la justicia y la igualdad. Centrarse sólo a nivel educativo en la necesidad de una formación para el arte, como creación profesional que permita a los jóvenes conocer y comprender mejor el ámbito artístico, supondría defender una perspectiva desde el punto de vista del profesional y artista, que busca crear público para que consuma el producto que elabora (Ulger, 2019).

La complejidad e incertidumbre en la praxis del ámbito educativo, permite diferenciar muy bien entre el arte como espacio de creación artística, realizado por artistas y, las prácticas en educación desarrolladas por el docente como espacio de descubrimiento y desarrollo personal-social y herramienta al servicio de un contenido de enseñanza. El debate entre docentes sobre el empleo del arte en la educación viene expresado por la contraposición conceptual del proceso versus producto y, la de persona versus método. Considerando el momento actual en que se está imponiendo el paradigma holístico, en educación ambas dimensiones son necesarias, y cuando se trabaja una se trabaja la otra, ya que son dos caras de la misma moneda (Ulger, 2019).

La corriente pedagógica

El Arte y la Pedagogía se apoyan en los mismos principios educativos. El respeto por las preguntas de los

alumnos y la guía-ayuda encaminada a encontrar sus propias respuestas. La asimilación de los hallazgos les permitirá aplicar esas herramientas a un amplio campo de conocimientos, en una o diferentes disciplinas, desde el rigor intelectual y artístico con la flexibilidad para experimentar y practicar (McGregor, 2012).

La pedagogía que desarrollan las actividades de la dimensión expresivo-artística permiten al docente sugerir ideas sin imponerlas, suscitar métodos activos de descubrimiento, servirse del efecto sorpresa en las situaciones de aprendizaje ante el error y la experiencia negativa, fomentar la discusión para la retroalimentación, mantener un estilo receptivo y tener la actitud de aprender al mismo tiempo que los alumnos a través de la confianza en los otros (Escamilla-Fajardo, Alguacil, y López-Carril, 2021; Linares, Sánchez, y Lluch, 2022; Valverde-Esteve, 2021).

Así pues, nadie pone en duda que la Danza y Expresión Corporal contribuyen al desarrollo holístico del alumnado en todas las etapas educativas (Núñez, Melgarejo, y Nicolás, 2020). Supone practicar un ejercicio físico global exento de los componentes competitivos que tiene el deporte y con un carácter hedonista que posibilita un incremento de la salud (Sánchez et al., 2011).

No obstante, a pesar de todas las competencias que se pueden desarrollar a través de este contenido, así como los numerosos beneficios que aporta, tradicionalmente ha permanecido en un segundo plano dentro de la educación por la inexistente formación inicial del profesorado, la ausencia de medios, materiales, currículo específico y por los estereotipos de género asociados (Arias, Rodríguez, y Sánchez, 2021; Matos-Duarte, Smith, y Muñoz, 2020, O'Neill, Pate, y Beets, 2012). Esto ha provocado una gran dispersión de los contenidos, analizados desde múltiples ópticas y enfoques que dificultan el poder focalizar.

En base a esta apreciación, se torna fundamental dotar de conocimiento científico a los profesionales para que sepan orientar sus actuaciones y de ahí la necesidad de presentar este trabajo.

De forma específica, la corriente pedagógica nos lleva a la necesidad de realizar un análisis del status que como disciplina científica tiene la Danza y Expresión Corporal en el contexto de didáctica específica dentro de las Ciencias de la Educación, en tanto que la metodología de investigación y acceso al conocimiento es similar.

Iniciaremos por tanto un breve análisis para justificar el carácter científico de la didáctica y, de esta forma, por extensión podremos aplicar las reflexiones a la di-

dáctica de las actividades físico-artísticas.

Los problemas relacionados con la científicidad de la didáctica son los mismos que se discuten en las disciplinas educativas, y por extensión en el conjunto de las Ciencias Sociales, las cuales tienen en común la existencia de un objeto de estudio dinámico, al cual difícilmente se le puede aplicar los presupuestos de las ciencias naturales, especialmente en la aplicación del método científico (Prats, 2002). No obstante, la didáctica ha desarrollado un cuerpo de conocimientos que se caracterizan por su racionalidad, sistematicidad, validez, y ha creado un conjunto de ideas y teorías que sirven para orientar la práctica educativa (García, Álvarez, Alonso, y Pueyo, 2016).

