



Sistema Rolando Toro

## **TESINA: BIODANZA PARA NIÑOS, UN CAMINO POSIBLE**

**ESCUELA DE BIODANZA CIUDAD DE BUENOS AIRES**

**Directores: Cecilia Luzzi y Carlos García.**

**Alumnas: Georgina Muerza  
Daniela Quintero**



Bodanza para Niños, un camino posible por Georgina Muerza y Daniela Quintero se distribuye bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Está permitida su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el reconocimiento de sus autoras y no haga uso comercial de la obra. Si usted altera, transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo una licencia idéntica a ésta.

*Los niños nos enseñan*  
*A tener la mano siempre extendida,*  
*A ser abiertos,*  
*A ser flexibles,*  
*A romper moldes y prejuicios,*  
*A mirar el mundo a través de sus ojos,*  
*A saltar, a jugar, a reír,*  
*A expresar y soñar,*  
*A construir un mundo nuevo.*  
*Un mundo posible*  
*Lleno de amor y esperanzas.*  
*Gracias a cada niño*  
*Que estuvo en nuestras clases,*  
*A sus padres por acompañarlos y acompañarnos,*  
*En este camino elegido.*  
*Gracias a nuestras familias, amores, amigos*  
*Facilitadores, terapeutas, compañeros,*  
*Y a todos aquellos que con un instante de encuentro,*  
*Transformaron y transforman día a día nuestra vida.*

*Gina y Dani*

<b>ÍNDICE</b>	<b>PÁGINA</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN.</b> .....	3
<b>2. MARCO TEÓRICO.</b> .....	5
2.1. BIODANZA PARA NIÑOS.....	5
2.2. LINEAS DE VIVENCIA.....	6
2.2.1. AFECTIVIDAD.....	6
2.2.2. CREATIVIDAD.....	10
2.2.3. VITALIDAD.....	12
2.2.4. SEXUALIDAD.....	13
2.2.5. TRASCENDENCIA.....	14
2.3. EL JUEGO.....	15
2.4. EL GRUPO.....	16
2.5. ROL DEL FACILITADOR.....	18
<b>3. EXPERIENCIA DE FACILITACION.</b> .....	19
3.1. Centro Cultural Versailles.....	19
3.2. Club Pedro Lozano.....	22
<b>4. SUPERVISIONES.</b> .....	23
<b>5. MATERIAL DE APOYO.</b> .....	31
5.1. Planillas con devoluciones de los padres sobre el proceso de su niño en Biodanza.....	31
5.2. Ejemplos de Clases.....	63
<b>6. REFLEXIÓN.</b> .....	85
<b>7. BIBLIOGRAFÍA.</b> .....	88

*“Según dicen algunas antiguas tradiciones, el árbol de la vida crece al revés. El tronco y las ramas hacia abajo, las raíces hacia arriba. La copa se hunde en la tierra, las raíces miran al cielo. No ofrece sus frutos, sino su origen. No esconde bajo tierra lo más entrañable, lo más vulnerable, sino que lo arriesga a la intemperie: entrega sus raíces, en carne viva, a los vientos del mundo.*

*- Son cosas de la vida – dice el árbol de la vida.”*

*Cuento: “Alma al aire”. Eduardo Galeano*

## **1. INTRODUCCIÓN:**

*“La vida se expande o se contrae en proporción directa a nuestro coraje.”*

*Estela Piperno*

Así como el cuento que inicia nuestro trabajo, donde el árbol de la vida ofrece sus raíces al viento...Nosotras en la búsqueda de nuestro camino para difundir el sistema Biodanza, nos arriesgamos a dar Biodanza para niños; y usamos la palabra “arriesgar”, en el sentido de atrevernos, más allá de las dudas, sobre si lo que aprendimos alcanza, si la teoría que leímos es suficiente, si nos faltan más herramientas; y todos los “peros” que uno pudiera ponerse.

En este trabajo queremos plasmar nuestra experiencia para alentar a otros facilitadores que tuvieron dudas como nosotras a que se animen. Hay mucho por compartir, hay mucho por seguir desarrollando y ampliando en este campo.

Hoy podemos hablar de ello, al habernos animado a transitar nuestras clases, sintiendo y viviendo; que es en la experiencia donde uno puede aplicar y seguir construyendo la teoría.

Donde el aporte de la experiencia de todos los que facilitamos Biodanza para niños, enriquece la red que vamos tejiendo juntos. Nosotras lo sentimos, cuando en nuestro comienzo, Eliana García, una compañera y amiga, nos compartió el trabajo que viene construyendo desde el año 2009, en la facilitación de su grupo de niños. Y al inicio de este año, intercambiando material y vivencias con nuestros amigos y colegas, Stefano Brumat, Florencia Furlotti y Candida, de la ciudad de Fortaleza.

Nos formamos en Biodanza directamente con Cecilia Luzzi, creadora de este sistema, con quien pudimos realizar la instancia de supervisión, mientras desarrollábamos nuestras clases. Su presencia fue muy significativa, dado que sus aportes y sugerencias, ampliaron nuestra mirada y forma de trabajo, constituyendo una herramienta más para nuestro aprendizaje. Ir recorriendo lo teórico desde la práctica, nos permitió a encontrar nuestro estilo de facilitar.

A continuación, haremos un recorrido por los puntos que creemos necesarios reflexionar sobre la teoría y desarrollaremos nuestra experiencia en la facilitación de Biodanza para niños en el Centro Cultural Versalles y el Club Pedro Lozano; sumando los aportes y sugerencias dados por Cecilia y los realizados por nosotras en esta construcción que continúa día a día.

## 2. MARCO TEORICO

### 2.1. BIODANZA PARA NIÑOS

*“El diseño del destino humano se genera durante la infancia, como anticipación de todas las condiciones internas de conexión con la vida. Por esta razón, las vivencias de Biodanza durante la niñez dejan una huella indeleble en el desarrollo de la afectividad y de la creatividad. Pienso que la práctica de Biodanza en niños tiene el más alto rendimiento, no sólo para la vida personal, sino también para la inducción del proceso afectivo y creador en el curso del devenir social.”*

*Rolando Toro Araneda (Prólogo dedicado a Cecilia Luzzi, 1999)*

“Biodanza es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida. Basada en la inducción de vivencias integradoras a través de la música, la danza, el canto y situaciones de comunicación en grupo”. (Rolando Toro)

Como sitúa Cecilia Luzzi, "este sistema aplicado en niños permite la expresión espontánea de su creatividad y afectividad, considerando sus capacidades actuales y su nivel de madurez."

Biodanza crea un ambiente propicio para el desarrollo y despliegue de los potenciales del niño. En los juegos, danzas y el encuentro en grupo, se posibilita a los niños reforzar su identidad y encontrar el goce de vivir.

Este sistema da lugar a que los niños puedan explorar y desarrollar sus potenciales, asumiéndolos y aceptándolos como propios. Crea espacios de diálogo reflexivo, donde cada niño puede expresar lo que piensa de su modo de actuar y del entorno, encontrando ellos mismos una resolución posible, siendo escuchados de manera receptiva por todo el grupo.

Biodanza les muestra otras formas de vincularse con los otros, proponiendo vivencias donde el niño es mirado, escuchado, acariciado, respetado, valorado y cuidado por sus pares.

Este sistema invita a los niños a que propongan desde el movimiento, sus voces y sus deseos: danzas, ejercicios, juegos, canciones y un sinfín de posibilidades que se van desplegando clase a clase. Conectándolos con su capacidad creadora, su confianza y

autoestima. De este modo, biodanza se transforma en un espacio de permiso para los niños, donde pueden simplemente expresar lo que son.

## **2.2. LÍNEAS DE VIVENCIA**

El concepto de “Línea de vivencia” que introdujo Rolando Toro está fundado en que el potencial humano surge y se expresa de diferentes formas.

La teoría de este sistema se basa en cinco líneas: afectividad, vitalidad, creatividad, sexualidad y trascendencia.

Cada una de estas líneas se origina de una protovivencia, es decir, alguna de las primeras manifestaciones del bebé humano al comenzar la vida.

A continuación, desarrollaremos cada línea y verán en los ejemplos, que muchas vivencias se repiten, dado que las mismas se entrecruzan y entrelazan constantemente potenciándose una a la otra.

### **2.2.1. AFECTIVIDAD**

*"El amor es terapéutico por naturaleza. Un individuo en estado de amor favorece el crecimiento de las personas con las cuales se relaciona, pues las pone delante de ellas mismas, aunque se utilicen de mecanismos que dificulten el propio crecimiento."*

*Cardella.*

Esta línea está vinculada a la protovivencia de nutrición y continente amoroso, a la protección y el cuidado sereno y contenedor, la sonrisa y la comunicación con los semejantes.

Luzzi (1999) nos aclara: “En un principio irá íntimamente ligada a la Vitalidad, en los juegos compartidos y situaciones lúdicas. Progresivamente se irá diferenciando, cuando el niño adquiera la capacidad de autodisciplinarse y prestar atención a ejercicios que requieren mayor tranquilidad, concentración y menor despliegue de movimiento.

Activar este potencial consiste en despertar en el niño el respeto cariñoso por el otro, guiarlo a descubrir el valor de la amistad y solidaridad, a desarrollar la iniciativa y la receptividad necesarias para crear vínculos, así como activar sus capacidades de dar y recibir continente.”

Nos ayudó a abrir este canal de desarrollo afectivo, los ejercicios relacionados con:

- Animales: el oso que cuida de sus crías, los elefantes que unen sus trompas, las aves que comparten su vuelo, los perros que se saludan y juegan juntos, los gatos que se miman y acarician, las serpientes que juegan subiéndose unas con otras y se miran encantándose, etc.
- Activación: luego del descanso grupal, caricias para despertarse como “cosquillas”, “lluvia de caricias”, “masajes suavécitos”, “besos”, etc.
- Juegos: “la peluquería” (caricia de cabello), el cofre de los deseos (abrazos, besos, caricias, sonrisas, sueños, etc.), “dar y recibir la flor”, “creación de esculturas a dos”, danza en par, fluidez (encuentro de manos), manchas (árbol, pulpo, estatua, cadena, etc.), “la isla”, “samba de colores”, “Caminar sueltos, dos, tres, cuatro”, etc.
- En uno de los cuentos "Paseo a la playa", los invitamos a ponerse protector solar (autoacariciamiento) y luego ponerle en la espalda al compañero para ayudarlo (caricias de espalda en pares).
- Para desarrollar la identidad grupal a través del afecto, propusimos, por ejemplo en el cuento "Somos una tribu", que se pintaran la cara, sus brazos, sus piernas y entre todos.

### **La función de la ternura:**

“La ternura humana tiene una indudable acción terapéutica. Pero en el vínculo primordial, y antes de llegar a ser una fuerza sanadora, es el nexo que estructura la vida, el continente amoroso que moldea las bases de la identidad.” (Luzzi, 1999)

“Cada vez más, las investigaciones científicas, respaldan el valor terapéutico de la caricia.” (Luzzi, 1999)

Cecilia Luzzi, basada en la observación de sus grupos de Biodanza, considera que el factor renovador y reparador por excelencia lo constituye la caricia con ternura.

Apoyando esta postura tomamos a Michael Balint, quien destaca la importancia del amor primario dado entre la madre y el hijo. Refiere que el contacto tierno, íntimo, con la madre en el primer tiempo de vida, deja una huella de integración y plenitud a lo largo de toda la existencia. Y la ausencia de este contacto amoroso deja una herida en la identidad.

Sumamos el aporte que realiza sobre la importancia del vínculo madre-hijo, a John Bowlby, que hace mención al “apego”, como posibilitador de este vínculo amoroso y su mutua nutrición. Esta interrelación esta dada en función del movimiento, calor, temperatura, mirada, sonidos, contacto, caricias y protección amorosa.

De esta forma, la capacidad de conexión se establece tempranamente y se afianza durante la infancia. A partir de este primer vínculo se desarrolla la función que permite establecer lazos íntimos en las distintas etapas de la vida. Y es en la relación con los padres (o sustitutos), que son quienes brindan contención, protección, consuelo y apoyo, que se estructura la “Base Segura” de una Identidad integrada.

Cuando hay una ruptura en el “amor primario” nos encontramos con una herida, falta o falla, a la cual Balint denomina “Falla Básica”. Explica que esta se extenderá en la estructura psicobiológica del individuo manteniéndose altamente activa toda la vida.

Entre los dos y tres años es el momento en que el niño realiza el proceso de incorporación de las normas del entorno. En esta etapa nos encontramos con padres que suelen aplicar excesivos castigos y amenazas, tratando de “educarlos, adaptarlos” ante la manifestación de desconfort o displacer, por ejemplo, cuando el niño llora con intensidad. Lo que genera en el niño es una especie “de falla geológica”, una ruptura en el continuum de la vida. La cual se agranda cada vez más por no ser sanada con la ternura de quien cumple la función materna. En este caso, lo que interpreta el niño es que la “falla” es propia y trata de resolverlo portándose bien, respondiendo a lo que se espera de él. De esta manera, comienza la “educación” del niño a través de la manipulación afectiva: se obliga a tener un buen comportamiento para ser amado. Generando el agrandamiento gradual de la falla básica y el afianzamiento de una identidad débil.

Otra mirada que aporta a la importancia del afecto y la ternura en la relación madre-hijo, es la investigación de Jean Liedloff que habla del “continuum amoroso”, dado en esta relación, el cual permite un proceso gradual de independización. A este proceso, Rof Carballo, lo denominó “urdimbre afectiva”, considerando que sustenta el desarrollo de la capacidad para entablar relaciones afectivas, armoniosas y pacíficas, con los demás, con uno mismo y con el mundo.

Se suman a estos aportes teóricos, el descubrimiento de la Red Neuronal de la Ternura, la misma interpreta la carga emocional de una caricia, activándose solamente cuando las neuronas perciben amor. Científicamente se comprobó que la carga emotiva depositada en una caricia es registrada por el córtex insular.

Basándonos en lo mencionado anteriormente, en Biodanza tomamos la Afectividad como eje central del proceso de integración de cada individuo, siendo la ternura y la caricia los elementos fundamentales en toda su vida.

Proponiendo la ternura como fuente de la salud original y factor terapéutico de integración. La ternura humana posee la función de resguardo del germen de la vida.

Cuando iniciamos un grupo de Biodanza se establece un nexo afectivo entre las personas, basado en la confianza, profundo respeto y cariño. En este contexto es posible dar y recibir una caricia íntima, confiable, la cual es para las personas reparadora de las heridas profundas de su identidad y a la vez, renovadoras de su energía vital; proceso que en Biodanza llamamos "reparentalización".

### **Contacto y caricias:**

La caricia es un fenómeno afectivo que vincula; la piel es el puente que facilita la comunicación entre los seres. Tocar, acariciar es más que comunicarse, es entrar en conexión profunda con el otro.

La caricia es un acto tan profundo y comparte un grado tan alto de movilización y transformación que es el elemento más efectivo para la inducción de cambios integradores en el sistema Biodanza.

El contacto y las caricias tienen efectos emocionales y viscerales tan integradores sobre procesos orgánicos y psíquicos, que muchas veces un solo abrazo, dado con sinceridad y profundidad, puede desanudar lo que muchos años de terapia verbal no consiguen hacer.

Cuando un ser humano es acariciado, cuando es contenido en los brazos de otro, reestructura su autoestima, cambia la percepción de su corporalidad, se percibe como fuente de placer para otro, capaz de dar, no solo necesitando de recibir, sino recibiendo desde la abundancia afectiva.

