



# Recrea

Educación para refundar 2040



# ¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!





# Educación Inicial

## Danza: mente y cuerpo

**Lactantes y Maternales**  
**12 a 36 meses de edad.**



# ¿Qué voy a aprender?

Reflexionar acerca de la importancia de la danza en la primera infancia; ya que promueve el desarrollo motor y cognitivo, a través de información y acciones sustentadas en el Programa de Educación Inicial: Un Buen comienzo.

- ✓ Actividad 1. El carrusel, girar y bailar
- ✓ Actividad 2. ¡Mi corazón, un tambor!
- ✓ Actividad 3. "Disfruto la danza"
- ✓ Actividad 4. Bailemos juntos
- ✓ Actividad 5. ¿Bailamos?
- ✓ Actividad 6. ¡Vamos a la danza de mi comunidad!



# ¿Qué necesito?

## Recomendaciones generales:

Lee con calma toda la ficha para asimilar la información. Las actividades sugeridas quedan como parte de tu repertorio de crianza, utilízalas siempre que se necesite.

Antes de realizar las actividades, elije las que consideres adecuadas según la edad, desarrollo, gustos e intereses de tu niño o niña y reúne los materiales necesarios.

Al realizar la actividad, **acompaña a tu hijo o hija, dedicando el tiempo y atención a lo que están haciendo, permitiéndose disfrutar mutuamente.**

## Materiales:

- ✓ Tambor o cualquier instrumento musical de percusión.
- ✓ Pulseras de cascabeles o sonajas.



**¡Manos a la obra!**



## El arte desde el comienzo de la humanidad.

Desde los orígenes de la humanidad, el arte ha estado presente en la cultura de diversas formas. Podríamos decir que en parte, evolucionamos a “humanos” porque aprendimos a manifestarnos simbólicamente, es decir más allá de las cuestiones prácticas de la vida. Lo simbólico refiere a los gestos, a las acciones que están ligadas a lo imaginario, que dependen de la invención, de la creación humana. Muchos años atrás, los seres humanos danzaban para invocar a los dioses y así conseguir las lluvias que ayudaban a los cultivos, inventaban cantos y versos que curaban, dibujaban en las piedras, siluetas de los animales que necesitaban cazar para atraerlos. Esas son formas simbólicas con las que comenzaron a surgir las necesidades de expresión artística. La música, la pintura, la artesanía manual, el canto, la danza, los cuentos, etcétera, conviven con nosotros desde los orígenes de la humanidad, y han sido tan necesarios, hasta para nuestra supervivencia.

El arte está en relación con el cuerpo de múltiples maneras: cuando los niños pintan con las manos, cuando la voz fruto del cuerpo, se despliega en cantos, cuando mamá o papá hacen versos con cosquillas en los bracitos, y en muchas otras ocasiones cuando lo que vivimos estéticamente nos conmueve y afecta nuestro cuerpo, no solo nuestra mente; sin embargo, una de las formas de relación más concreta entre el cuerpo, el movimiento y el arte es la danza. Bailar es algo que los niños comienzan a hacer desde muy temprano; incluso los bebés, que aún no coordinan demasiado los movimientos de las diferentes partes de sus cuerpos, tienden a moverse cuando escuchan música, con gestos muy distintos de la intencionalidad motriz de desplazamiento.

En estos primeros tiempos de vida se estructuran los modos de relación corporal, las posturas, nuestra forma de vivir el cuerpo en relación con los otros, con el ambiente, con el espacio. Rigidez, tensión corporal, destreza, capacidad para abrazar y dejarse abrazar, apatía, temor al encuentro corporal con los otros, equilibrio, fluidez para bailar, inhibición y escondite, hiperactividad corporal, disfrute por el roce afectivo, huidas del cuerpo del otro; existen muchos modos de ser de nuestros cuerpos desde el punto de vista tónico-afectivo y de la expresividad motriz.

# Actividad 1. El carrusel, girar y bailar

- Cuando los bebés comienzan a caminar, muchas veces repiten ese juego de girar sobre sí mismos.
- Giran alrededor de los padres, tomados de una columna o de un árbol de tronco delgado, giran sentados en el suelo. Es un antecedente del baile, junto con los bailes que los adultos hacemos con ellos cargándolos en brazos. También es antecesor del carrusel; donde el cuerpo del adulto es reemplazado por el objeto, el bebé gira sobre el caballo o el auto, en principio necesita la presencia del adulto a su lado, pero luego puede dar vueltas mientras el adulto lo mira desde abajo.
- Los juegos que implican giros estimulan intensamente cuestiones del equilibrio y reproducen, en parte, los giros del feto en el vientre de la madre, principal movimiento autónomo en esos tiempos.

## Actividad 2. ¡Mi corazón, un tambor!

- ✓ Una conducta que nos caracteriza a los mexicanos y que escapa de todo control, al desbordar los sentimientos, es el amor a ese irresistible impulso llamado danza tradicional, desde hace tiempo y hasta nuestros días el cimiento de la danza es el tambor y es su ritmo quien marca el paso al que deben moverse los danzantes.
- ✓ Elige un tambor o cualquier instrumento musical de percusión, toca libremente con ritmo.
- ✓ Con los bebés, puedes abrazarlo y bailar con él, mientras otra persona o el hermano mayor marca el ritmo. Con los niños más grandes, él puede marcar el ritmo que desea bailar.
- ✓ Podemos dejar que un rato esté dedicado a golpear, a descubrir sonidos, luego podemos sumarnos a la exploración y proponer tocar una canción acompañada de ritmos de la percusión.
- ✓ ¿Cómo podríamos explicarle al niño que el tambor y su corazón laten juntos al danzar?