En cuanto al objeto de estudio, si determinamos que «el proceso de enseñanza-aprendizaje» es el objeto de la didáctica, «el proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones motrices» es el objeto de la didáctica de la actividad física y del deporte, entonces «el proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones motrices artístico-expresivas» será el objeto de la didáctica de las actividades artístico-expresivas (Vizuet, 2002). Por tanto, la existencia de un marco concreto y específico de conocimientos refuerza la consideración de la disciplina como materia científica.

En este sentido, la Danza y Expresión Corporal en su corriente pedagógica partiría de la enseñanza de las acciones motrices como objeto de estudio de la didáctica de la actividad física y del deporte y además incorporaría toda la parte artístico-expresiva más ligada a la corriente artística anteriormente mencionada. La enseñanza de las acciones motrices lleva implícito el estudio de cuatro variables (Tabla 1): el análisis del profesor, del alumno, del contexto humano y material en el que se produce la interacción, y del programa de intervención.

Tabla 1
Modelo para el análisis didáctico de la enseñanza de las acciones motrices

1 - El profesor	-Conducta docente -Pensamiento docente
2 - Los alumnos	-Comportamientos motrices -Pensamiento en torno al aprendizaje
3 - El contexto de interacción	-Contexto del aula -Contexto del centro -Contexto social
4 - El programa de enseñanza	-Metodología -Estructura de las tareas motrices

Por último, con relación al análisis de la metodología de investigación, en la didáctica ningún paradigma domina el panorama investigador, con lo que el pluralismo teórico está fomentando una gran diversidad de estrategias y metodologías de acceso al conocimiento, que hacen de la didáctica una disciplina científica viva y en continua evolución.

Cuando hablamos de la pedagogía en torno a la Danza y Expresión Corporal, hay que destacar el aprendizaje vivencial que incrementa la motivación al recurrir al instinto de juego de los individuos, por la oportunidad de traer el mundo exterior al aula, por la demanda de participación y colaboración que favorece la relación armónica, la comunicación clara y la integración entre los componentes del grupo, por su marco lúdico y creativo que permite establecer un tipo de relación, no habitual, de intercambio de sugerencias, de interacción personalizada entre alumno y profesor, y por su generalización teórica y aplicación en diferentes contextos y niveles educativos (Arteaga, 2003; Lapeniene y Bruneckiene, 2010).

La última revisión sistemática de la literatura sobre la pedagogía de la danza en el siglo XXI identifica siete temas fundamentales: 1. El profesor de danza holístico; 2. La autorregulación y reflexión; 3. El enfoque somático; 4. La relación de la pedagogía de la danza con la danza como forma de arte; 5. Nuevos medios, tecnología y otras formas de arte en la educación de la danza; 6. La multiculturalidad en la enseñanza de la danza; 7. Cuestiones de género y sexualidad (Sööta y Viskus, 2013).

El profesor de danza holístico es el que contempla a la persona como un todo, une la identidad personal con la enseñanza, el medio con el cuerpo y el plan de estudios como una comunidad para que aborden al ser humano como un todo. El docente debe tener en cuenta que el todo se compone de partes valiosas independientes y, por lo tanto, debe ser capaz de identificar y hacer un uso constructivo de las conexiones reales y posibles entre ellas. La persona en su totalidad se compone de elementos en capas que incluyen, entre otros, el intelectual, emocional, físico, social, estético, creativo y espiritual. El profesor de danza holística es como un vínculo entre el alumno y el mundo (Sööta y Viskus, 2013).

La Autoregulación y reflexión se tornan clave porque los requisitos cada vez más complejos de la sociedad exigen cada vez más de la danza, tanto a los profesores como a los alumnos. Ver las conexiones entre los medios y los resultados y la resolución creativa de tareas asumiendo riesgos cognitivos podría verse como la tendencia actual también en la educación de la danza (Stinson, 2010). También es importante considerar el desarrollo de la alfabetización en danza para que la educación en danza esté actualizada y tenga en cuenta las necesidades sociales y el aprendizaje a través de la danza, donde las experiencias de la danza pueden utilizarse para mejorar el aprendizaje en otras áreas (Sööta y

Viskus, 2013).

El objetivo del enfoque somático es llevar a los alumnos a sus cuerpos y enseñarles a tomar conciencia de sus características especiales. Carece de forma mensurable y norma que se debe seguir. Un aspecto muy importante del enfoque somático es asegurarse de que una persona no se lastime o dañe su cuerpo a través del movimiento, ya sea consciente o inconscientemente. Dado que la danza es definitivamente una disciplina física y estética, el papel del profesor podría verse como el de alentar a los alumnos a originarse a partir de sus cuerpos y sus características especiales. El cuerpo danzante somático tiene el potencial de ser más sensible a la vez que es una forma de percibirse a sí mismo de adentro hacia afuera, siendo consciente de los sentimientos, movimientos e intenciones. Incluye escuchar el propio cuerpo y rechazar modelos autoritarios (Enghauser, 2007; Stinson, 2004; Schupp y Clemente, 2010; Sööta y Viskus, 2013).