La caricia activa, moviliza, transforma y refuerza nuestra identidad; produce efectos sobre emociones y sentimientos:

- Aumento de la autoestima.
- Integración afectivo-sexual.
- Revalorización y amor al propio cuerpo.
- Emociones integradoras: ternura, amor, alegría.
- Capacidad para dar y recibir afecto.
- Amor comunitario. Interés por las actividades que refuerzan los patrones de vínculo.
- Efectos ansiolíticos (descenso del nivel de ansiedad).

En las clases de Biodanza se abre espacio al diálogo, para que los niños puedan expresarse y resolver situaciones de conflicto por propia iniciativa. Para lograrlo les hacemos preguntas en relación a lo ocurrido, a lo que sienten, a lo que piensan, guiándolos de a poco a empatizar con su par, pudiendo ponerse en el lugar del otro y desde ahí encontrar una solución entre ambos. Por ejemplo, en situaciones donde se empujan, lastiman o alguien está triste, al nosotras realizar las preguntas, los niños utilizan como recurso de resolución abrazos, besos, caricias, pedido de perdón, etc.

### **2.2.2. CREATIVIDAD**

Esta línea se desarrolla a partir de los impulsos exploratorios, la curiosidad, las experiencias de malestar y bienestar que motivan cambios en el entorno, el lenguaje y, sobre todo, los impulsos lúdicos.

En las clases de Biodanza buscaremos trabajar esta línea mediante ejercicios donde los niños puedan conectarse con sus propias posibilidades de movimiento y expresión, a través de vivencias y ejercicios como por ejemplo:

- Capacidad de salto
- Ímpetu del movimiento
- Plasticidad: elasticidad integrativa
- Variaciones rítmicas
- Juegos de equilibrio: “surf”, “estatua”, “mancha”
- Fluidez
- Coraje para enfrentar desafíos

- Juego de palmas
- Danza del caballo
- Juego de los nombres
- Trencito
- Túnel creativo
- Danza libre
- Ronda al centro
- Pintar y danzar nuestro nombre
- Liberación del movimiento
- Juego del espejo
- Danza de la semilla y del otoño
- Sonidos con el cuerpo, etc.

En el trabajo con esta línea es importante estar atentos y receptivos a las propuestas de los niños, ya que en el desarrollo de este canal se abre un abanico de infinitas posibilidades. Muchos de los ejercicios que agregamos surgieron de la creatividad de los niños.

### **¿Cuál es la importancia de trabajar la creatividad e imaginación?**

Vigotsky considera que para estimular el desarrollo y crecimiento del niño es importante trabajar la creatividad e imaginación, explicándonos:

*“Los procesos de creación se aprecian en toda su intensidad desde la más temprana infancia”.*

*“Es necesario ampliar la experiencia del niño si queremos crear bases suficientemente solidas para su actividad creadora. Mientras el niño mas haya visto, escuchado y vivido; mientras más conozca, asimile y mayor cantidad de elementos de la realidad tenga en su experiencia, mas importante y productiva, será la actividad de su imaginación, en otras condiciones”.*

*“Hay creación donde quiera que el hombre imagine, combine, transforme y crea algo nuevo, por más pequeño que sea”.*

*“Para el acto de creación es necesario tanto el factor intelectual como el emocional. El sentimiento, al igual que la idea, mueve la creación del hombre. Toda idea se somete a*

*cierta necesidad, aspiración o deseo; o sea, al elemento afectivo. Todo sentimiento (o emoción) debe concentrarse en la idea o imagen que le dé materialización, sistema sin lo cual queda en estado de indeterminación” - dice Ribot -.*

*“La imaginación tiene una función muy importante en la conducta y en el desarrollo del hombre, porque le permite imaginarse aquello que no ha visto”.*

*“Todas las formas de imaginación creadora- dice Ribot- encierran en sí elementos afectivos. Esto quiere decir que todo lo que estructura la fantasía influye recíprocamente sobre nuestros sentimientos, y aunque esa estructura no concuerde de por sí con la realidad, todos los sentimientos que provoca son reales, efectivamente vividos por el hombre.”*

*“El juego del niño no es el recuerdo simple de lo vivido, sino la transformación creadora de las impresiones vividas, la combinación y organización de estas impresiones para la formación de una nueva realidad que responda a las exigencias e inclinaciones del propio niño”.*

### **2.2.3. VITALIDAD**

Esta línea surge de la protovivencia de la libertad de movimiento a partir de las funciones de actividad y reposo, excitación, juego y calma.

La línea de vitalidad abarca gran parte de los ejercicios de la clase, desarrollándose principalmente en el ámbito lúdico. A través de ellos se promoverá la energía, el ímpetu, la actividad y el descanso, además de generar las condiciones de fluidez, elasticidad e integración del movimiento.

Algunos de los ejercicios utilizados son:

- Caminar: lento, rápido, saltando, grande, chiquito.
- Danza de animales: sapo, el caballo, el mono, el canguro, conejo, oso, jirafa, hipopótamo, etc.
- Fluidez (buceo, caminar en el espacio)
- Salto sinérgico
- Ronda Ímpetu vital
- Respiración danzante
- Rondas: armonización, mecimiento, tribal, al centro, etc.

- Segmentarios
- Variaciones rítmicas
- Extensión
- Juegos: la calesita, mancha, samba impar, etc.

## 2.2.4 SEXUALIDAD

Cecilia Luzzi refiere respecto a esta línea, que en el contexto actual no se puede trabajar sobre ella de manera explícita, pero a través de otras vías podríamos influir sobre una futura sexualidad sana, entregando otros elementos.

Esta línea se relaciona con la protovivencia de contacto epidérmico y las primeras sensaciones de placer que producen las caricias afectivas que el bebé recibe de la madre y de su entorno, también durante el amamantamiento, el cuidado, el baño, etc.

En el ser humano la sexualidad está asociada al placer, posiblemente como un recurso de la naturaleza humana para asegurar la continuidad de la especie. Sexualidad y vida están indisolublemente ligadas. Por ser en esencia orientación hacia el placer, está relacionada con las preferencias.

La sexualidad es un modo de ser y de crecer; abarca la totalidad del ser.

En Biodanza para niños preparamos una sexualidad sana para el futuro adulto, a través de vivencias afectivas y de conexión con el placer, para poder intensificar las preferencias y la apertura sensorial y poder disfrutar de los estímulos recibidos. Como por ejemplo: la conexión con su sensibilidad, con el placer de moverse, de descansar, de bailar, el placer y el disfrute de estar juntos, de compartir, con su capacidad de cuidado a sí mismo, al otro y al entorno, con capacidad de dar y recibir y la valorización de la caricia.

Algunos de los ejercicios son:

- Danza en par
- Elasticidad integrativa
- Autoacariciamiento; por ejemplo “nos ponemos protector solar en la playa”
- Segmentarios
- Juegos
- Caricias a 2 ;por ejemplo “juego de la peluquería”

## 2.2.5. TRASCENDENCIA

Sobre la "Línea de Trascendencia" Cecilia Luzzi nos dice: "tampoco habrá acción explícita en esta Línea, se entregará al niño, por diversas vías el respeto por los seres vivos y por el medio ambiente. El niño debe adquirir la noción de solidaridad intraespecie, es decir, ir descubriendo que Afectividad no es solo el cuidado de los amigos, sino la capacidad de vincularse con cualquier ser humano."

Esta línea se desarrolla desde la protovivencia de éxtasis y armonía con el entorno, y es el resultado de la realización plena de las cuatro líneas anteriores.

La trascendencia es conciencia intensificada de sí y del Universo, percepción global y holística, define nuestro lugar en el mundo, la permanente "confirmación en evolución" de lo que somos.

Se refiere a superar la fuerza del ego e ir "más allá" de la autopercepción para identificarse con la unidad de la naturaleza y con la esencia de las personas.

Relacionamos esta línea con el concepto de Rolando Toro de "Inteligencia afectiva" que la define como "la capacidad afectiva de establecer conexiones con la vida y relacionar la identidad personal con la identidad del Universo."

En las clases esta línea la trabajamos en vivencias que inducen la vincularidad, el cuidado, el respeto, la afectividad hacia la naturaleza, los animales y en especial a las demás personas.

Ejemplo de vivencias son:

- Caricias en grupo; por ejemplo fluidez de manos al centro
- Descanso grupal
- Danza de animales
- Juegos; por ejemplo "la isla"
- Ronda de celebración ;por ejemplo "cofre de los deseos, en las fechas de cumpleaños"
- Encuentros
- Rondas

### 2.3. EL JUEGO:

Generalmente el juego, luego de la etapa preescolar, queda excluido y reducido a una simple actividad “recreativa”. En la actualidad la pedagogía tradicional divide “lo serio”, o sea la adquisición del conocimiento, del juego. Perdiendo de foco la importancia y el aporte que el juego tiene en la vida de las personas.

San Agustín afirma que “el juego es eminentemente educativo en la medida en que es el resorte de nuestra curiosidad por el mundo y por la vida, el principio de todo descubrimiento y de toda creación.”

Según Vigotsky, “el juego es la escuela de la vida del niño, lo educa espiritual y físicamente; su importancia es enorme para la formación del carácter y la comprensión del mundo del hombre futuro. El juego podemos analizarlo con la forma primaria de escenificación o dramatización, que se distingue por la valiosa particularidad de que el artista, el espectador, el autor de la pieza, el escenógrafo y el técnico se unen en estos casos en una misma, persona. En el juego la creación del niño tiene carácter de síntesis, su esfera intelectual, emocional y volitiva esta estimulada con la fuerza directa de la vida al mismo tiempo sin tensión excesiva de su psiquis.”

Daniel Calmels nos dice: “En el juego se despliegan sentimientos de amor y hostilidad. En el jugar no sólo se ordenan internamente los sentimientos difícilmente aceptados como propios, sino, y principalmente, se exhibe, se muestran ante diversos espectadores.” Además, plantea que “uno de los fenómenos motivacionales del juego es el interés por encontrar o reencontrar una relación corporal con el otro, en todos los sentidos que el término corporal soporta. Relación que va desde el contacto (de la caricia al golpe), pasando por el placer del movimiento, por el juego de las miradas, por los cambios actitudinales, etc. Tanto en el niño como en el adulto esta necesidad se actualiza con facilidad. Muchos juegos de mano esconden esta necesidad.”

Winnicott al preguntarse por qué juegan los niños, nos responde que:

- lo hacen por placer, ya que les gusta hacerlo, gozan de las experiencias físicas y emocionales del juego;
- lo hacen para expresar agresión: la agresión es parte del niño y no debe ocultarse ni negarse;
- lo hacen para controlar la ansiedad;

- lo hacen para adquirir experiencia, el niño desarrolla su personalidad a través del juego.
- lo hacen para establecer contactos sociales;
- lo hacen para integrar su personalidad y;
- lo hacen para comunicarse con los otros.

Tomando lo expresado anteriormente, el juego prueba la capacidad creadora que significa estar vivo; inicia relaciones emocionales y permite desarrollar el contacto social; tiende a la unificación e integración de la personalidad, ya que establece un vínculo entre la relación del individuo con la realidad personal interna y su relación con la realidad externa o compartida. Es donde se relacionan las ideas con la función corporal. El juego puede ser muy revelador y comunicar en un nivel profundo. "Jugar es un hacer, jugar es fundar un orden".

En nuestras clases de Biodanza el juego tiene un lugar importante, por todo lo expresado y porque el factor lúdico proporciona un detonante energético fundamental: la alegría. El juego nos abre la puerta a trabajar todas las líneas de vivencia. Además, el juego es universal, corresponde a la salud, facilita el crecimiento y conduce a las relaciones del grupo y a la comunicación consigo mismo y con los demás.

## **2.4. EL GRUPO:**

*"Basta tomar conciencia de que estamos todos dentro de una única nave espacial, la tierra, y de que participamos del mismo destino para convencernos de nuestra solidaridad e interdependencia."*

*Leonardo Boff*

Ona Sujoy nos explica: "Cuando tratamos a un niño o a un adolescente tenemos que tener presente que tratamos con un psiquismo en formación: un psiquismo que tiene su origen en la relación con un Otro.

El niño depende absolutamente de otros para poder sobrevivir, para poder desarrollarse. Ese vínculo es el constituyente de una matriz que posibilita el crecimiento psíquico y funda el sostén de su organización.

En esta matriz vincular, como continuación de la matriz biológica, se irán conformando los modos de vinculación con el mundo, en su práctica y experimentación, en su posibilidad de

lograr una identidad, en los despegues sucesivos necesarios en el desarrollo y en la incorporación y transformación de la realidad."

Al decir de Ponciano, "de su despertar a su ocaso, la persona humana es necesariamente un ser de relación. Es en la relación, en el contacto, en el encuentro, que ella se transforma y humaniza".

"Siendo el grupo un lugar apto para el despliegue de los vínculos primarios y secundarios, de lo viejo y de lo nuevo, del mundo imaginario y el mundo real de los objetos nuevos, de lo imposible y lo posible, lo permitido y lo prohibido, la progresión y la regresión" (Sujoy, 1990).

Desde una perspectiva biocéntrica, podemos decir que nacemos con un bagaje increíble de potenciales de amor, de inteligencia, de creatividad, de capacidad de disfrute y de trascendencia, pero para que se manifiesten necesitamos de un medio que favorezca su desarrollo.

En Biodanza este medio se despliega a través del Grupo, que Rolando Toro define como "una matriz de renacimiento que se integra a nivel afectivo", constituyéndose como un espacio fértil para el aprendizaje.

Hablando del proceso de aprendizaje Ponciano escribe: "Aprender está relacionado a una adaptación activa y creativa a la realidad, aprender de lo que es real en una relación rica y mutua entre el sujeto y su ambiente. El grupo es una estructura de interacción, lo que torna una unidad básica de trabajo, de investigación y de cambios. No existe aprendizaje sin cambios."

Biodanza no trabaja en forma individual, es el grupo indispensable para su práctica. Un potente recurso de Biodanza es el encuentro con el otro, porque en el encuentro te encuentras, dice Martín Buber. Las situaciones de encuentro tienen el poder de cambiar profundamente actitudes y formas de relacionamiento humano. El grupo da el soporte necesario a la expresión de la identidad.

Estela Piperno nos aclara: "otro modo de definirlo, es que un grupo es un conjunto de individuos en interacción regulada por acuerdos previos, en un espacio y tiempo dados, y que poseen un objetivo en común que responde a necesidades compartidas."

En nuestro trabajo con niños fue fundamental realizar los "acuerdos de convivencia", que fueron creados colectivamente. En estos acuerdos los niños esbozaron aquellas cosas que

se podían hacer o no en las clases; algunos escribieron, otros dibujaron o pegaron imágenes; de esta forma todos fueron participes y asumieron su compromiso para con el grupo y ellos mismos. Estos acuerdos de convivencia fueron trabajados en sucesivas clases y recordados ante un emergente o incorporación de nuevos compañeros.

En el grupo de Biodanza la cohesión se produce por la base afectiva que lo sustenta, por eso es necesario estimular la afectividad grupal y la capacidad de amarse a sí mismo. Contar con el otro y conmigo mismo. Si bien se genera una interdependencia afectiva entre los integrantes, el trabajo con la identidad permite afirmarse con autonomía y autorregulación.

El grupo enseña a cada persona a llegar a su verdad, partiendo de sus propias dudas y experimentos, a ser humilde delante de la propia grandeza y de la belleza del otro.

## **2.5. EL ROL DEL FACILITADOR:**

Carlos García nos dice: "El facilitador de Biodanza, como todos los seres humanos, está inmerso en la misma dinámica existencial. Más aún, por ser alguien que a través de vivencias intenta estimular el acceso de otras personas a la dinámica de la identidad, no debe estar amarrado a una identidad cosificante y predeterminada."

Ponciano nos aporta: "trabajando con grupo, tenemos permanentemente dos sentimientos: perplejidad e incerteza. El grupo nos sorprende a cada instante. Su motilidad y energía ultrapasan nuestra capacidad de control."