La relación de la pedagogía de la danza con la danza como forma de arte implica que, para la formación del profesorado, la formación de graduados en danza necesita seguir examinando el gran mito de la división artista-educador. Dentro del nuevo paradigma, las profesiones de artista de danza y educador de danza deben avanzar una hacia la otra (Stinson, 2010) El desarrollo de los profesores de danza actuales se apoya en el conocimiento del arte de la danza como ciencia en general, y las personas involucradas en la danza deben ser capaces de investigar, analizar y sintetizar (Sims y Erwin, 2012). Por su parte, Bannermann (2009) llama la atención sobre la necesidad de valorar tanto al docente como al investigador, y seguir fortaleciendo los vínculos entre docencia e investigación; que reconozcamos la importancia de la práctica y que reconozcamos y valoremos la totalidad de la ecología de la danza.

Nuevos medios, tecnología y otras formas de arte en la educación de la danza. Risner y Anderson (2008) han señalado que el uso de la edición de video, la web y el diseño gráfico como innovaciones mediadas por computadora enriquecen las habilidades profesionales de los estudiantes y mejoran sus oportunidades profesionales al tiempo que crean oportunidades para la colaboración con representantes de otras disciplinas, académicos y artistas. El desafío del profesor de danza radica en hacer frente, aceptar y manejar estos nuevos dispositivos, ya que los nuevos medios han acompañado a los alumnos tanto en clase como fuera de clase. Los medios de comunicación recurrentes traen consigo nuevos interrogantes y desafíos. Muy a menudo, los alumnos

han visto y experimentado muchas cosas. Los docentes deben tener la mente abierta y deseosos de conectar los nuevos medios con sus competencias existentes (Söötä y Viskus, 2013).

La multiculturalidad en la enseñanza de la danza. Las características culturales y nacionales de los alumnos se hacen evidentes en su comportamiento, actitud y métodos de trabajo. El docente debe ser capaz de considerar sus características especiales, al mismo tiempo que acepta y apoya las raíces culturales del estudiante y apoya la identidad nacional. Risner (2010), Risner y Stinson (2010) Otros autores también señalan otras diferencias, es decir, socioculturales, además de las multiculturales. Las familias son de diferentes capas sociales, diferentes ingresos y diferentes redes de problemas de los mismos. Los alumnos, especialmente los más jóvenes, también traen a clase sus problemas cotidianos, y los profesores tienen la posibilidad de ignorarlos o encontrar formas de solucionarlos (Risner, 2010; Risner y Stinson, 2010).

Cuestiones de género y sexualidad. Dado que el cuerpo es íntimo tanto para la danza como para el género, la educación en danza involucra el género (y por lo tanto la sexualidad) en su contenido (el cuerpo) y en su proceso (presentación) (Kahlich, Shapiro, Davenport y Evans, 2004).

La corriente psicoterapéutica

La corriente psicoterapéutica asume que la *Danza y Expresión Corporal* tienen un importante papel como terapia en el ámbito de la salud (Atkins et al., 2018; Koch, Riege, Tisborn y Biondo, 2019). Se busca un trabajo integral de la persona, conjugando el cuerpo con el componente emocional, de modo que se torna una alternativa al mero trabajo físico. Existe la creencia de que la práctica de actividad física sólo afecta a los músculos mostrando poco interés por otros aspectos mientras que con esta corriente se persigue un lenguaje corporal expresivo (Padilla, 2012).

El eje principal de esta corriente es la Danza Movimiento Terapia (DMT), que es el uso psicoterapéutico del movimiento basado en el supuesto de la interconexión del cuerpo y la mente, y el poder curativo de la danza (Koch et al., 2019). La Asociación Americana de Danzaterapia (2018) lo define como el uso psicoterapéutico del movimiento para promover emociones, integración social, cognitiva y física del individuo, con el fin de mejorar la salud y el bienestar; la Asociación Europea de Danza Movimiento Terapia (2018) agrega la integración espiritual a esta lista.

Como explican autores como Koch et al. (2019), a pesar de que el uso de la danza como arte curativo se remonta a la historia de la humanidad, la DMT se convirtió en una profesión en países occidentales desde la década de 1940, cuando los primeros pioneros desarrollaron conceptos de danzaterapia profesional, que se extendieron a países orientales y por todo el mundo a partir de la década de 1990. La mayoría de los profesionales de DMT trabajan en hospitales psiquiátricos, centros de rehabilitación, centros educativos y consultorios privados. A lo largo de su existencia, ha habido mucha investigación cualitativa en DMT (Cruz y Berrol, 2012; Levine y Land, 2016). Sin embargo, actualmente la investigación cuantitativa basada en evidencias se está fortaleciendo en términos de números y calidad de los estudios (Peters, 2012).

Wiedenhofer y Koch (2017) distinguieron cinco grupos de mecanismos a través de los cuales funcionan las terapias de artes creativas que aplican DMT y danza:

- Hedonismo (placer y juego, no existe una orientación de meta).
- Experiencia estética (experimentar belleza, unidad cuerpo-mente, unidad con un compañero, etc.) y su autenticidad de expresión.
- Creación de significado no verbal (comunicación, expresión y regulación de la emoción, interacción social).
- Espacio de transición activa (experiencia de actividad, agencia, autoeficacia, recursos constructivos, prueba de actuación, representación, rituales y transformación).
- Creación (generatividad, productividad).

Del mismo modo, existen mecanismos desencadenados del movimiento per se (excitación, cambios hormonales, fisiológicos), de la danza per se (Jola y Calmeiro, 2017), así como mecanismos específicos de retroalimentación corporal relacionados con distintos cambios de formas en los movimientos y cualidades (Koch et al., 2014). Además, existen mecanismos de cambios relacionados con la salud que la DMT comparte con otras formas de psicoterapia como la relación terapéutica, actualización del problema, activación de recursos, etc. (Wampold, 2015; Wampold e Irmel, 2015).

Otros mecanismos terapéuticos más específicos están conectados a técnicas de DMT, como el espejo, el análisis de movimiento, las metáforas no verbales, las técnicas imaginativas, las técnicas meditativas, la introspección, y el enfoque (Bräuninger, 2014). Además, hay mecanismos específicos de cambio grupal. Por ejemplo, si la intervención se lleva a cabo en un entorno

grupal, se fomenta la cohesión, la experiencia para ser parte de algo más grande, la confianza mutua, las experiencias emocionales correctivas, el empoderamiento, el apoyo mutuo, el sondeo de roles sociales y el aprendizaje interpersonal activo (Schmais, 1985, 1998; Yalom, 1985; Rutan y Stone, 2001).

Por todo ello, la DMT cada vez es más utilizada para tratar problemas de salud física y mental, pero para establecer la DMT como tratamiento basado en la evidencia es muy importante probar empíricamente sus efectos. En este sentido, el primer metaanálisis realizado por Ritter y Low (1996), incluye 23 estudios publicados entre 1973 y 1993 y se demostró que la DMT es una intervención efectiva para una amplia gama de síntomas, con resultados especialmente buenos en la reducción de la ansiedad en diferentes poblaciones. No obstante, debido a las limitaciones de este estudio en cuanto al cálculo y la interpretación, otros autores como Cruz y Sabers (1998) recalcularon los datos y encontraron que la DMT era aún más efectiva, de hecho, se descubrieron efectos comparables a otros tipos de terapias que incluyen psicoterapias farmacológicas y verbales.

Más tarde, autores como Koch et al. (2014), realizaron un metaanálisis para conocer el estado del conocimiento sobre la efectividad de DMT y danza de 23 ensayos primarios (N = 1078) sobre las variables de calidad de vida, imagen corporal, bienestar y resultados clínicos, con subanálisis de depresión, ansiedad y competencia interpersonal. Los resultados señalaron que la DMT es efectiva para aumentar la calidad de vida y disminuir síntomas clínicos como depresión y ansiedad. También encontraron efectos positivos en el aumento del bienestar subjetivo, estado de ánimo positivo, afecto e imagen corporal. Los efectos para la competencia interpersonal fueron alentadores pero debido a la heterogeneidad de los datos no fue concluyente. Las deficiencias metodológicas de muchos estudios primarios en este campo limitan estos resultados alentadores y, por lo tanto, se hace necesario continuar con las investigaciones para fortalecer y ampliar las evidencias en DMT.