Facilitar el proceso de un grupo es bucear en su misterio, es la total abertura a lo imprevisible. El facilitador debe ser lo más permeable y receptivo posible; es preciso que reconozca lo que es con sus fortalezas, debilidades, y en constante evolución. Para ser más eficiente nuestro proceso de facilitación hemos de pasar siempre por una *metabolización* de los conceptos y esquemas teóricos, haciéndolos propios, incorporándolos, es decir haciéndolos cuerpo. Constituyendo una de las más altas vivencias de aprendizaje.

La relación del facilitador con su grupo, y de los participantes entre sí, es una relación de persona a persona (Hycner, 1997), basada en el amor y respeto mutuo. Eso lleva al aprendizaje de una relación más saludable, favoreciendo los cambios. Ocurren cambios en

todos los tipos de relaciones. Ocurre la transferencia de este aprendizaje para otros medios, además del grupo

Como facilitadoras de Biodanza, sea para niños o adultos, nos proponemos día a día como uno de nuestros desafíos, desarrollar nuestra identidad y, como plantea Carlos García: "que podamos servir de ayuda en el desarrollo de otros y que no la perdamos en pos de algún estereotipo cosificante." Tener una escucha respetuosa, sin interpretaciones, abrir a la posibilidad de expresión en un ámbito acrítico. Estar presentes, perceptivas frente al otro, reconociendo la legitimidad de su presencia, ya que es el respeto por el otro lo que lo califica.

### **3. EXPERIENCIA DE FACILITACIÓN:**

#### **3.1. Centro Cultural Versalles:**

Comenzamos en el Centro Cultural Versalles, que pertenece al Programa Cultural en Barrios del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, a partir de un proyecto aprobado para impartir clases de Danza Afro, que estarían a cargo de la docente Gina Muerza. Esta aprobación posibilitó abrir un espacio para dar clases de Biodanza, dado que el coordinador de la Institución, se interesó por este proyecto debido a que la propuesta estaba orientada a niños, por lo que quedamos a cargo las docentes Gina Muerza y Daniela Quintero.

Las clases se iniciaron en Marzo de 2012. En primera instancia los padres debían inscribir a sus hijos a la actividad, abierta a niños de 4 a 10 años; fue necesario estar presentes para explicar qué era el sistema Biodanza. Algunas de las preguntas que surgieron de los padres, fueron las siguientes: "¿Pueden venir nenes?"; "¿Qué tipo de danza es?"; "¿Qué música se usa?"; "¿Para qué sirve?"; "¿Si se podía probar?". Otra cosa, que motivaba a los padres es que se quedaban sin cupo en las actividades conocidas, entonces se acercaban a preguntar qué era esta actividad.

Finalmente se anotaron muchos chicos, lo que nos sorprendió, por lo cual decidimos dividir el grupo en dos, el primero era de niños de 4 a 6 y, el segundo de 7 a 10 años. La clase era los días viernes, el horario del primer grupo era de 18 a 18.40 hs, y el segundo, de 18.40 a 19.30 hs.

El Centro funciona dentro de un establecimiento escolar, por lo que nuestro salón era un aula, la cual debíamos acondicionar antes de cada clase (correr los bancos, barrer, guardar útiles sueltos, tizas y borrador, juntar comida y objetos perdidos, ventilar el salón), el equipo de música era proporcionado por el Centro; al principio era un radiograbador que no pudimos utilizar; después de varios meses de pedir un equipo y habiendo entendido, la importancia de éste para nuestro trabajo, nos consiguieron uno un poco más moderno, que benefició la calidad del sonido en las clases; ya que usábamos nuestra computadora con sus parlantes. Para nosotras, este no fue un asunto menor porque se nos hacía difícil el traslado del material y además, el sonido no era suficiente para realizar la clase; se escuchaba muy bajo, se acoplaba el sonido, se escuchaban los ruidos de afuera y las voces de los chicos superaban el volumen de la música. Esto nos llevó un tiempo de adaptación y aprendizaje para encontrar la forma de poder trabajar con las condiciones que teníamos.

A continuación relataremos nuestras vivencias y aprendizajes, del proceso de facilitación con ambos grupos. En las primeras clases, para ambos, utilizamos un formato donde desarrollamos una secuencia de ejercicios. Luego, probamos trabajar con cuentos, donde la secuencia de ejercicios y la música seguían y armaban la historia. En ambos casos, el objetivo era el mismo, sólo cambiaba el abordaje.

En nuestra primera clase, invitamos a los padres a participar de la presentación de Biodanza junto a sus niños. Con el primer grupo, lo hicimos al inicio. Esto no nos resultó porque no contemplamos el tiempo que esto nos iba a demandar; algunos niños no se presentaron, haciéndolo sus padres por ellos; a otros niños y padres les costó desapegarse; y no pudimos trabajar con los acuerdos de convivencia con este grupo. Con el segundo, al ver esta situación, decidimos realizar primero la clase y concluida la misma, llamamos a los padres para explicarles qué trabajamos en Biodanza, lo cual nos resultó más conveniente.

En esta clase, también observamos la importancia de utilizar lo que los niños proponen espontáneamente, por ejemplo, si invitamos hacer una ronda (pensándola de pie) y se sientan, tomar esta iniciativa y trabajar en el suelo siguiendo el ritmo de la música con el cuerpo (palmas, pies, etc.). Otro factor importante, es habilitar en el relato un espacio donde cada niño pueda expresar y pedir lo que quiere hacer, lo que le gustó o no de la clase anterior, o contar cómo se siente.

Con el segundo grupo se pautaron claramente los acuerdos de convivencia, construidos en conjunto y reforzados con un pacto de manos al centro de la ronda, gritando un si. Es importante que éstos estén desde la primera clase para seguir reforzándolos cuando sea necesario.

Aquí notamos que en los niños de 7 a 10 años, hacer preguntas y desafiarlos, dándoles lugar a una participación más activa, ayuda a que presten mayor atención.

Dado que dentro de este grupo participaban sobrinos nuestros, observamos que es necesario tener en cuenta los vínculos familiares entre los niños y nosotras, delimitando el apego y la demanda de ellos.

Para trabajar el aprendizaje de los nombres de cada uno en el grupo, propusimos hacer carteles en pares, donde uno decoraba el del otro. Estos carteles fueron utilizados hasta que los niños se aprendieron los nombres de todos.

Con el transcurso de las clases los niños fueron adquiriendo hábitos como por ejemplo, pedir los carteles, dejar las zapatillas fuera del salón, ir al baño antes de comenzar la clase, hacer fila para salir del salón al finalizar la clase, preguntar por los demás compañeros al ausentarse.

El viernes correspondiente a la 4ta clase, no funcionó el equipo de música pero igual pudimos desarrollar ambas clases, las cuales pondremos en anexo aparte.

En la 5ta clase pudimos abrirnos a la propuesta de los niños, corriéndonos del formato que nosotras teníamos preparado, sin dejar de lado el objetivo propuesto para la misma, observando que ellos a su manera exteriorizaron lo que querían hacer o directamente lo pedían. Por ejemplo, en la clase del primer grupo, íbamos a iniciar con una ronda vital, al notar que algunos de ellos estaban cansados y con sueño, les propusimos “vamos a ir despertándonos y estirándonos de a poco”. En el segundo grupo, los chicos pidieron agregar un acuerdo en el afiche, y también, nos dieron ideas de lo que querían hacer: “jugar a la mancha”, “jugar al pirata” y “el cuento de los indios”.

En la 6ta clase no pudimos preparar el salón a tiempo para empezar con el primer grupo, mientras llegaban los chicos, nosotras estábamos barriendo, acomodando los bancos, lo que causó que se dispersaran dibujando en el pizarrón. Esto dificultó el desarrollo de la clase porque no pudimos delimitar el uso del pizarrón, los chicos volvían a dibujar luego de cada ejercicio. En el segundo grupo, festejamos el cumpleaños de una de las nenas, invitándolos en ronda a cantar y regalarle un deseo, surgieron: “Que seas feliz”, “Que juegues mucho”, “Que se divierta”, “Que disfrute”, “Que baile”, “Que la pases bien”... También se generó, que los chicos a partir de la propuesta de jugar a la mancha, inventaron la misma y sus reglas, proponiendo: “la mancha carpa”, en la cual nosotras éramos “las carpas” (refugio) donde ellos podían salvarse. En la ronda final, los niños inventaron la

siguiente canción: “Indiecitos en acción, po, po, pooo”, dado que el cuento que trabajamos fue sobre “Los indígenas”.

### **3.1. Club Social y Deportivo Pedro Lozano:**

Al cerrar el ciclo en el Centro Cultural, decidimos buscar un nuevo espacio donde dispusiéramos de disponibilidad horaria y continuidad en los días; ya que en este Centro, el espacio se cerraba por distintas razones (desinfección, paros, etc.) lo cual nos perjudicó en lograr la regularidad del grupo.

Encontramos un salón dentro de un club de fútbol, en el barrio de Devoto, cuya única actividad mixta es Capoeira.

Comenzamos a difundir las clases, en principio pensadas para niños de 6 a 10 años de edad. En respuesta a la convocatoria se acercaban madres, consultando por niños desde los 4 años. Así fue como conformamos un grupo entre 4 a 8 años de edad.

A continuación, queremos compartir situaciones que nos dieron lugar a distintos aprendizajes:

Durante el primer mes, dentro del grupo, había dos niños que eran primos, empezamos a observar que uno de ellos durante la clase, aunque se motivaba por los ejercicios, había instantes que miraba por la ventana. Comenzamos a trabajar a través del diálogo: la motivación de venir a las clases, qué les gustaba hacer, etc. De estas charlas, surgió que el nene expresara que en su casa se burlaban de él, sus hermanos y su papá porque hacía Biodanza. Hablamos de este tema con la madre, la cual nos expresó que ya lo habían hablado entre todos y que se tenía que respetar lo que cada uno elegía hacer. Le comentamos que haríamos una clase donde participarían los padres y le propusimos que vinieran ambos.

El día de la clase vinieron la madre, el padre y la abuela, ésta última acompañaba a su primo. El padre se quedó apartado, sin participar de la clase, pese a nuestra invitación en varios momentos. Esto condicionó la participación tanto del niño, como de la madre y la abuela, quienes en un momento se quedaron paradas al lado de él. A mitad de la clase el padre se retiró y a partir de ese momento, se sumaron la madre y la abuela a realizar los ejercicios, participando activamente. A partir de la clase siguiente, dejaron de asistir ambos niños. Mediante comunicación telefónica, la madre nos expresó “que su hijo no quería venir

más porque había pocos chicos y se sentía torpe con los movimientos; y al no venir él, su primo dijo que solo no quería seguir”.

Esto nos llevó a reflexionar sobre no forzar la participación de los padres cuando vemos que oponen resistencia; a centrar la atención de nuestro trabajo con los niños; y a realizar las invitaciones futuras, abriendo el espacio de la clase a los adultos que desean acompañarlos desde su deseo.

También nos está ocurriendo que al llamar por las clases, las madres nos consultan si hay niños en el grupo, cuando le informamos que todavía no concurren, deciden directamente no traerlos a probar (algunos expresan que por el nombre Biodanza piensan que es para niñas; otras que porque los papás no quieren que sus niños concurren a una actividad donde solo haya niñas, etc.). Esto nos lleva a pensar la posibilidad de armar para el año que viene la actividad con un nombre diferente, proponiéndolo como Taller; haber si de esa manera logramos se acerquen tanto niñas como niños.

Actualmente el grupo se conforma por 9 niñas, de entre 4 y 8 años, con una regularidad en su participación.

#### **4. SUPERVISIONES:**

Quisimos colocar este tema como un apartado, dado la importancia que tuvo en nuestro aprendizaje la supervisión de Cecilia Luzzi en nuestras clases, ya que sus aportes y sugerencias hicieron que nuestra mirada y postura dieran cambios significativos en nuestro modo de facilitar. A su vez, contar con una mirada externa ayudó ampliar nuestra propia mirada sobre los niños y nosotras mismas.

A continuación, mencionaremos las devoluciones recibidas por Cecilia, en una primera instancia sobre las anotaciones de nuestras propias observaciones durante 4 clases del inicio; luego de las 8 clases supervisadas, que fueron en un continuo, lo que nos permitió que cada sugerencia pudiera ser aplicada en la siguiente clase.

## **Anotaciones:**

### **1ª Clase:**

- Utilizar la palabra en situaciones simples, como por ejemplo: que los niños digan qué animal les gusta, verificando que todos se manifiesten.
- Crear situaciones de autodisciplina.
- En los niños de 4 a 6 años, se pueden utilizar juegos imitativos y ejercicios que sigan un modelo como “seguir al compañero de adelante” o “juegos de equilibrio”.
- En la facilitación a dos, debe estar pautado la entrada y salida de cada una para que se desarrolle con fluidez.
- Al hacer rondas pedir inmediatamente que se suelten de las manos para evitar tironeo.
- Utilizar tonos variables de la voz y hacer misterio con el ejercicio siguiente para captar la atención de los niños. Explicándoles que hay momentos para prestar atención y momentos para hacer los ejercicios, ambos son importantes porque sino se escucha la consigna cuesta jugar.
- En la clase la música diversifica los ritmos; los juegos se suceden unos tras otros sin pausa.
- En un principio la música se lanza como estímulo, en un segundo estadio, de “Integración Sensitiva”, habrá énfasis en escuchar la música.
- Cuando se trabaja con los acuerdos, se puede decir que: “en la clase están los que quieren estar”.

### **4ª Clase:**

- Prestar atención al uso del lenguaje disociado, por ejemplo, no decir “tu cuerpo”, sino “tú” o “vos”.
- Es un buen recurso el hacer a los niños protagonistas cuando dispersan su energía en forma destructiva.
- Considerar el factor tiempo para el desarrollo de los objetivos, evitando la ansiedad de querer cumplirlos; yendo sin prisa y sin pausa.
- No es adecuado sugerir el abrazo, al menos en el primer tiempo.
- El sinergismo al caminar es un automatismo. No puede reforzarse por una vía voluntaria ni a través de una consigna, simplemente se muestra sin mencionar,

generando imitación del movimiento. Esta es la gran utilidad de la portentosa capacidad de imitación que poseen los niños.

- Es importante escuchar las propuestas de los niños, dosificándolas, poniendo un límite (sano, no opresivo) que dé cuenta de la dinámica propuesta por los facilitadores.

#### **5ª Clase:**

- Es pertinente trabajar el factor afectivo en relación a los animales.
- En el juego de la isla, de manera espontánea, los niños se agruparon abrazándose para que ninguno quedara afuera. Este ejemplo confirma que el abrazo puede surgir con espontaneidad.
- En el momento de activar luego del descanso, nosotras dijimos “vamos a ir despertando las partes del cuerpo”. En esta consigna la marcación fue tener mucho cuidado y prestar atención a lo que decimos porque es gravísimo reforzar la disociación, que es la matriz de toda la patología cultural.

#### **6ª Clase:**

- En el primer grupo una de las niñas estaba muy angustiada, no paraba de llorar y pedía irse con la tía. Al comunicarnos con su familia, nos enteramos que su mamá estaba internada para tener a su hermano, no pudiéndola venir a buscar nadie. Ante esta situación, mientras una continuaba con la clase, la otra pudo dedicarse a darle la contención que necesitaba en ese momento, sosteniéndola en brazos, abriendo el espacio para que ella pudiera expresar como se sentía. Cecilia pauta que es importante brindar la contención a un niño en momentos en que su mundo cambia.
- Nos propuso ejercitar el lenguaje integrador, ya que al momento de proponer un ejercicio dijimos “ponerse crema por todo el cuerpo”. Este estímulo es precioso pero “poner una caricia en el cuerpo” es un mensaje de estímulo a la cosificación. La palabra estructura nuestra realidad, por eso es tan importante cómo la utilizamos.
- Respecto a lo que mencionamos en el uso del pizarrón, nos sugirió delimitar su uso a un momento preciso de la clase.
- En el ejercicio de “dar y recibir lo que encontramos en el tesoro”, Cecilia nos propuso como otro recurso, utilizar “la cajita o baúl”, de donde se saca un mimo o caricia (si ya es posible utilizar el término) que se entrega al compañero.

## Clases supervisadas:

### 13ª Clase:

- Reducir el tiempo de duración de los ejercicios, a 1 minuto, en los niños de 3 a 6 años, a fin de evitar su dispersión.
- Al mostrar un ejercicio, no ensimismarse en la demostración sino mantener la atención.
- Generar espacios donde cada niño pueda dialogar. Es importante tomarse el tiempo para escucharlos, dejándolos que se expresen, si es necesario hacer una ronda y sentarse para dar lugar a esto, abriendo el diálogo con preguntas como: “¿Cómo se sienten?”, “¿Qué necesitan?”, “¿Qué les gusta?”, “¿Qué les pasa?”, “¿Cómo están?”, “¿Nos gusta ser escuchados?”, “¿Cómo hacemos para escuchar?”, “Si a todos nos gusta que nos escuchen, ¿vos sabes escuchar?”, etc.
- Comprender que uno no cambia a los niños, pero puede introducir variables importantes para el resto de su vida.
- No perder de vista los objetivos que propone el sistema Biodanza:
  - Valorizar la emoción;
  - Valorizar el vínculo;
  - Valorizar la solidaridad;
  - Entender que ellos son su movimiento (todo lo que hagan son ellos en movimiento);
  - Reforzar la integración de la motricidad;
  - Dar elementos para superar la disociación cuerpo-mente.
  - Reconocimiento de su potencial;
  - Aprender a disfrutar sin culpa.
- Siempre la clase tiene que tener elementos que aporten al desarrollo y la integración del niño y su valorización.
- Respetar los tiempos, las etapas y desarrollo del niño, estimulando a que se vayan cumpliendo correspondientemente.
- Es importante prestar atención al uso de la voz, su tono, su ritmo, su matiz. Hablar claro y pausado, considerando que los cambios de tonalidad se van a dar naturalmente durante la clase.
- Los ejercicios basta que sean activos, no es necesario darles demasiado vértigo. Si la clase es muy dinámica se desmotivan, creen que es un desorden y no se dan cuenta que hay una estructura. Es importante dar pausas y tiempos para generar en

la clase momentos de atención y otros de acción, como por ejemplo: “Ahora vamos a escuchar la consigna y hacer...”.

- Entre cada ejercicio reagruparlos y ordenarlos (ronda) para que los niños comienzan a tener la noción de grupo.
- Introducir el reposo con ejercicios pausados para que tengan la noción que el descansar también es un acto placentero, no una pérdida de tiempo.

### **15ª Clase**

- Si un niño desvía la atención de los compañeros, sin atender a las propuestas, proponer ejercicios para que pasen al centro de la ronda.
- Uno de los aspectos a trabajar en nuestro rol de facilitador fue la puesta de límites, a lo que Cecilia nos pauto y aclaró lo siguiente sobre este tema:
- El límite no es solamente un acto de imposición o de violencia. El límite es un estímulo saludable para el niño, por lo que es necesario que esté presente en todas las clases. El límite es estructura. Si falta, le genera falta de referencia y lo hace sentir perdido. Debemos dar al niño un límite coherente, que le permita respetar ciertas pautas para poder accionar en conjunto.
- El límite va cambiando en las diferentes etapas de la vida:
  - Amoroso-contenedor.
  - El sí y el no / Puedes – No puedes
  - Debes – No debes
  - Límite más definido, más firme (en la medida que crecen)

El límite coherente no es el coercitivo, de amenaza, sino el que refuerza la noción de responsabilidad.

- Si bien todos los ejercicios van a ser integradores y van a estar dentro de lo que a ellos les gusta, el facilitador pondrá límites, delimitando lo que se va a hacer, teniendo en claro que ofrecer un espacio en cual hagan lo que les gusta no implica dejar en abierto las opciones. Si ellos deciden en cada momento, se fomenta el capricho. Algunas propuestas de los niños se pueden aceptar en el momento,

cuando son variantes de lo que ya se ha propuesto. Cosas muy diferentes se pueden recibir como ideas para realizar en otras clases.

- Es importante generar el diálogo en la clase. Ante las preguntas en las que responden todos juntos, aprovechar para estimular que hablen de a uno. Señalar que en la clase hay un momento en el que hablamos y otro en que no hablamos, para poder escuchar.
- Valorizar todo lo que tiene que ver con el afecto y las relaciones. De esta manera sienten que el mundo emocional, afectivo y familiar tienen relación con la clase. (En la clase uno de los niños habló de su hermanito, abriendo el juego para que todos contaran si tenían hermanos, lo cual los animó y todos participaron).
- Es adecuado utilizar otros recursos como por ejemplo, dibujar algo referente a lo vivenciado en la clase, pautar con ellos si lo quieren llevar o dejar, dándole valor a su creación.
- Tener siempre a mano músicas y ejercicios de su gusto, para intervenir en ocasiones en que no desean salir de un ejercicio.
- En una situación de diálogo, uno de los niños interrumpe todo el tiempo, queriendo hablar de otros temas. Poner límite, delimitando el tema y dando el espacio a cada niño.
- Al terminar la vivencia de descanso grupal, los niños querían seguir acostados. Cambiar el tono de la voz para marcar un límite. Desde la misma historia propuesta, despertar el interés a nuevos movimientos a partir del suelo, como por ejemplo: “Solamente podemos salir por ese espacio chiquito. Solamente lo podremos hacer reptando y pasando de a uno. Luego, ir elevándose de a poco; luego saltar... y unirse todos para celebrar”.
- Incluir instancias de descanso que sean en movimiento (les proponemos estar parados en un tronco entre la orilla y el agua para generar movimientos ondulantes, lentos, de equilibrio...).
- En cada clase plantearse objetivos de integración del movimiento: agilidad, elasticidad, fluidez, atención y disciplina, creatividad, acción y reposo; y objetivos de aspectos éticos: solidaridad, respeto, cuidado, etc.

## 23ª Clase

- Cuando un niño refiere que un compañero lo molesta, abrir el diálogo, para que asuma cada uno lo que hace, y la respuesta de su compañero. Sugerir ¿qué podemos hacer? Dar lugar a que ellos se respondan. Aclarada la situación, puede lanzarse otra pregunta: ¿Qué enseñanza nos queda? Y si tiene cabida, el comentario: las cosas que nos suceden no son negativas, si sabemos aprovecharlas para entender a los compañeros y aprender.

- Para lograr la atención de los niños si se encuentran hablando, nos sugiere preguntarles:

¿Te gusta que te escuchen cuando hablas? Remarcar la conclusión: “A todos nos gusta ser escuchados”.

¿Puedo escuchar si estoy hablando?

- En situaciones emergentes seguir la siguiente dinámica: parar-resolver-continuar.
- En el relato de vivencia es importante realizar preguntas que refieran a lo vivido en la clase anterior y a la presencia de sus compañeros: “¿A dónde fuimos?, ¿Quiénes estábamos?; ¿Quiénes faltaron?”, etc., reforzando la noción de grupo.
- Cuando se vean signos de inhibición en algunos de los niños, respetar sus tiempos. Es muy probable que sientan que exhibirse es algo malo. Al proponer ejercicios al centro de la ronda, valorar positivamente el hecho de mostrarse.

## 24ª Clase

- Realizar propuestas puntuales para mantener la atención, con actitud firme.
- Aprovechar la iniciativa afectiva de los niños cuando proponen por ejemplo: un abrazo, saludarse.

## 27ª Clase

En la clase anterior a ésta los niños habían pedido hacer la danza del tigre, pero añadiendo comentarios como “este animal es malo, lástima”. Entonces, nos preguntamos cómo trabajar

esta danza para mostrar a los niños otros rasgos del tigre, por lo cual le consultamos a Cecilia cómo hacerlo. Nos respondió lo siguiente:

- “Conviene hacer el Tigre en el contexto de otros animales. Pueden comentar al inicio de la clase las características de los animales: cómo las madres los cuidan con ternura, cómo a algunos dan ganas de acariciarlos, etc. (diciendo de paso que también nosotros sabemos cuidar y que nos gusta que nos cuiden y nos den mimos). Agregar que los animales son fuertes y saben cuidarse (mostrar que también nosotros somos fuertes). Pueden hacer entonces algunos animales que demuestren cariño para luego invitar hacer el tigre, con el cual “vamos a demostrar a los compañeros que también somos fuertes”.

Se hacen los distintos pasos (cada característica se va integrando sin dejar la anterior): caminar firme, con elasticidad, con sigilo (sin hacer ruido, muy silencioso), con alerta (mirando para todos lados mientras se camina), con garras y dientes apretados, mirándose con firmeza. Hasta ahí están todos haciéndolo al unísono. Se pide entonces que se pongan en ronda y dos tigres van al centro para enfrentarse. Se van a mirar, mostrando la fuerza al otro tigre (expresando con la mirada: “tengo fuerza”, “no tengo miedo”). Se van acercar y alejar, sin arañarse ni hacerse daño: lo importante es *sentirse fuerte* y no *hacer daño al otro*. Con los niños más pequeños no hace falta hacer enfrentamiento en pares; sí con los más grandes.

Lo muestran con algún niño, sin sonreír, concentradas pero sin apabullarlos.”

- Generar espacios para el diálogo entre algunos ejercicios, no podar el habla. Dejar que hablen como parte de la clase no enfría la secuencia vivencial. “Por ejemplo: si trabajamos animales, abrir el diálogo con preguntas como: ¿Qué animal te gusta?, ¿Cómo es ese animal?, ¿Por qué te gusta? Establecer la pauta de escuchar mientras el compañero habla.

Nuestro deseo es que estas devoluciones hechas a nuestro trabajo y nuestras propias anotaciones, sean útiles a aquellos que se inician en este rol. Y a su vez, a los que ya se desempeñan, sea una invitación a reflexionar y repensar constantemente: desde qué lugar, con qué mirada, con qué postura ética e ideológica facilito, qué herramientas utilizamos, si usamos un lenguaje integrado, si estamos abiertos y flexibles a nuevas propuestas, es decir, si somos autocríticos.

## 5. MATERIAL DE APOYO

### 5.1. Planillas con devoluciones de los padres sobre el proceso de su niño en Biodanza

\* Centro Cultural Versailles, año 2012:

Niña  
de  
5 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?  
si
- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?  
si: hablo mucho del grupo
- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?  
si. le encanta
- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?  
contenta
- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).  
le ayudo mucho a expresarse.

Expresión de emociones

## Expresión de afecto

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

cuando no le gusta algo lo expresa

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

si -

se lleva mejor con sus pares  
es mas explicativa

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

la verdad no paran nunca

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

si tienen más cosas para inventar  
mas creación

- ¿Busca momentos para descansar?

muy pocos

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

la verdad lo q' más gusta  
es q' se expresa mejor

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

en general siempre es buena

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

tienen mucha mejor relación

**Comentarios o sugerencias que quieran aportar:**

sigan adelante q' lo hacen  
muy bien felicidades

Niño  
de  
8 años

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/a:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si -

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si ya yo le pregunto - Del grupo no -

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

- Felices, Alegres...

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones si muchas! está más curioso

Expresión de afecto mas cariñoso

? Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no) peca -  
• el c/ el resto o yo c/ el??

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Si, mucha

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

Si

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

Si ahora impone mas su opinión y expresa x si solo -

- ¿Busca momentos para descansar?

Si

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

Como positivo los mas confianza en si mismo

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

Desde lo afectivo se expresa mucho mas con besos y abrazos -

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Si, como q ahora ocupa "su voz" un lugar -

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

Primero antes q nada agradecerles por este año hermoso compartido a la dos en el q hemos disfrutado juntos a pesar del esfuerzo a' a veces provoca pl un viernes 19hs pero cuando salen de ahí pareciera q recuperaron la energía. Gracias y por mucho mas juntos!!!

NIÑA  
de  
5 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija: "COMIENZO EN EL 2DO CICLO."

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza? NO EL DÍA DE LA SEMANA.  
PERO ME PREGUNTA: ¿CUANDO VUELVO A BAILAR CON LOS SEÑOS?
- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?  
SÍ, ~~RECUERDA~~ CUENTA LO QUE HICIERON, O SI  
IMITARON RUIDOS DE AVIALETCOPIA EN CASA.  
DE LOS CHICOS. NO HABLA TANTO!
- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?  
SÍ LE GUSTA MUCHO; SE ABURRÍA CUANDO NO HAY  
CLASES.
- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?  
MUY CONTENTA, ENTUSIASMADA. COMO GANAS DE MÁS.
- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

#### Expresión de emociones

SIEMPRE QUE TIENE MUCHA MÁS TOLERANCIA;  
CUANDO SE TRATA DE JUEGO EN GRUPO;  
AH DISTINGUIÓ LAS REGLAS Y LA IMPACIENCIA.  
ANTES TENDÍA A AISLARSE Y JUGAR SOLA.

Expresión de afecto

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar) ESTA MAS SOCIABLES, DISMINUYO EL MIEDO A CONVARO, TANTO A GRUPOS COMO A ACTIVIDADES.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

- Puede ser, incorpora objetos nuevos a sus juegos.

- ¿Busca momentos para descansar?

Solo cuando imita lo que hace en la clase

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

• POSITIVO: EN EL SENTIDO DE PERTENENCIA Y DE INCLUSIÓN. - |

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

• TENGO LA SENSACION DE QUE APRENDIO A ESPERAR Y RESPETAR EL TURNO DEZ OTRO.

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

ES MUCHO MAS FLEXIBLE CUANDO TIENE POR ALGÚN MOTIVO QUE RELACIONARSE CON OTROS CHICOS -

**Comentarios o sugerencias que quieran aportar:**

Está muy bueno que existan estos espacios para los chicos, personalmente siento que han ayudado a Ariana ya que ella tiene dificultades para relacionarse y compartir con pares.

Muchas gracias a los profes.

NIÑA  
de  
5 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si. DEZ GRUPO MUCHO NO CUENTA.

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

CONTENTA.

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

Expresión de afecto

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)
- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?  
*ESCA PARTICULARMENTE ATRA LA MUSICA.*
- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?
- ¿Busca momentos para descansar?
- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?
- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?
- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

*SIGAN ADELANTE !!*

*Jhony (momo')*  
*¡Feliz Año 2013!*  
*¡Gracias!*

NIÑA  
de  
8 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

Contenta

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

Expresión de afecto

ES MUY EXPRESIVA

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

SIEMPRE HACE SABER LO QUE LE MOLESTA

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

SI NOTAMOS MAS RELACION CON SUS PARES

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

SI MUCHA

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

SI

- ¿Busca momentos para descansar?

NO

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

—

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

SI CAMBIO MUCHO

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

SI

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

Niña  
de  
6 años

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

SÍ

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

A veces, yo le pregunto, o canta canciones que son de la clase de Bio

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

SÍ,

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

"EUFORIA" con ganas de seguir jugando.

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

SÍ, SIEMPRE DEMUESTRA SUS EMOCIONES YA SEAN DE ALEGRIA, ENOJO O TRISTEZA

Expresión de afecto

SI, ES MUY DEMOSTRATIVO Y CARINIOSA, APARTE DE DEMOSTRARLO BUSCA EL AFECTO DE LA OTRA PERSONA  
Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

SI, EN TODO MOMENTO YA SEA CON LOS ADULTOS COMO CON SUS PADRES.