En el metaanálisis más reciente desarrollado por Koch et al. (2019), realizado para actualizar el metaanálisis de Koch et al. (2014) con investigación de alta calidad en el campo, se destaca cómo la investigación en esta área ha crecido considerablemente de 1.3 estudios detectados / año en el período 1996–2012 a 6.8 estudios detectados / año en 2012–2018. En este estudio se da un paso más y se sintetizan 41 estudios de intervención controlada (N = 2.374; desde 01/2012 al

03/2018), 21 de DMT y 20 de danza, investigando los grupos de resultados de calidad de vida, resultados clínicos (con subanálisis de depresión y ansiedad), habilidades interpersonales, habilidades cognitivas y habilidades psicomotoras. Asimismo, se incluyeron ensayos controlados aleatorios en áreas como depresión, ansiedad, esquizofrenia, autismo, pacientes de edad avanzada, oncología, neurología, insuficiencia cardíaca crónica y cardiovascular, incluidos los datos de seguimiento en ocho estudios. Los resultados sugieren que la DMT disminuye la depresión y la ansiedad y aumenta la calidad de vida y las habilidades interpersonales y cognitivas. Los datos de seguimiento mostraron que 22 semanas después de la intervención, la mayoría de los efectos permanecieron estables o ligeramente aumentados.

Además de estos meta-análisis, se han desarrollado estudios de aplicación de la DMT en numerosas patologías, como la demencia (Lyons, Karkou, Roe, Meekums y Richards, 2018), el Parkinson (Michels, Dubaz, Hornthal, y Bega, 2018), el cáncer (Ho, Lo y Luk, 2016), la fibromialgia (Endrizzi et al., 2017), la esquizofrenia (Martin, Koch, Hirjak y Fuchs, 2016), el autismo (Takahashi, Matsushima y Kato, 2019), el Síndrome de Down (Albin, 2016), enfermedad coronaria (McHitarian, Moutiris y Karkou, 2017)...y, se ha trabajado con diferentes colectivos como la infancia, adolescencia y tercera edad en el tratamiento de diferentes patologías físicas y/o mentales.

Por tanto, la DMT es una herramienta relativamente reciente cada vez más utilizada en el ámbito clínico, sanitario y educativo. Numerosos estudios han intentado demostrar los beneficios que la DMT aporta a los diferentes ámbitos que interesan para la mejora de la salud desde un punto de vista dinámico y global. Se concluye la evidencia de los beneficios positivos a nivel físico, psíquico y social que parece aportar la DMT al ser humano, abriéndose una ventana para la consideración de la DMT como estrategia de intervención válida para la mejora de la salud.

Conclusiones

Como principales conclusiones del estudio se podría destacar que la materia de Danza y Expresión Corporal debe entenderse como una disciplina que permite indagar y aprender un lenguaje único del ser humano a partir del estudio del propio cuerpo y del movimiento espontáneo e intencional, con una finalidad expresiva, comunicativa, estética y creativa.

En segundo lugar, es necesario resaltar que el obje-

to de estudio de esta materia se basa en cinco paradigmas que la caracterizan: 1) Buscar el lenguaje expresivo y comunicativo del ser humano a través del cuerpo y del movimiento, 2) Trabajar el pensamiento divergente, la espontaneidad, la originalidad y creatividad del ser humano, 3) Interacción simbólica entre emisor-receptor para transmitir mensajes cargados de intencionalidad, 4) Incorporar el sentido estético a las obras artísticas como justificación del arte, y 5) Proyectar las influencias del contexto histórico y cultural para poner en valor las sociedades pasadas y presentes y representar un importante vehículo de educación y concienciación social.

Finalmente, incidir en que como disciplina científica, esta materia orienta sus aportes hacia tres corrientes principales: 1) La artística, que estudia el cuerpo y movimiento en términos expresivos y comunicativos, no sólo de rendimiento, 2) La pedagógica, que analiza el proceso de enseñanza-aprendizaje de las acciones motrices artístico-expresivas, y 3) La psicoterapéutica, que utiliza como vehículo la Danza Movimiento Terapia para provocar bienestar mental y físico en los seres humanos.