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

SI, ES MUY SOCIALIZABLE, SOBRE TODO CON LOS NIÑOS, CON LOS ADULTOS CON LOS CUALES, NO TIENE MUCHA CONFIANZA ES MÁS TÍMIDA, QUE CON LOS QUE SI LA TIENE

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

SI, PUEDE SER, IGUAL SIEMPRE TUVO UN BUEN ESTADO VITAL.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

SI, AHORA ESTA MUCHO MÁS CREATIVA, YA SEA CON LAS PRODUCCIONES PLÁSTICAS, DRAMATIZACIONES

- ¿Busca momentos para descansar?

SI, CUANDO ESTA CANSADA SE VA A SU CAMA O SE ACUESTA EN EL SILLÓN HASTA QUE SE DUERME

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

UN ASPECTO MÁS POSITIVO, ES QUE LA VEMOS MÁS DESEMPEÑADA, CON TODO, CON SUS MOVIMIENTOS, COMO CON SUS EMOCIONES

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

NO, CREO QUE NO.

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

CON SUS PADRES, LA RELACION, FUE MUY BUENA. (SIEMPRE), AUNQUE A VECES, SE DICE SER TÍMIDA.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

No.

NIÑA  
de  
7 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

¡SI! NUNCA LO OLVIDA

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

SI - LE ENCANTA - SALE MUY ENTUSIASMADA

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

SI! ESPERA SIEMPRE EL DÍA. Incluso me pidió + días.

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

ALEGRÍA - EXCITACIÓN -

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

LO QUE MÁS ME GUSTA ES EL ENTUSIASMO, YA QUE MARTINA TIENDE A DEJAR LAS ACTIVIDADES, PORQUE SEGÚN ELLA O LA AISLAN, O SE ABURRE, O LA TRATAN MAL.

Expresión de afecto

SI

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

SI

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

TIENE PODER DECISION,

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

SI-

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

SI- ESTA EN UNA ETAPA DE CREAR CUENTOS,

- ¿Busca momentos para descansar?

NO!

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

POSITIVO = EL ENTUSIASMO

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

NO!

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

SI- PERO TODA VEZ SEA X SU ETAPA, ES COMO QUE SE HACE RESPETAR. ELLA TENIA UN PROBLE

**Comentarios o sugerencias que quieran aportar:**

NA DE SUBISIÓN - Y SU ÚNICA HERRAMIENTA ERA LLORAR, AHORA ES COMO QUE CONTESTA RESPONDE.

Niña  
de  
6 años

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza? *Si, siempre está pendiente*
- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?  
*No cuenta muchos.*
- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?  
*Si le encanta*
- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?  
*Se ve entusiasmada, contenta*
- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

*Es muy expresiva siempre comparte sus emociones*

Expresión de afecto

Es muy afectuoso y demostrativo

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

Sabe bien lo que quiere y lo demuestra

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Este muy tolerante, respeta un poco más el espacio del otro.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

Siempre fue muy vital, pero ahora controla más en algunos momentos y se adecua a la situación.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

No

- ¿Busca momentos para descansar?

Si

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

Creo que en todo ha sido muy positivo, él sabe que es su espacio.

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

No

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Se vincula mejor.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

NINIA  
de  
5 AÑOS

resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si \_

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si así yo le pregunto. Del grupo no

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

gustoza

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

porque fue muy cohibido siempre  
pero lo bueno es que con el crecimiento eso no  
cambió a tal vez podría haberse modificado  
x causas ajenas \_

Expresión de afecto *muchas!*

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)?

*A mi hijo ella ... me cuesta.*

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

*No siempre fue buena su relación*

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

*No se cansa nunca ... por Dios!!!*

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

*Esta mucho más perfeccionista en sus trabajos*

- ¿Busca momentos para descansar?

*No*

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

*Lo positivo de esto es que, gracias a Alan, more pudo integrarse y aprender con ustedes.*

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

*Expresa cada cosa sucedida, si bien hablar siempre mucho ... ahora lo hace desde otro lugar.*

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

*No ella es muy cariñosa c/ sus amigos ...*

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

*En este caso comentables a los meses el viernes 16/11 al sobre que ya terminaba este año bidanza se pusieron, los dos, muy eufóricos pidiendo que continuen*

*Todo lo ves muy positivo! Gracias "Amigo"  
Gracias "Gina"*

NINA  
de  
7 años

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si, le pregunto y me cuenta

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

Alegre /vital

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Ha perdido timidez a la hora de expresar una emoción en publico..

Generalmente, viajamos 20 minutos hasta casa y viene cantando todo el viaje se la nota muy alegre ...

Expresión de afecto

Valentina es una niña muy afectiva,

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

Si

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Si...Se vincula con los demás niños sin importar lo que halla para jugar, por ejemplo con lo mas simple..

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

Si esta mas vital y alegre

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

Si

- ¿Busca momentos para descansar?

Si

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

Apertura con los demás ....

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

Si

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Mas apertura , se vincula a través de cosas mas simples...

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

NIÑA  
de  
9 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?  
Si
  - ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?  
Si cuenta mucho lo q' hacen en clase y me muestra
  - ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?  
Si, le gusta muchísimo
  - ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?  
contenta
  - ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).  
más abierta al expresarse era muy tímida.
- Expresión de emociones

Expresión de afecto

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

si, lo expresa notoriamente

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

si, es muy conversadora

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

si, nunca se cansa

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

inventa en todo momento

- ¿Busca momentos para descansar?

si, cuando pinta

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

todo positivo, le hizo muy bien asistir al curso

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

es muy buena se expresa con facilidad

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

es muy afectiva.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

sigan adelante felicidades  
hicieron muy buen trabajo.

\* Club Pedro Lozano, año 2013:

NIÑA de 4 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza? SÍ, SIEMPRE.
- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?  
Nos cuenta qué le regalaban a los amigos en sus cumpleaños, nos muestra cómo bailar, qué hacen.
- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?  
Va muy contenta. Incluso cuando tuvo que faltar, nos preguntaba cada semana cuánto faltaba para volver.
- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?  
Vuelve a casa muy contenta, alegre y con paz.
- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).  
Expresión de emociones Anita logra expresar lo que siente sin dificultades

Expresión de afecto: Abrazo mucho y acaricia.

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no) Cuando no le gusta el modo con el que se le habla nos dice: "no hace falta que me lo digas así"

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)
- Habla mucho, pregunta y expresa lo que siente.
- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad? Ella siempre fue muy activa, baila todo el tiempo y sus movimientos creemos que tienen que ver con lo que hacen en el encuentro.
- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?
- No sabría decirlo, en cosa siempre se mostró creativa. Tal vez vemos que comparte mucho más lo que desea mostrar.
- ¿Busca momentos para descansar?
- Sí, generalmente la siesta.

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?
- Expresa el valor de un alnozo o "la caja llena de mariposas"... ante lo material.

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?
- Sumamente dulce y afectuosa.

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?
- Con los niños no pelea, trata de mediar en situaciones de conflictos.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

• El año pasado nuestro hijo Santiago sufrió un accidente grave y estuvo dos meses internado. Añite no pudo verlo durante todo ese tiempo, habiendo estado presente cuando su hermano se prendió fuego. Momentos durísimos que Añite transitó "como una reina". Nos estamos recomodando, gracias a Dios Santiago está mucho mejor. Este espacio le permitió a Añite conectarse con otra energía, y creemos que colaboró mucho y lo hace aún, para superar el trauma del accidente.

NIÑA  
de  
5 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

SI

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

ME DICE ALGUNA FRASE DE ALGO QUE LE GUSTO MUCHO EJEMPLO: HOY VUJAMOS A TAL LADO Y LA SEÑORANI CUMPLIO SU SUEÑO, ETC. ) SIEMPRE ALGO QUE LE GUSTO ME CUENTA.

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

LE ENCANTA IR, ES LA ACTIVIDAD QUE MAS LE GUSTA.

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

SALE FELIZ, MUY ESTIMULADA CON GANAS DE HACER COSAS POR SI MISMA (BANARSE SOLA, COCINARSE AYUDANDO A PREPARARSE SU COMIDA, ETC) Y SALE MUY FELIZ CANTANDO POR LO GRAL. Y LE DURA HORAS ESA ALEGRÍA.

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones ESTA MUY EXPRESIVA, LA ALEGRÍA EL ENOJO, TODOS LOS SENTIMIENTOS LOS EXPRESA ABIERAMENTE

Expresión de afecto **LO EXPRESA CONTINUAMENTE DICIENDO LO QUE SIENTE, TE AMO, TE QUIERO, AMO A MI FAMILIA Y A PARAZOS.**

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)  
**EMPEZO A PONER LIMITES CON FIRMEZA, POR EJEMPLO DICIENDO SERIAMENTE SI ALGO NO LE GUSTA.**

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar) **SE INTEGRA MUCHO MAS CON SUS PADRES, ESTA MENOS VERGÜEZOSA Y ULTIMAMENTE A VECES ES CUA LA QUE PROPONE JUEGOS EN EL GRUPO O LO QUIERE GUITAR, ESO ANTES NO PASABA.**
- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?  
**SI SE LA VE MAS VITAL, ESTIMULADA Y FELIZ.**

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?  
**SI, MUY ESTIMULADA, SIEMPRE FUE CREATIVA PERO AHORA MAS.**

- ¿Busca momentos para descansar?  
**SI**

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?  
**TODO ES POSITIVO, HASTA LA MAESTRA DEL JARDIN ME Dijo QUE DULCE HABIA TENIDO UN GRAN CAMBIO CRECIMIENTO Y COINCIDE CUANDO COMENZO A TOMAR CAFES A MITAD DE AÑO.**

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?  
**SIEMPRE DIBUJA NUESTRA FAMILIA Y DICE QUE NOS AMA Y LA LLENA DE CARAZONES.**

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?  
**ES MAS FLUIDA Y ABIERTA.**

**Comentarios o sugerencias que quieran aportar:**

**ESTAMOS MUY CONFORMES CON LA CLASES,  
LE HIZO MUY BIEN A DULCE BIODANZA.**

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

NINA  
de  
7 años

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza? *Si*

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

*Si, cuenta lo que hace y propone algo para hacer en grupo.*

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

*Si*

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

*Contenta. Alegre*

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

*Es capaz de poner en palabras si está contenta o enojada.*

Expresión de afecto

Es muy mimosa, cariñosa y afectuosa, abraza, besa y hace muchos amimos. Cuando está enojada lo dice. Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no). No tiene dificultades en este punto. Es capaz de expresar lo que le gusta y lo que no.

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Lourdes fue siempre muy afectuosa y cariñosa. No noto diferencia en este caso.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

La noto muy entusiasmada.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

Luli siempre fue muy creativa pero en este último tiempo se ha volcado mucho al dibujo y dibuja muy lindo y bien, utilizando muchos colores.

- ¿Busca momentos para descansar?

Si.

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

Fara mi es muy positivo que exprese <sup>que llegue</sup> el día miércoles para ir a su clase y lo haga con mucha alegría.

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

No, siempre fue muy afectuosa y cariñosa como expresé anteriormente.

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Idem al punto anterior.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

NIÑA  
de  
SAZOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

¡S!

- ¿Conversa con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si, a veces. Cuenta lo que hicimos, por lo gusto -  
los - cosas - que inventamos.

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

¡S!

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

Muy Bueno - A veces cansado.

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

\*

Expresión de afecto

•

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

• Sí, aunque fue muy expresivo en estos aspectos

• ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Este año fue ~~distinto~~ logrando mayor distancia con personas (amigos) por no ser el de siempre del jardín -

• ¿Nota alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

No

• ¿Nota alguna diferencia en su nivel de creatividad?

Sí! Quejica, estirando, ludios -

• ¿Nota momentos para descansar?

Sí, aunque no duramos en esos momentos -

• ¿Nota algún aspecto positivo o negativo que quieras destacar?

Momentos al espacio -

• ¿Nota algún cambio en relación con la familia?

Le es más confiante. Pero muchas en palabras, menos alento

• ¿Nota algún cambio en la relación con sus pares?

Se acerca con la gran vitalidad del humor, muy desahogado. Pudiendo haber defendido más - Lo bueno tendrían comentarios o sugerencias que quieran aportar.

Más picas en sus relaciones basadas alguna trampa o engaño - algunas mentiras; pero con propósito de esto -

NIÑA  
de  
5 AÑOS

Solicitamos responder al siguiente cuestionario, que nos ayudará a completar la evaluación de resultados obtenidos con los niños, en el trabajo con el sistema Biodanza.

Su hijo/hija:

- ¿Recuerda el día que tiene Biodanza?

Si, y ~~se~~ confunde de día, pregunta, porque está esperando de "la clase" del miércoles.

- ¿Converse con Uds. lo que hizo en la clase? ¿Qué expresa? ¿Habla del grupo?

Si, aunque habla más de las meninas (le da timidez, contar a veces lo que hizo)

- ¿Siente que viene con entusiasmo a la clase, que le gusta venir?

Si, absolutamente.

- ¿Qué estado de ánimo le perciben al salir de la clase?

Muy contenta, feliz, vive con plenitud todo lo que le proponen en la clase.

- ¿Podría ponderar diferencias notorias de su hijo/hija en estos aspectos? (En lo posible, explicar).

Expresión de emociones

Sofi es una niña sensible, muy cariñosa pero a veces le cuesta entrar en confianza y armar los vínculos con los otros. Creo que Biodanza le hace muy bien en este sentido, la "littera" y la "armonija".

Expresión de afecto

Capacidad para poner límites (expresando lo que le gusta y lo que no)

- ¿Nota alguna diferencia en la forma en que se vincula con los otros? (En lo posible, explicar)

Si, de a poco se fue "saltando".

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de vitalidad?

Siempre se la ve vital, crece, y venir a bieldo siempre la convoca.

- ¿Notan alguna diferencia en su nivel de creatividad?

- ¿Busca momentos para descansar?

Si, en general.

- ¿Notan algún aspecto positivo o negativo que quieran destacar?

me parece que la gran conquista de este año para Sofi fue perder un poco "el miedo" a saltarse, a los otros, a jugar,

- ¿Notan algún cambio en relación con la familia?

a "arriesgarse" en un juego, a perder.

- ¿Notan algún cambio en la relación con sus pares?

Bieldo también le acompañó en la adaptación a su nueva escuela y compañeros de este año.

Comentarios o sugerencias que quieran aportar:

Nos encantaría que hubiera más de un encuentro semanal, de ser posible.

Valoramos mucho la ternura, la alegría y el cariño que le dan a Sofi y a todo el grupito, estamos muy agradecidos por la dedicación y el cuidado en todo, gracias!

## 5.2. Ejemplos de clases

### Clases Nivel I

#### 1a CLASE BIODANZA NIÑOS

##### Nivel 1 (3 a 6 años)

#### PARTE TEORICA

Presentación de la biodanza y lo que vamos a hacer

Presentación de cada uno

1) **RONDA INICIAL:** “Adivinador”, María Elena Walsh (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)  
Vamos a hacer una ronda tomados de las manos. Comenzamos a girar despacio para un lado, para el otro, saltando, chiquito, bajito, etc.

2) **CAMINAR:** “Doctor jazz”, Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)  
Nos soltamos y caminamos en fila. Así empezamos a conocer el lugar donde vamos a jugar juntos.

3) **CAMINAR LIBRES:** “The darktown strutter’s ball” Traditional Jazz Band (Coletanea Biodanza – Cecilia Luzzi)  
Ahora que ya conocemos el lugar, vamos a aprovechar a caminar por donde queremos. Vamos a ir a los lugares que tenemos ganas.