Referencias

- Albin, C. M. (2016). The benefit of movement: dance/movement therapy and Down syndrome. *Journal of Dance Education*, 16(2), 58-61.
- Amado, D. (2013). *La danza entendida desde una perspectiva psicológica*. Sevilla: Wanceulen SL.
- Arias, P. C. B., Rodríguez, E. A., & Sánchez, A. C. (2021). De la escena a las aulas: los artistas y la incorporación de la danza española y el baile flamenco a las enseñanzas generales. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (40), 393-403.
- Arnheim, R. (1993). *Consideraciones sobre la educación artística*. Barcelona: Paidós.
- Armada, J. M., González, I., & Montávez, M. (2013). La expresión corporal: un proyecto para la inclusión. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 107-112.
- Arteaga, M. (2003). *Fundamentos de expresión corporal: Ámbito pedagógico*. Granada: Universidad de Granada.
- Atkins, R., Deatrck, J., Bowman, C., Bolick, A., McCurry, I., & Lipman, T. (2018). University-community partnerships using a participatory action research model to evaluate the impact of dance for health. *Behavioral Sciences*, 8(12), 113.
- Barnstaple, R., Protzak, J., DeSouza, J. F., & Gramann, K. (2021). Mobile brain/body Imaging in dance: A dynamic transdisciplinary field for applied research. *European Journal of Neuroscience*, 54(12), 8355-8363.
- Batalha, A. P. (2004). *Metodologia do ensino da dança*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa FMH Edições.
- Batalha, A. P., & Borges, F. (2012). Paradigmas de la danza y de otras formas de expresión. In S. Gómez, & A. Vargas (Eds.), *De la Danza Académica a la Expresión Corporal* (pp. 83-92). Murcia: Diego Marín.
- Blanco Piñero, L. (2012). La expresión corporal como contenido curricular del área de educación física en la educación secundaria obligatoria en castilla y león: de la LOGSE a la LOE. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (397), 89-104.
- Bougart, M. (1964). *Técnica de la danza*. Buenos Aires: EUDEBA.
- Bräuninger, I. (2014). Specific dance movement therapy interventions. Which are successful? An intervention and correlation study. *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), 445-457.
- Camper Moore, C. (2021). 'Culture of Basic Goodness'—examining factors that contribute to student success and sense of place in undergraduate dance major programs. *Research in Dance Education*, 1-22.
- Chernozub, A., Imas, Y., Korobeynikov, G., Korobeynikova, L., Potop, V., Lytvynenko, Y., ... & Dubachinskiy, O. (2018). The influence of dance and power fitness loads on the body morphometric parameters and peculiarities of adaptive-compensatory reactions of organism of young women. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 955-960.
- Conesa Ros, E., & Angosto, S. (2017). Análisis del contenido de « expresión corporal » en los planes de estudio de grado en ciencias de la actividad física y el deporte en universidades españolas. *Journal of Sport & Health Research*, 9(2).
- Coterón, J., & Sánchez, G. S. (2010). Educación artística por el movimiento: la expresión corporal en educación física. *Aula*, 16, 113-134.
- Cruz, R. F., & Berrol, C. F. (2012). What does research have to do with it? In R. F. Cruz & C. F. Berrol (Eds.), *Dance/movement therapists in action: A working guide to research options* (2nd ed., pp. 12–22). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Cruz, R. F. & Sabers, D. (1998). Dance/movement therapy is more effective than pre-previously reported. *Arts Psychother*, 25, 101-104.