4) **JUEGO DE SAMBA:** “Eu quero mais”, Beth Carvalho (Coletanea Biodanza – Cecilia Luzzi)  
Ahora vamos a jugar!!! Vamos a estar bailando cada uno por una parte del aula y cuando decimos por ejemplo: cabeza, vamos a tocar la cabeza de el compañero que tengamos más cerca

5) **DESCANSO EN MOVIMIENTO:** “Because” The Beatles (Aporte musical: Rolando Toro)  
Descansamos en movimientos suaves, lentos.  
Primero giramos el cuello, después movemos los hombros, los brazos.

6) **DANZA DE ANIMALES:**  
“Seamus”, Pink Floyd (Coletanea Biodanza – Cecilia Luzzi)  
“Dark horse”, George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)  
“Pula sapo” (Aporte musical: Paulinho Candiani)  
Perro, Caballo, Gato, Sapo.

7) **RONDA MECIMIENTO:** “El lagarto y la lagartija”, (Coletanea Biodanza – Cecilia Luzzi)  
Nos juntamos para hacer una ronda, nos agarramos de las manos y nos movemos de un lado al otro suave, lento.

8) **RONDA FINAL:** “A la una”, para no dormir la siesta (Aporte musical: Gina y Dani)  
Nos activamos de a poco, vamos despidiendo, saludando como queramos a nuestros compañeros.

#### **4a CLASE BIODANZA NIÑOS Nivel 1 (de 3 a 6 años)**

**Ejercicio en pares para reforzar nombres:** “Blue Lotus” Eric Beglund (Coletanea IBF 17)  
Nos ponemos en pareja y cada uno pintará el cartel de su compañero, luego se los entregan y agradecen.

#### **REFORZAR ACUERDOS**

1) **RONDA VITAL “ESPEJO”:** / Alceu Valenca (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

Hacemos una ronda, nos soltamos de las manos y van a tener que estar muy atentos y escucharme porque vamos hacer diferentes movimientos.

2) **CAMINAR CON LEVEDAD:** – “With a little help for my friends” -The Beatles (Coletanea Bs As 48-05)

Ahora vamos a caminar dando un paso y el otro, dándole tiempo a cada paso, no nos apuramos, vamos tranquilos.

3) **JUEGO SAMBA DE COLORES:** “Minas con Bahia”– Daniela Mercury (Coletanea Bs As)

Empezamos bailando libres y cuando diga un color tenemos que buscar en la ropa de nuestros compañeros quien tiene ese color, lo tocamos y bailamos con él, luego nos soltamos y seguimos bailando por el salón.

4) **EXTENSION ARMONICA DE PIE Y EN EL SUELO (MARCANDO LOS NIVELES ARRIBA-MEDIO-ABAJO Y TERMINAMOS HACIENDO REPOSO EN EL SUELO):** “Dying Young”, Kenny G, (Coletanea niños – Alejandro Balbi)  
(descanso grupal)

Vamos a descansar en movimiento, nos estiramos para arriba, para los costados, para adelante, para abajo, al suelo, rodamos y nos quedamos descansando....

5) **DESPERTARSE PARA SALUDARSE Y DESPEDIRSE:** “Aquarela” - Toquinho (Coletanea Bs As)

Suavemente nos vamos despertando, a medida que lo hacemos nos saludamos y despedimos de nuestros compañeros.

#### **PARA SALIR HACEMOS UN TREN!**

**5a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**Nivel 1 (de 3 a 6 años)**

**Ejercicio para REFORZAR ACUERDOS:** “Blue Lotus” Eric Beglund (Coletanea IBF – 17)

En un afiche pegamos imágenes que simbolicen los acuerdos, poner las figuras en el centro y que ellos elijan una y la peguen en el lugar que corresponde.

1) **RONDA VITAL “TIPO ESPEJO”:** Alceu Valença – (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

Hacemos una ronda, nos soltamos de las manos y van a tener que estar muy atentos y escucharme porque vamos a hacer diferentes movimientos.

2) **CAMINAR CON LEVEDAD:** “With a little help for my friends” -The Beatles (Coletanea Bs As 48-05)

Ahora vamos a caminar dando un paso y el otro, dándole tiempo a cada paso, no nos apuramos, vamos tranquilos.

3) **JUEGO DE LA ISLA:** “Deixa a vida me levar” – Zeca Pagodinho (Coletanea IBF)

Hacemos el centro con las zapatillas, le pedimos a ellos que lo hagan!  
Vamos a estar bailando afuera imaginando que estamos “nadando” y cuando para la música hay que ir a la isla y bailar un ratito sintiendo la tierra en nuestros pies.

4) **EXTENSION ARMONICA DE PIE Y EN EL SUELO (MARCANDO LOS NIVELES ARRIBA-MEDIO-ABAJO Y TERMINAMOS HACIENDO REPOSO EN EL SUELO):** - “Dying Young” Kenny G (Coletanea niños – Alejandro Balbi)  
(descanso grupal)

Vamos a descansar en movimiento, nos estiramos para arriba, para los costados, para adelante, para abajo, al suelo, rodamos y nos quedamos descansando....

5) **DESPERTARSE PARA SALUDARSE Y DESPEDIRSE:** Aquarela - Toquinho  
(Coletanea Bs As)

**PARA SALIR HACEMOS TREN!**

**6a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**04-05-2012**  
**Nivel 1 (de 3 a 6 años)**

**Ejercicio para seguir pegando imágenes REFORZANDO LOS ACUERDOS: “Blue Lotus”**  
Eric Beglund (Coletanea IBF – 17)

En un afiche pegamos imágenes que simbolizen los acuerdos, poner las figuras en el centro y que ellos elijan una y la peguen en el lugar que corresponde.

**CUENTO: “Vamos a la isla en búsqueda del tesoro”**

1) **Camina:** “Riberosinha” (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

¿Cómo les parece que podemos llegar a la isla? Proponemos opciones: nadando, en canoa...

2) **Caminar grupal en fila:** “Proccisao”, Simone- (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

Llegamos a la isla. Miren allá hay un túnel. Tenemos que pasar todos juntos, nos tomamos de las manos, uno va adelante y guía el camino. Después vamos cambiando el guía.

3) **Ejercicio de colaboración:** “The Mummer” (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

El tesoro esta atrás de aquella roca gigante. Necesitamos la fuerza de todos para moverla. Descubrimos el tesoro y entre todos lo llevamos al centro del salón.

4) **Dar y recibir:** “The Mummer” (Coletanea niños – Alejandro Balbi)

Abrimos el tesoro y cada joya que descubrimos se la damos a un compañero, él nos dará otra.

Vamos mostrando y diciendo lo que encontramos.

5) **Ronda de celebración:** “Hope” (Coletanea Bs As 39-09)

Volvemos al lugar donde partimos. Compartimos los tesoros que trajimos con nuestros compañeros. Nos abrazamos dándonos las gracias por el viaje compartido y terminamos en una ronda bailando.

**13a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**29-06-2012**  
**Nivel 1 (de 4 a 6 años)**

- 1) **CAMINAR:** “Dr. Jazz”, Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Caminamos en fila, me tiene que seguir...

- 2) **JUEGO: ESTATUA:** “Estatua”, Xuxa (Aporte musical Gina y Dani)

Vamos hacer un juego que todos conocemos, el juego de la “estatua”. Escuchemos la musica porque cuando nos diga estatua, nos quedamos quietos.

- 3) **DANZA ANIMALES:** Canguro”, Animapaka (Inicio 0.24) (Aporte musical Gina y Dani)

¿A ustedes les gustan los animales? Entonces, ahora vamos a jugar danzarlos. ¿A quién le gustan los canguros? ¿Cómo hacen?

- 4) **DANZA ANIMALES:** Pájaro “Filora’s secreta, Enya (Coletanea Bs As)

¿Y los pájaros? ¿Qué hacen? ¿Lo hacemos?

- 5) **DANZA ANIMALES:** Gato. “Europa”, Gato Barbieri (Coletanea IBF)

Ahora vamos hacer un animal que es muy mimoso y cariñoso. Saben cuál es?

- 1) **DANZA ANIMALES:** Mono. “Pula Sapo”, Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

¿Qué animal come banana? ¿Y hace morisquetas?

- 2) **RONDA FINAL:** “Yo quiero”, Rubén Rada (Aporte musical: Mónica Souto)

Hacemos una ronda, nos soltamos y vamos a bailar todos juntos para despedirnos.

**15a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**13-07-2012**  
**Nivel 1 (de 4 a 6 años)**

- 1) **CAMINAR:** "Tiger rag", Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Caminamos en fila, me tiene que seguir...

- 2) **JUEGO DEL ESPEJO- VARIACIONES RITMICAS:** "Ain't she sweet", Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Vamos hacer el juego del espejo, yo hago un paso y ustedes lo copian.

- 3) **JUEGO- TRENCITO MOVIENDO LOS HOMBROS:** "La pulga aventurera", (Aporte musical Gina y Dani)

Armamos una fila para hacer un trencito. Yo soy la locomotora a la que siguen, luego cambiamos.

- 4) **JUEGO- CONEXIÓN CON PARTES DEL CUERPO:** "Dancei", Martinho da Vila (Aporte musical: Mauro Lima)

Vamos a conectarnos con nuestros compañeros. Primero empezamos bailando solos y cuando digo manos conecto mis manos con las de un compañero, así voy a seguir nombrando.

- 5) **DANZA ANIMALES:** "Trust me", Susheela Raman (Coletanea Biodanza Hélène Levi)

Ahora vamos hacer un animal que se arrastra por la tierra, muestra su lengua... ¿Cual es?

- 6) **DANZA ANIMALES- CONEJO:** "Pula Sapo", Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

¿Qué animal es mimoso y come zanahoria?

- 7) **RONDA FINAL:** "Fruta fresca", Carlos Vives (Coletanea Biodanza Cecilia Luzzi)

Hacemos una ronda, nos soltamos y vamos a bailar todos juntos para despedirnos.

**23a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**21-09-2012**  
**Nivel 1 (de 4 a 6 años)**

1) **CAMINAR LIBRES:** "Hello, goodbye", The Beatles (Coletanea IBF)

Comenzamos a caminar por el salón escuchando la música.

2) **VARIACIONES RITMICAS:** "Ain't she sweet" Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Vamos aprender pasos nuevos así que a prestar atención para saber que tenemos que hacer.

3) **JUEGO "SAMBA DE COLORES":** "Dancei", Martinho da Vila (Aporte musical: Mauro Lima)

Vamos a jugar con los colores así que cuando decimos un color, tenemos que ir a buscarlo y tocarlo en la ropa del compañero.

**DANZA ANIMALES: CONEJO** – "Pula, sapo", Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

4)

Vamos a bailar un animal, que tiene orejas largas, come zanahoria y tiene la piel muy suave... ¿Cual es? ¿Cómo hace con la boca??

5) **DANZA ANIMALES: CABALLO** – "Dark horse", George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)

Ahora vamos hacer un animal que trota, galopa....Vamos a formar dos grupos de caballos, primero un grupo mira al otro y le dan fuerza con las palmas. Los caballos pueden ir a veces trotando y otras galopando

6) **DANZA ANIMALES: SERPIENTE** – "Trust me", Shusheela Raman (Coletanea Hélène Levi)

Llego el momento de bailar un animal que se arrastra por la tierra, que se mueve de forma ondulante, que encanta con su mirada... ¿Cuál es?

7) **RONDA ACTIVACIÓN DE ANIMALES** – "Down in Belgorod", Paul Winter (Coletanea IBF)

Estas serpientes se van levantando para bailar el animal que quieran....

8) **RONDA FINAL:** "Samba Lele" (Aporte musical: Gina y Dani)

Nos reunimos armando una ronda para despedirnos bailando todos juntos, cantando esta canción que aprendimos la otra clase...

**24a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**28-09-2012**  
**Nivel 1 (de 4 a 6 años)**

1) **CAMINAR LIBRES:** “Que beleza” Gal Costa (Coletanea IBF)

Caminamos por el salón escuchando la música.

2) **JUEGO DEL ESPEJO- CON CAMBIOS:** “Tiger Rag”, Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Vamos a jugar al espejo. Primero yo hago un paso y ustedes lo copian como hace el espejo y después ustedes van a ser los que propongan los pasos.

3) **JUEGO “SAMBA IMPAR”:** “Cria”, María Rita (Coletanea BA 58-07)

Vamos a jugar bailando solos escuchando la música porque cuando se baje el volumen, tienen que ir rápido a buscar a un compañero para bailar juntos.

4) **DANZA ANIMALES: CONEJO** – “Pula, sapo”, Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Ahora danzamos un animal, que tiene orejas largas, come zanahoria y tiene la piel muy suave... ¿Cómo hace con la boca?

5) **DANZA ANIMALES: CABALLO** – “Dark horse”, George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)

Seguimos con un animal que trota, galopa... Cuál es? Como seria su danza?

6) **DANZA ANIMALES: SERPIENTE** – “Trust me”, Shusheela Raman (Coletanea Hélène Levi)

Nos estiramos para arriba, para abajo, a los costados, en el suelo, rodamos despacio para un lado, para el otro, nos estiramos...

7) **RONDA ACTIVACIÓN DE ANIMALES** – “Down in Belgorod”, Paul Winter (Coletanea IBF)

Estas serpientes se van levantando para danzar el animal que quieran....

8) **RONDA FINAL:** “Samba Lele” (Aporte musical Gina y Dani)

Nos reunimos armando una ronda para despedirnos bailando todos juntos, cantando esta canción que aprendimos la otra clase...

**27a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**Nivel 1 (de 4 a 6 años) 26-10-2012**

**CUENTO: “Vamos al zoológico”**

- 1) **CAMINAR:** “Hello, goodbye”, The Beatles (Coletanea IBF)

Vamos a caminar para llegar al zoológico...

- 2) **DANZA ANIMALES: MONO** - “Pula, sapo”, Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Llegamos al zoológico y nos encontramos con la jaula de los monos, vamos a imitar sus movimientos, ¿Cómo juegan?

- 3) **JUEGO DEL ESPEJO** – “Gyema Mi”, Ramiro Mussoto (Coletanea Bs As 58-09)

Nos ponemos de a dos, uno va a bailar con los movimientos de un animal y el compañero lo va a imitar, luego cambiamos.

- 4) **DANZA ANIMALES: TIGRE** – “A sweet little bullet from a pretty blue gun”, Tom Waits (Aporte musical: Carlos García)

Nos encontramos con la jaula del Tigre, vamos hacer sus distintos pasos, caminamos firmes, con elasticidad, con sigilo (sin hacer ruido), con alerta (miramos para todos lados), con garras y dientes apretados mirándose con firmeza. Vamos todos juntos, ahora nos ponemos en ronda y dos tigres pasan al centro, para mostrarse uno al otro la fuerza con la mirada, nos acercamos y alejamos, sin arañarnos ni hacernos daño. Lo importante es sentirse fuerte y no hacerle daño al otro.

- 5) **DANZA ANIMALES: HIPOPOTAMO** - “Self portrait”, Duke Ellington (Aporte musical: Carmelita Guimaraes)

Ahora llegamos donde están los hipopótamos, vamos a jugar en el agua como ellos, que se revuelcan, giran a un lado y el otro, hasta que nos quedamos panza arriba descansando...

- 6) **DANZA ANIMALES: OSO**- “Amarilli, mia bella” G. Caccini (Coletánea Niños - Cecilia Luzzi)

Llegamos a la cueva de los osos, vemos como el oso grande cuida al chiquito, dándole calor con su cuerpo, le da caricias suaves, mimándolo mucho...

- 7) **DANZA ANIMALES: PAJARO**- Anjo da guarda – Tribalistas (Coletanea Bs As 54-07)

Nos vamos levantando para transformarnos en pájaros que vuelan alto, que se despliegan en el cielo...