- Cuellar-Moreno, M., & Caballero-Juliá, D. (2019). Student perceptions regarding the command and problem solving teaching styles in the dance teaching and learning process. *Research in Dance Education*, 20(3), 297-310.
- Del Villar, F. (Coord.) (2006). *Libro Blanco del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. Madrid: ANECA.
- Dewey, J. (2008). *El arte como experiencia*. Barcelona: Paidós.
- Endrizzi, C., Di Pietrantonj, C., D'Amico, G., Pasetti, M., Bartoletti, L., & Boccalon, R. (2017). Dance movement psychotherapy for patients with fibromyalgia syndrome. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 12(2), 111-127.
- Escamilla-Fajardo, P., Alguacil, M., & López-Carril, S. (2021). Incorporating TikTok in higher education: Pedagogical perspectives from a corporal expression sport sciences course. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 28, 100302.
- García, C. G., Álvarez, M. D. P.V., Alonso, M. T. G., & Pueyo, Á. P. (2016). Análisis de las bibliografías de las asignaturas de pedagogía y didáctica de los grados en ciencias de la actividad física y el deporte en España. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 30, 138-143.
- García Ruso (1997). *La danza en la escuela*. Barcelona: Inde.
- García, I., Pérez, R., & Calvo, A. (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*, 20, 33-36.
- Gil, J. (2016). *Los contenidos de la Expresión Corporal en el Título de Grado en Ciencias del Deporte*. Tesis Doctoral. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Gil, J., & Coterón, J. (2008). La Expresión Corporal en los planes de estudio de la licenciatura en CAFYD en las universidades públicas españolas: Situación actual, previa al EEES. In G. Sánchez, J. Coterón, J. Gil, & A. Sánchez (Eds.), *El movimiento expresivo* (pp. 407-412). Salamanca: Amarú.
- Hidalgo, E., & Torres, J. (1994). *Expresión corporal*. Málaga: Aljibe.
- Ho, R. T., Lo, P. H., & Luk, M. Y. (2016). A good time to dance? A mixed-methods approach of the effects of dance movement therapy for breast cancer patients during and after radiotherapy. *Cancer Nursing*, 39(1), 32-41.
- Yan, A. F., Cobley, S., Chan, C., Pappas, E., Nicholson, L. L., Ward, R. E., ... & Hiller, C. E. (2018). The effectiveness of dance interventions on physical health outcomes compared to other forms of physical activity: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 48(4), 933-951.
- Joy, A., & Sherry Jr, J. F. (2003). Speaking of art as embodied imagination: A multisensory approach to understanding aesthetic experience. *Journal of Consumer Research*, 30(2), 259-282.
- Jola, C., & Calmeiro, L. (2017). The Dancing Queen. *The Oxford handbook of dance and wellbeing*, 13.
- Kalmar, D. (2006). *Que es la Expresión Corporal: A partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe*. Buenos Aires: Lumen Humanitas.
- Koch, S., Kunz, T., Lykou, S., & Cruz, R. (2014). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: A meta-analysis. *Arts in Psychotherapy*, 41, 46-64.
- Koch, S. C., Riege, R. F. F., Tisborn, K., & Biondo, J. (2019). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes. A meta-analysis update. *Frontiers in Psychology*, 10, 1806.
- Laban, R. (1993). *Danza educativa moderna*. Barcelona: Paidós.
- Lapeniene, D. y Bruneckiene, J. (2010). Teachers' creativity in the domain of professional activity. Analysis of individual factors. *Economics and Management*, 15, 642-649.
- Leese, S., & Packer, M. (1991). *Manual de Danza. La danza en las escuelas como enseñarla y aprenderla*. Madrid: EDAF.
- Levine, B., & Land, H. M. (2016). A meta-synthesis of qualitative findings about dance/movement therapy for individuals with trauma. *Qualitative Health Research*, 26(3), 330-344.
- Linares, A. J. C., Sánchez, J. Á. H., & Lluch, Á. C. (2022). Descripción de la metodología aplicada en una investigación cualitativa en Expresión Corporal y Danza: la vida y obra de Patricia Stokoe. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (45), 1-11.
- LOMCE - Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. (BOE n° 295, de 10/12/2013).
- Lyons, S., Karkou, V., Roe, B., Meekums, B., & Richards, M. (2018). What research evidence is there that dance movement therapy improves the health and wellbeing of older adults with dementia? A

- systematic review and descriptive narrative summary. *The Arts in Psychotherapy*, 60, 32-40.
- Markula, P. (2018). The intersections of dance and sport. *Sociology of Sport Journal*, 35(2), 159-167.
- Marshall, W. (2019). Social Dance in the Age of (Anti-) Social Media: Fortnite, Online Video, and the Jook at a Virtual Crossroads. *Journal of Popular Music Studies*, 31(4), 3-15.
- Martin, L. A., Koch, S. C., Hirjak, D., & Fuchs, T. (2016). Overcoming disembodiment: The effect of movement therapy on negative symptoms in schizophrenia. A multicenter randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 7, 483.
- Matos-Duarte, M., Smith, E., & Muñoz, A. (2020). Danzas folclóricas: una forma de aprender y educar desde la perspectiva sociocultural. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 739-744.
- McGregor, C. (2012). Art-informed pedagogy: Tools for social transformation. *International Journal of Lifelong Education*, 31(3), 309-324.
- McHitarian, M., Moutiris, J., & Karkou, V. (2017). Attending to the heart beat in dance movement psychotherapy: improvements in mood and quality of life for patients with Coronary Heart Disease. In *The Oxford Handbook of Dance and Wellbeing* (pp. 903-924). Oxford University Press.
- Michels, K., Dubaz, O., Hornthal, E., & Bega, D. (2018). «Dance Therapy» as a psychotherapeutic movement intervention in Parkinson's disease. *Complementary Therapies in Medicine*, 40, 248-252.
- Ministerio de Educación y Ciencia. Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. BOE 8 de diciembre de 2006.
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil. BOE 4 de enero de 2007.
- Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria. BOE 5 de enero de 2007.
- Real Decreto 1467/2007, de 2 de noviembre, por el que se establece la estructura del bachillerato y se fijan sus enseñanzas mínimas. BOE 6 de noviembre de 2007.
- Millman, L. M., Terhune, D. B., Hunter, E. C., & Orgs, G. (2021). Towards a neurocognitive approach to dance movement therapy for mental health: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(1), 24-38.
- Murray, R. L. (1974): *Dance in Elementary Education. A program for Boys and Girls*. London: Harper & Row, Publishers.
- Núñez, N. L., Melgarejo, A. M. L., & Nicolás, G. V. (2020). La danza en Educación Física: análisis de los currículos autonómicos españoles de Educación Primaria. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 517-522.
- O'Neill, J. R., Pate, R. R., & Beets, M. W. (2012). Physical activity levels of adolescent girls during dance classes. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(3), 382-388.
- Padilla, C. (2012). Expresión corporal y danza. Un camino hacia la propiocepción y el bienestar. In S. Gómez, & A. Vargas (Eds.), *De la danza académica a la expresión corporal* (pp. 93-100). Murcia: DM.
- Pelegrín, A. (1996). Expresión Corporal. En V. García Hoz. *Personalización en la Educación Física* (pp. 337-353). Madrid: Rialp.
- Peters, H. J. (2012). *Dance/dance movement therapy and general wellbeing, depression, and anxiety: A meta-analysis* (Doctoral dissertation, University of Tasmania).
- Prats, J. (2002). Hacia una definición de la investigación en Didáctica de las Ciencias Sociales. Enseñanza de las ciencias sociales. *Revista de Investigación*, 1, 81-89.
- Québec, G. (1981). *Programme d'études. Primaire. Art. Document d'information*. Québec: Ministère de l'Éducation.
- Risner, D. (2021). Activities for Humanizing Dance Pedagogy: Immersive Learning in Practice. *Journal of Dance Education*, 21(2), 114-120.
- Ritter, M., & Low, K. G. (1996). Effects of dance/movement therapy: A meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 23(3), 249-260.
- Robinson, J. (1992). *El niño y la danza*. Barcelona: Mirador.
- Ruano, M. T. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: Un estudio experimental*. Tesis Doctoral, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) (UPM).
- Rutan, J. S., & Stone, W. N. (2001). *Psychodynamic Group Psychotherapy. 3rd Edn*. New York, NY: Guilford Press.
- Salazar, A. (1986). *La danza y el ballet*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Sánchez, G. (2012). La Expresión Corporal en la formación inicial del maestro especialista en Educación Física. *La expresión corporal en la enseñanza universita-*