- 8) **RONDA FINAL:** “Cría” María Rita (Coletanea BA 58-07)  
Nos despedimos bailando y nos agradecemos el paseo que compartimos todos juntos.

**CLASE BIODANZA NIÑOS – CIERRE CON PARTICIPACIÓN PADRES**  
**07-12-2012 - Nivel 1:**

**REPASAR ACUERDOS:** Niños cuenten a los padres los acuerdos que tenemos y qué es para ellos Biodanza.

**CUENTO: “Vamos a la selva”**

- 1) **RONDA TRIBAL:** “Gwyea\_mi”, Ramiro Mussoto (Coletanea BA 58-09)

Hoy vamos a viajar a la selva, en la selva hay muchas tribus de indígenas, vamos hacer una ronda para armar nuestra propia tribu.

- 2) **CAMINAR:** “Tour” Carlinhos Brown (Aporte musical: Sergio Cruz)

Vamos a caminar por la selva siguiendo la música... (primero sueltos) Invitamos a un compañero....

- 3) **JUEGO “SAMBA IMPAR”:** “Haragana”, Fafa de Belem, (Coletanea BA 58-05)

Vamos a jugar un juego que los padres conocen como el “juego de la escoba” y los niños como “samba impar”. Empezamos bailando sueltos y cuando música para, tenemos que ponernos de a dos, empieza la música y volvemos a bailar.

- 6) **JUEGO ESTATUA :** “Estatua”, Xuxa (Aporte musical: Gina y Dani)

En este juego vamos a seguir lo que propone la música, es un juego que a los chicos les gusta mucho y los chicos como conocen y cantan la canción pueden ayudar a los papás.

- 5) **DANZA ANIMALES: MONO** – “Pula, sapo”, Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

En la selva hay una animal que come bananas, le encanta jugar, hacer cosquillas, ¿se llama?

- 6) **DANZA ANIMALES: OSO** - Geoffrey, Oryema (Coletanea Bs As 43-16)

Encontramos una cueva grande, acá vive un animal que es grande, peludo, que cuida a su familia, ¿cuál es? Cada grande se va a poner con su niño/a y lo va a cuidar, el nene/a se va a recostar en la pierna y va a recibir la caricia de quien lo cuida.

- 7) **DANZA ANIMALES: PAJARO** – “Anjo da guarda”, Tribalistas (Coletanea Bs As 54-07)

Despacio nos vamos levantando porque estos osos se van a convertir en un animal que vuela, cuál es? Cada uno puede ser el pájaro que quiera para empezar a volar. Podemos compartir nuestro vuelo con otro compañero y volar de a dos, o de tres, o todos los que quieran...

- 8) **RONDA FINAL:** “Samba Lele” (Aporte musical: Gina y Dani)

Nos reunimos armando una ronda para despedirnos bailando todos juntos, cantando esta canción que los chicos conocen y dándonos un abrazo festejando el viaje a la selva que compartimos todos juntos.

## Clases Nivel II

### 1aCLASE BIODANZA NIÑOS

#### Nivel 2 (de 6 a 11 años)

##### Ronda: Relato de vivencia

- Vamos a hacer una clase de Biodanza, vamos a jugar con la música.
- Van a tener que prestar mucha atención cuando hablemos así saben que hay que hacer.
- Vamos ahora entre todos a pensar cuales son las cosas que podemos hacer y cuáles no en la clase.
- Entonces ahora vamos a escribirlas para que no olvidarnos lo que elegimos entre todos de hacer y no hacer.
- Cada uno dice su nombre

#### 1) RONDA INICIAL: “Yo quiero”- Ruben Rada (Aporte musical: Mónica Souto)

Vamos a hacer una ronda tomada de las manos, en la que vamos a precisar escuchar para saber que tenemos que hacer.

#### 2) CAMINAR EN FILA: “Tour” Carlinhos Brown (Aporte musical: Sergio Cruz)

Caminamos en fila, yo soy la primera y me tienen que seguir!  
Presten atención porque en un momento vamos a cambiar de guía. Yo voy a decir un nombre y ese va a pasar a adelante.

#### 3) RONDA DE “ENCUENTRO”

Nos juntamos y armamos rápido una ronda así vemos como seguimos

#### 4) CAMINAR LIBRES: “Reague night” – Jimmy Clift (Coletanea Bs As)

Nos soltamos de las manos y cada uno va a caminar por donde quiera y como quiera siguiendo el ritmo de la música.

#### 5) CAMINAR A DOS: “Rag time”, Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Vamos a encontrarnos con un compañero para caminar juntos. Estén atentos porque cuando digo cambio elegimos otro compañero.

#### 6) JUEGO “SAMBA DE COLORES”: “Minas con Bahia” – Daniela Mercury (Coletanea Bs As)

Ahora vamos a hacer un juego que se llama “samba de colores”  
Nos soltamos de las manos, bailamos en el lugar y cuando digo un color todos buscamos ese color en la ropa del compañero. Nos acercamos, tocamos ese color en la ropa y bailamos juntos.

#### 7) DESCANSAR EN MOVIMIENTO: “If” – Pink Floyd (Coletanea Biodanza Cecilia Luzzi)

Ahora descansamos en movimiento. Movemos el cuello muy suave de un lado a otro, después los hombros adelante y atrás, también agregamos los brazos despacio, lento.

#### 8) **DANZA DE ANIMALES:**

Vamos a jugar a danzar los animales. Pero primero para poder hacerlo van a tener que adivinar que animal estoy haciendo, así que miren bien a ver si me descubren!

**GATO:** "Europa", Gato Barbieri (Coletanea IBF)

Entonces ahora vamos a descansar, estirarnos, rodar por el piso como hace el gato.

**CABALLO:** "Dark horse", George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)

Vamos a hacer una carrera de caballos pero no tenemos que ganar sino que vamos a correr todos juntos

**MONO:** "Pula, sapo", Pixinguinha (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Vamos a jugar, a sacarnos los piojos unos a los otros como hacen los monos.

9) **RONDA FINAL:** "Canta, canta, minha gente" Martinho da Vila (Coletánea Niños - Cecilia Luzzi)

Nos despedidos bailando juntos en una ronda y festejamos nuestra primera clase.

#### **4ª CLASE BIODANZA NIÑOS** **Nivel 2 (de 6 a 11 años)**

**Ejercicio en pares:** entregar cartel con nombre a cada uno de su compañero para que se lo pinten, luego intercambian, agradeciéndose (para que vayan aprendiendo nombres de sus compañeros).

**Reforzar acuerdos, leyendo cartel, colgarlo a la vista.**

1) **RONDA DE BIENVENIDA:** “La vida e bela”, P.Matrico (Coletanea Bs As 34-18)

Vamos a empezar en ronda bailando y dándonos la bienvenida con nuestros compañeros.

2) **SINCRONIZACIÓN RÍTMICA A DOS CON CAMBIOS:** “To querendo você” (Coletanea Bs As 34-17)

Vamos a jugar bailando con un compañero, inventando movimientos nuevos.

3) **JUEGO: SAMBA DE PARTES DEL CUERPO:** “Festa do interior”, Gal Costa (Coletanea Biodanza Cecilia Luzzi)

Ahora bailamos libres por toda la sala y cuando nombre una parte del cuerpo, tenemos que tocar a un compañero, no vale a uno mismo si no hay que buscar a otro!!!

4) **EXTENSION ARMONICA:** “Dying young”, Kenny G (Coletanea Bs As 12-09)

Nos vamos a estirar como cuando nos despertamos a la mañana.... para arriba, para los costados, para el medio, para abajo.

5) **CAMINAR LENTO, FLUIDO, MIRANDOSE:** “Extase”, Guilherme Arantes (Coletanea BA 37-06)

Vamos a caminar lento, acariciando el aire con las manos, moviendo los brazos suaves, como si estuviéramos en el espacio y nos vamos mirando con nuestros compañeros.

6) **RONDA FINAL:** “Give me love”, George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)

Nos saludamos con besos, abrazos para despedirnos de nuestros compañeros hasta la próxima clase. Bailamos juntos en esta ronda que formamos.

**5ª CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**Nivel 2 (de 6 a 11 años)**

**RONDA DE RELATO DE VIVENCIA**

Saludamos a Abril que es el cumple, y preguntar quién mas cumplió este mes. Les pedimos que se ubiquen mirando a los compañeros y con los demás los homenajeamos cantándoles! Dejar que ellos propongan y nos cuenten que otras maneras de celebrar y cantar conocen.

1) **RONDA DE CELEBRACION:** “La vida e bela”, P.Matrico (Coletanea Bs As 34-18)

Vamos a empezar en ronda bailando y dándonos la bienvenida con nuestros compañeros. Celebramos que estamos todos juntos y podemos festejar,

2) **SINCRONIZACIÓN RÍTMICA A DOS CON CAMBIOS:** “To querendo você” (Coletanea BA 34-17)

Vamos a jugar bailando con un compañero, inventando movimientos nuevos.

3) **JUEGO DE LA ISLA:** “Deixa a vida me levar” – Zeca Pagodhino (Coletanea Bs As)

Hacemos el centro con las zapatillas, le pedimos a ellos que lo hagan!  
Vamos a estar bailando afuera imaginando que estamos “nadando” y cuando para la música hay que subir a la isla y danzamos un ratito pisando fuerte la tierra.

4) **EXTENSION ARMONICA:** “Dying young”k Kenny G (Coletanea Bs As 12-09)

Nos vamos a estirar como cuando nos despertamos a la mañana.... para arriba, para los costados, para el medio, para abajo.

5) **CAMINAR LENTO, FLUIDO, MIRANDOSE:** “Extase”, Guilherme Arantes (Coletanea Bs As 37-06)

Vamos a caminar lento, acariciando el aire con las manos, moviendo los brazos suaves, como si estuviéramos en el espacio y nos vamos mirando con nuestros compañeros.

6) **RONDA FINAL:** “Give me love”, George Harrison (Aporte musical: Rolando Toro)

Nos despedidos bailando juntos en una ronda.

Nos saludamos con besos, abrazos para despedirnos de nuestros compañeros hasta la próxima clase.

**6a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**04-05-2012**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años)**

Empezamos la clase contándoles a los compañeros que no vinieron la clase pasada lo que hicimos.

**CUENTO: “Indígenas”**

**1) RITUAL DE INICIO:** “Senegal”, Olodum (Coletanea IBF)

Vamos a pintar nuestras caras y cuerpo con pinturas imaginarias. Cada uno se pinta como quiere y también ayudar a pintar al compañero.

**2) RONDA TRIBAL:** “E´d oxum” (Coletanea Alejandro Balbi)

Nos juntamos al centro en una ronda para danzar como hacen los indígenas y nos empezamos a saludar con cada uno de los de la tribu.

**3) JUEGO “MANCHA CARPA”:** “Riacho”, Guem (Coletanea IBF)

El brujo de la tribu nos quiere convertir en carpa a todos. Pero nosotros tenemos una fórmula para que no lo logre y es que cuando convierta a alguien en carpa nosotros podemos salvarlo pasando por debajo de sus piernas.

**4) DESCANSO GRUPAL:** Respiration enfants (Coletanea Alejandro Balbi)

Ahora para descansar nos vamos al refugio y como hace mucho frío nos acostamos todos muy juntitos. Cerramos los ojos y respiramos profundo.

**5) FLUIDEZ CON IMÁGENES:** Serpent (Coletanea Alejandro Balbi)

Estos indígenas empezaron a soñar y se transforman en serpientes. Se empiezan a mover despacito y se desplazan suaves entre sus compañeros. Ahora esta serpiente se mueve levantándose hasta que se transforman en pájaros.  
Los pájaros vuelven a su nido y los indígenas siguen en su sueño.

**6) DESPERTAR Y RONDA DE ACTIVACION:** “Cores” Da Lata” (Coletanea Bs As 56-06)

Los indígenas se despiertan los unos a los otros.  
Nos reunimos en una ronda tomados de las manos y danzamos para despedirnos de la tribu.

**13a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**29-06-2012**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años)**

**Relato de vivencia:** dar espacio para que cuenten como están, que se acuerdan de la clase pasada, que les gusto.

**CUENTO: “Vamos a la isla en busca del tesoro escondido”**

- 1) **CAMINAR SOLOS Y LUEGO A DOS** “Riberozinha” María de Barros (Coletanea Bs As)

Vamos a caminar hacia la isla...ahora con un compañero.

- 2) **JUEGO DE DESAFIO “VAMOS A SURFEAR”** “Surfin’s USA” The Beach Boys (Coletanea Alejandro Balbi)

Llegamos a la playa y vamos a jugar con las olas, vamos agarrar nuestras tablas...

- 3) **JUEGO “LA ISLA”** “Lanza perfume” Rita Lee – Inicio 0.30 (Aporte musical: Carlos García)

Ahora vamos a armar la isla con nuestras medias y zapatillas. Vamos a bailar por afuera de esta isla que hicimos y cuando bajamos la música tenemos que entrar. Atentos que esta isla se puede achicar!!

- 4) **SINCRONIZACIÓN RÍTMICA A DOS CON CAMBIOS** “Esperando na janela” Gilberto Gil (Coletanea IBF)

Vamos aprovechar que estamos en la isla para bailar con un compañero.

- 5) **CAMINAR DESACELERADO** “Extase” Guilherme Arantes (Coletanea Bs As)

Ahora vamos a buscar el tesoro todos juntos, tenemos que ir despacio, mirando el lugar, buscando donde puede estar escondido el tesoro.

- 6) **DAR Y RECIBIR** “Invierno” – Largo, Vivaldi (Aporte musical: Rolando Toro)

Ya encontramos el tesoro! ¿Qué tiene? Cada uno le regala a otro compañero lo que encontró en el tesoro.

- 7) **RONDA CELEBRACIÓN** “Queixa” Caetano Veloso (Coletanea Bs As)

Celebramos nuestro viaje a la isla, lo que jugamos y que encontramos el tesoro en una ronda bailando. Nos despedimos de nuestros compañeros.

**15a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**06-07-2012**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años)**

**Relato de vivencia:** dar espacio para que cuenten como están, que se acuerdan de la clase pasada, que les gusto.

**CUENTO: “Un día de campo”**

- 1) **CAMINAR SOLOS Y A DOS** “I’m yours”, Jason Mraz (Coletanea Biodanza Adolescentes - Cecilia Luzzi)

Vamos a caminar por el campo...ahora vamos con un compañero.

- 2) **JUEGO – MANCHA ARBOL** “Muskrat Ramble” (Coletanea Alejandro Balbi)

Jugamos a la mancha. Al que lo tocan se convierte en árbol. Y ese árbol va a mover sus hojas, ramas sintiendo el viento.

- 3) **DANZA ANIMALES- EL CABALLO** – “Rojito”, GD (Aporte musical: Gina y Dani)

Ahora vamos hacer un animal que a veces va al paso, al trote o al galope. Prestemos atención que la música nos dice lo que tenemos que hacer.

- 4) **DANZA ANIMALES- PAJARO** “Filora”, (Coletanea Bs As)

Vamos a bailar libres por el campo. Como cada uno le guste y sienta.

- 5) **DANZA ANIMALES- VACA-** “La vaca mu”, (Aporte musical: Gina y Dani)

Llegamos al establo y encontramos muchas vacas. ¿Qué ruido hacen? Lo hacen junto con la música.

- 6) **DAR Y RECIBIR- LA FLOR-** “Langer than” (Coletanea Bs As)

En este hermoso campo hay muchas flores, de diferentes formas y colores. Elegimos la que queramos y se la regalamos a un compañero

- 7) **RONDA FINAL** “Volare” (Coletanea Bs As)

Vamos a despedirnos de nuestros compañeros bailando en ronda. De a uno pasamos al centro para mostrar nuestro baile.

**23a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**14-09-2012**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años)**

**CUENTO: “Un Viaje a las Estrellas”**

1) **INICIACION** “Sin nombre” (Coletanea Alejandro Balbi)

El viaje que vamos hacer hoy es muy largo, vamos a ir al espacio así que tenemos que prepararnos, nos ponemos el traje espacial con mucho cuidado....

2) **CAMINAR LENTO MIRANDOSE** – “Extase”, G. Arantes (Coletánea Bs As 37-06)

Llegamos al espacio, vamos a recorrerlo, haber qué encontramos...tenemos que caminar lento, sintiendo el apoyo del pie en el piso, ayudándonos con los brazos que también se mueven lento...

4) **INTEGRACIÓN MOTORA “JUEGO MANCHA”** – “Reflections” Quincy Jones (Coletánea Niños - Cecilia Luzzi)

Ahora vamos hacer una mancha diferente, como en el espacio no se puede correr, necesitamos hacer pasos grandes para manchar al otro. Para a estar a salvo podemos meternos en una nave espacial, que la construimos entre 3 compañeros.

5) **DIBUJAR EN EL ESPACIO** – “Pequeña Serenata Nocturna” Mozart (Coletánea Niños - Cecilia Luzzi)

Vamos a dibujar en el espacio al ritmo de la música y de la forma que cada uno lo sienta. (Primero de a uno, después marcamos a dos y luego a tres y vemos al grupo)

5) **EXTENSION MAXIMA** – “Antartica” Vangelis AB y (Coletánea Bs As 51-10)

Ahora vamos a estirarnos lo más que podamos para arriba, para abajo, a los costados, sintiendo que cada vez vamos un poquito más lejos.

6) **DESCANSO EN EL PISO** – “Tibetan Meditacion” Bells (Coletánea Bs As)

Llego el momento de descansar todos juntos flotando en el espacio...

7) **ELASTICIDAD INTEGRATIVA** – “Self portrait”, Duke Ellington (Aporte musical: Carmelita Guimaraes)

De a poco vamos a empezar a estirarnos, suave, para un lado, para el otro, rodamos...y lento nos vamos a ir poniendo de pie...

8) **RONDA ACTIVACIÓN** – “Blowing in the wind” Peter, Paul and Mary (Aporte musical: Ana Sigal)

Nos encontramos en una ronda para empezar a movernos al ritmo de la música...

9) **ENCUENTROS CON ABRAZOS Y CELEBRACIÓN** – “No importa la distancia”, Ricky Martin (Aporte musical: Gina y Dani)

Nos despedimos del compañero con un abrazo, agradeciendo este viaje que compartimos juntos.

**24a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**28-09-2012**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años)**

**CUENTO: “Visitamos una tribu”**

1) **RONDA INICIAL** (Coletanea BS AS 46-10)

Nos tomamos de las manos haciendo una ronda, escuchamos la música y descubrimos como es la danza de esta tribu. ¿La hacemos todos juntos?

2) **CAMINAR A 1 Y A 2** “Senegal”, Olodum (Coletanea IBF)

Vamos a caminar primero sueltos disfrutando del lugar y cuando encontremos a un compañero lo invitamos a caminar juntos.

3) **SINCRONIZACION RITMICA CON CAMBIOS** “Sexy lemanja” (Coletanea BS AS)

Ahora vamos a ponernos de a dos para juntos inventar una danza que no sea ni de uno ni de otro sino de los dos.

3) **INTEGRACIÓN MOTORA “JUEGO MANCHA” EN CADENA** – “Darling”, Olodum (Coletanea BS AS)

Ahora vamos hacer una mancha en cadena como las tribus que van juntos. Uno va a empezar siendo la mancha y a medida q se tocan se van sumando.

5) **JUEGO DE ANIMALES:** “Gyema Mi”, Ramiro Mussoto (Coletanea BA 58-09)

Vamos a bailar imitando los movimientos y sonidos de los distintos animales que nos vamos encontrando.

6) **DESCANSO EN EL PISO-** “Oryema” (Coletanea BS AS)

Encontramos una cueva pequeña para descansar en la que nos tenemos que poner bien juntitos para entrar.

7) **ACTIVACION:** “Canto do povo de um lugar”, Caetano Veloso (Aporte musical: Rubens e Inês Ferreira da Silva)

De a poco vamos a empezar a estirarnos, suave, para un lado, para el otro, rodamos...y lento nos vamos a ir poniendo de pie...

8) **RONDA AL CENTRO Y FINAL:** “Shimbalaie” (Coletanea BS AS)

Nos encontramos en una ronda para empezar a movernos al ritmo de la música... De a uno pasamos al centro y para terminar nos despedimos de los compañeros.

**27a CLASE BIODANZA NIÑOS**  
**Nivel 2 (de 6 a 10 años) 26-10-2012**

**CUENTO: “Puros juegos”**

- 1) **CAMINAR LUDICO:** “Mocking bird”, Traditional Jazz Band (Aporte musical: Paulinho Candiani)

Hoy es un viernes de juegos, así que vamos a empezar caminando haciendo pasos de juego, a estar atentos porque la música cambia así que a inventar muchos pasos... (Empezamos libres y luego indicar que inviten a un compañero)

- 2) **JUEGO DEL ESPEJO** “Arenero Japonés” – J.Madoxx (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)

Nos ponemos de a dos, uno va a bailar con los movimientos del animal que quiera y el compañero lo va a imitar, luego cambiamos.

- 3) **TRENCITO JUGUETÓN:** “Rumba azul”, Caetano Veloso (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)

Creamos un tren jugueteón...cada vez que escuchemos chiki chiki, vamos a aflojar los hombros y la espalda de nuestros compañeros haciéndoles mimitos...

- 4) **JUEGO RONDITAS LIBRES:** “Nao enche”, Caetano Veloso (Coletanea Biodanza - Cecilia Luzzi)

Vamos a empezar bailando libres, nosotras decimos un nº y ustedes tienen que crear una ronda, y los que quedan libres bailan o se suman como quieren...

- 4) **SONIDOS CON EL CUERPO:** “Barbatuque” (Coletanea Bs As 45-08)

Hacemos una ronda sin tomarnos de las manos. Vamos a prestar atención al ritmo de la música y vamos a acompañar este ritmo haciendo sonidos con nuestro cuerpo...

- 5) **JUEGO “NOS ESTIRMAMOS COMO CHICLES”**

**EXTENSIÓN A DOS:** “That is all”, George Harrison (Coletanea Biodanza Cecilia Luzzi)

Nos vamos extender para relajarnos y descansar en movimiento y luego le vamos a dar la mano a un compañero para que me ayude a estirarme un poquito más, suave y despacio...

- 7) **JUEGO “A RODAR POR EL SUELO”:** “Reflections” – Quincy Jones (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)

Relajados y blanditos, nos acostamos en el suelo, y poniendo los brazos para arriba vamos a rodar de un lado a otro, despacio, rápido, con ayuda...

- 8) **JUEGO “CREAMOS RONDA CON PASO TRIBAL”:** “Cores” – Da Lata (Coletanea Bs As 56-06)

Despacio vamos a levantarnos y siguiendo el llamado de los tambores, vamos a armar una ronda para crear un paso tribal que nos una...un paso que identifique nuestro grupo!

**CLASE BIODANZA NIÑOS – CIERRE CON PARTICIPACIÓN PADRES**  
**07-12-2012 - Nivel 2:**

**REPASAR ACUERDOS:** Niños cuenten a los padres los acuerdos que tenemos y qué es para ellos Biodanza.

**“Vamos a viajar por todos los cuentos que compartimos este año”**

1) **RONDA TRIBAL** - “Gwyea\_mi”, Ramiro Mussoto (Coletanea Bs As 58-09)

Viajamos a la selva, y descubrimos muchas tribus de indígenas, vamos hacer una ronda para armar nuestra propia tribu.

2) **CAMINAR** - “Another one bites the dust”, Queen (Coletanea Bs As 42-15)

Nos convertimos en piratas y caminos con mucha energía.

3) **JUEGO “LA ISLA”** – “Lanza perfume”, Rita Lee (INICIO 0.30) (Aporte musical: Carlos García)

Y fuimos a la playa y descubrimos una isla. Vamos a empezar bailando por afuera de la isla y cuando la música baja, tenemos que entrar todos dentro de esta isla, nadie puede quedar afuera!!

Atentos porque esta isla se achica!

5) **JUEGO “TRENCITO”:** “Rumba azul” Caetano Veloso (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)

Hubo un cuento de puros juegos, donde hicimos un trencito juguetón! Armamos un trencito y danzamos todos juntos pero cuando la canción dice chiqui chiqui, le hacemos cosquillas al compañero de adelante.

5) **JUEGO CALESITA RITMICA** – “La musgaña” (Aporte musical: Sergio Cruz)

Viajamos por el mundo y llegamos a Francia para jugar al Juego de la calesita, donde nos ponemos de a dos, nos agarramos de las manos y mirándonos, giramos y giramos, nos cuidamos entre los dos para no marearnos ni caernos, si es necesario nos tomamos de los brazos para ayudarnos.

6) **DESCANSO GRUPAL** – “Tamba Taja”, Fafá de Belem (Coletanea Niños - Cecilia Luzzi)

Cuando estuvimos en la selva, nos acostamos a descansar en grupo, armando un gran nido, como hacen los pájaros cuando cuidan a sus pichones.

7) **DANZA ANIMALES: OSO** – Geoffrey, Oryema (Coletanea Bs As 43-16)

En el zoológico nos encontramos con un animal que es grande y fuerte, que vive en cuevas, se acuerdan ¿cuál es? Vamos a convertirnos en osos que cuidan de su familia. Cada grande se va a poner con su niño/a y lo va a cuidar, el nene/a se va a recostar en la pierna y va a recibir la caricia de quien lo cuida.

8) **RONDA ACTIVACIÓN** – “Canto do povo de um lugar”, Caetano Veloso (Aporte musical: Rubens e Inês Ferreira da Silva)

Vamos a despertarnos de a poquito de este viaje que hicimos por diferentes cuentos, para reunimos en una ronda, tomados de las manos, nos empezamos a mover y bailar de a poquito.

9) **RONDA FINAL** - “Yo quiero”, Rubén Rada para niños (Aporte musical: Mónica Souto)

Seguimos en ronda para despedimos bailando todos juntos, y el que quiere puede pasar al centro para proponer un paso y todos lo seguimos!

Nos damos un abrazo festejando este viaje por los cuentos y todo lo compartido.

## 6. REFLEXIÓN

El encuentro con los niños nos llevó a "encontrarnos" y procesar viejos miedos, limitaciones, obstáculos, y a la vez, nos conectó con nuestros potenciales que habían quedado adormecidos. Surgieron así nuevos deseos, sueños, desafíos, que nos estimularon a ir por ellos, a realizar un proceso personal profundo e intenso.

Sentimos que en estos dos años de facilitación con niños, aprendimos a ser más reflexivas, flexibles, receptivas, comprensivas, sensibles, a tener una mirada más atenta y abierta a los cambios, a lo nuevo que se abre a cada instante y a lo impredecible. Aprendimos también a escuchar, a respetar los tiempos y procesos de cada uno, partiendo y valorando el potencial que cada uno trae.

A través de nuestra experiencia, pensamos que al hablar del desarrollo del niño, no podemos generalizar, dado que somos una especie en constante evolución. Si bien hay parámetros esperables, creemos que cada niño tiene un tiempo y una evolución en particular, que dependerá del contexto y del entorno familiar en el cual el niño se desarrolle y crezca. Muchas veces, vemos que los adultos atados a estos parámetros, colocan a los niños por fuera de la "norma y/o normalidad", olvidando que todos tenemos una forma diferente de ser, la cual si ampliamos la mirada, desde una perspectiva biocéntrica e inclusiva, nos enriquece e integra.

Nos cabe como facilitadoras aprender a dar pasaje, a comprender, a acompañar, a cooperar y a facilitar el proceso de crecimiento de cada niño. Creemos en la posibilidad de crecimiento inherente de cada sujeto y en las diversas formas de aprendizaje, respetando el tiempo de sus procesos.

Empezamos a plantearnos la clase preguntándonos si lo que proponemos facilita u obstaculiza el proceso del niño. Abrimos el juego a tener objetivos claros de trabajo, priorizando escuchar lo que los niños piden, necesitan, dicen...sin temer salirnos del bosquejo de ejercicios armados, tomando las propuestas y/o emergentes como una oportunidad de cambio, que no significa salirnos del objetivo planteado sino darle una nueva forma y lugar para que el potencial del niño pueda desplegarse.

Como facilitadoras aprendimos a tomar una postura humilde que nos permite recibir todo lo que los niños nos brindan y traen, respetando y valorando lo que son, aprendiendo juntos,

unos de otros. Ambos, en esta interacción, nos ayudamos a expresar nuestros potenciales, entrando en una conexión profunda y sensible, de respeto, afecto y cuidado por lo que cada uno es y no por el rol que ocupa.

Agradecemos a cada niño la posibilidad de aprender algo en cada clase compartida.

Queremos que este cierre, sea una principio sin final, donde cada día nos desafíemos a reflexionar... desde qué lugar, posición, mirada, ideología, paradigma y perspectiva, damos nuestras clases; teniendo en cuenta que nuestro modo de facilitar influirá en el proceso de desarrollo y despliegue de la identidad de cada sujeto.

*"Tejer...*

*Adormecer en la noche,*

*Silencio de Sabio,*

*Quietud de recién nacido,*

*Viajar en tiempos y espacios doblados*

*De magia e historias sin fin.*

*Sin temer planicies o abismos,*

*Navegar y ser niño,*

*Andar y volar por montañas contigo*

*Y mucho mas.*

*Enfrentar el sombrío lago, mar tenebroso*

*De las fantasías, del terror, del poder*

*Y jugar con inocencia y arte.*

*Vivir...*

*Encontrarme brotando*

*En el amor que fracasa y que florece,*

*En el amigo que encuentro,*

*En la ciudad que construyo contigo,*

*En los hijos que me enseñan*

*Lo que no consigo enseñarles,*

*En el pasar de los años,*

*En el tiempo y la ausencia de tiempo*

*De amar.*

*Fragmento poema de Cezar Wagner (03/08/1992)*

## 7. BIBLIOGRAFÍA:

- \* Calmels, Daniel, El juego corporal. Psicomotricidad, prácticas y conceptos. Bottini P. Compilador. Miño y Dávila Editores, Madrid, 2000.
- \* Cavalcante, Ruth y otros, Educación Biocéntrica: Un movimiento de construcción dialógica, Ediciones CDH, 2004.
- \* García, Carlos, Biodanza: El arte de danzar la vida. La vivencia como terapia, Ediciones Pausa, CABA, 2008.
- \* Piperno, Estela, El Grupo de Biodanza, aportes y reflexiones para su facilitación, Editora Galia's, Villa Carlos Paz, 2011.
- \* Sujoy, Ona, Factores curativos en los grupos terapéuticos de niños y adolescentes, Trabajo realizado en el Ciclo Anual de Actividades Científicas de la AAPPG, Abril 1990.
- \* Toro, Rolando, Biodanza, Ed. Indigo/Cuarto Propio, Chile, 2009.
- \* Toro, Rolando, La inteligencia afectiva. La unidad de la mente con el Universo, Ed. Cuarto Propio, Santiago de Chile, 2012.
- \* Vigotsky, L.S., Imaginación y creación en la edad infantil, Ed. Nuestra América, Buenos Aires, 2003.
- \* Winnicott, Dolnald, El niño y el mundo externo. Parte III, punto IV: Por qué juegan los niños, Editorial Hormé, Buenos Aires, 1980.