- ria, 37, 17.
- Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (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.
- Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (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), 19-22.
- Schinca, M. (2000). *Expresión corporal. Técnica y expresión del movimiento*. Barcelona: Praxis.
- Schmais, C. (1985). Healing Processes in group Dance Therapy, *American Journal of Dance Therapy*, 8, 17- 36.
- Sousa, A. B. (1980). *A Dança Educativa na Escola: Movimento Educativo- Expressão Corporal – Danza creativa. Vol II. Tomo I*. Lisboa: Básica.
- Stokoe, P. (1993). Expresión Corporal-Danza: Ese lenguaje silenciado. *Revista Topía*, 9, 1.
- Stokoe, P. (1994). *El proceso de la creación en arte*. Buenos Aires: Almagesto.
- Stokoe, P., & Schächter, A. (1994). *La expresión corporal*. Barcelona: Paidós.
- Stokoe, P., & Sirkin, A. (1994). *El proceso de creación en arte*. Buenos Aires: Almagesto.
- Takahashi, H., Matsushima, K., & Kato, T. (2019). The Effectiveness of Dance/Movement Therapy Interventions for Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review. *American Journal of Dance Therapy*, 41(1), 55-74.
- Tercio, D. (1994). As Três Memórias da Dança. *Estudos de Dança*, 7, 16.
- Ulger, K. (2019). Comparing the effects of art education and science education on creative thinking in high school students. *Arts Education Policy Review*, 120(2), 57-79.
- Valverde, T. (2021). Practical implications of the non-linear pedagogy in future physical Education Teachers Training during a body expression session: Towards the edge of chaos. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (40), 231-240.
- 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.
- Wampold, B. E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update. *World Psychiatry*, 14, 270-277.
- Wampold, B. E., & Irmel, Z. E. (2015). *The Great Psychotherapy Debate: The Evidence for What Makes Psychotherapy Work. 2nd EdN*. New York: Routledge.
- Wang, Z. (2022). Modern social dance teaching approaches: Studying creative and communicative components. *Thinking Skills and Creativity*, 43, 100974.
- Wiedenhofer, S., & Koch, S. C. (2017). Active factors in dance/movement therapy: Specifying health effects of non-goal-orientation in movement. *The Arts in Psychotherapy*, 52, 10-23.
- Willem, L. (1985). *La Danse dans L'Education- une Enrichissement ou une Mode? Ludens: ISEF-UTL*.
- Yalom, I. D. (1985). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy. 3rd Edn*. New York: Basic Books.