# Actividad 3. “Disfruto la danza”.

Para esta actividad se requiere que elabores pulseras de cascabeles, o de semillas de ayoyotes, si se dan en tu entorno.

- ✓ Colócale al niño las pulseras en los tobillos.
- ✓ Puedes utilizar el tambor o algún otro instrumento de percusión.
- ✓ Toca siguiendo un ritmo, e invítalo a bailar, si notas su iniciativa, alientalo a seguir la danza.

- ✓ Si observas que necesita apoyo, danza junto con él, para que el niño imite tus movimientos.
- ✓ Después puedes dejarlo a él solito, que realice libremente los movimientos que sienta.
- ✓ A los niños pequeños puedes colocarle las pulseras en las muñecas de las manos, o darle una sonaja para que realice movimientos y sonidos al escuchar las percusiones.

- ✓ La danza desarrolla la conexión, el control y el equilibrio, no solo el que se da entre el musculo, el cerebro y el ojo, sino el que ocurre hacia adentro del cuerpo y hacia afuera, con los otros.

## Actividad 4. Bailemos juntos

- Así como la imitación es una actividad que realizó el ser humano para sobrevivir, durante todo el periodo evolutivo del mono al hombre moderno, así la imitación significa la interiorización de la conducta del otro, y la expresión de sus movimientos, en este caso del baile.
- El niño tiene en su información genética imitar a papá y mamá primeramente, por lo que el jugar a bailar, resulta ser una convivencia y actividad muy estimulante para los niños que ya caminan, esta diversión consiste en colocar los pies del niño sobre nuestros pies, poner música y tomados de las manos o abrazados bailar al ritmo de la melodía con ellos, durante este juego disfrutemos el contacto rítmico con el niño y expresemos nuestro agrado con una sonrisa o palabras de aprobación.



# Actividad 5. ¿Bailamos?

Los sonidos melódicos ayudan a motivar la secreción de dopamina en el área de recompensas del cerebro, ayudan a tener buen humor, salud y autoestima.

- En esta actividad necesitamos varios tipos distintos de melodías, pueden ser vals, románticas, clásicas, instrumentales, rock, música tradicional de tu entorno como el mariachi, o la que puedas bailar con el niño.
- Abraza al niño y dile que van a bailar, y comienza con la melodía más tranquila para que se prepare y se vaya adecuando al movimiento.
  - Evita poner muy fuerte el sonido, podría lastimar su audición.

- Mientras bailan dile palabras cariñosas a tu niño.
- Cuando lo abracés que sea lo más cerca a tú corazón y que participe toda la familia esto le dará más seguridad al niño.



# Actividad 6. ¡Vamos a la danza de mi comunidad!



Las fiestas tradicionales de mi comunidad o de mi colonia, son una escuela muy importante para nuestros niños, cuando la danza comienza todos se sienten contentos, emocionados, las familias se reúnen con sus niños, jóvenes y abuelos para ir a ver a los danzantes.

Esta actividad social, propicia que el niño aprenda a expresarse a través del movimiento, por lo que todo lo que tenemos que hacer es llevarlo a ver la danza y a los danzantes, de esta forma tan sencilla, cuando comience la algarabía solo ocupamos soltarlo de la mano y, si ya puede caminar y saltar, instintivamente se moverá al compás del tambor y de las sonajas, de las flautas y la chirimía, o del resonar de los caracoles prehispánicos; de hecho si tu hijo apenas se puede parar solito, aunque no camine todavía, flexionará sus rodillas y bajará y subirá su torso, bracitos y manos, al ritmo del son invadiéndolo la alegría.

- Debemos permitirle que se exprese libremente, y cuidarlo teniéndolo siempre cerca de nosotros.
- No desperdiciemos esta gran oportunidad de nuestra comunidad o colonia, por lo que investiguemos, busquemos y acudamos a ver las danzas tradicionales, porque además de desarrollar la expresión emocional y del movimiento, la danza mantiene unidas a muchas familias, abuelitos, papa, mamá y niños en torno al ritmo del tambor.



# ¿Qué aprendí?



## Para consolidar lo aprendido...

- ¿Reflexiono sobre la importancia de la danza y el baile en el desarrollo de mi hijo?
- ¿He favorecido ambientes que incentiven su movimiento y creatividad?
- ¿Procuro que mi hijo participe u observe danzas tradicionales?
- ¿Busco espacios para favorecer la danza y el baile con mi hijo?

“Si tu hijo o hija acude a un Centro de Atención Infantil (CAI, CENDI, Guardería o Estancia) recaba información para poder evidenciar los avances en el proceso de su desarrollo; pueden ser videos, narraciones o fotos de las actividades realizadas.

Envíalas a la maestra por el medio que te indiquen.”

**Para aprender  
más...**



- ✓ Así como manifestamos la importancia de dar libertad para la exploración plástica y literaria, con el movimiento corporal ocurre algo similar. Pero, si observamos a los niños en los medios de comunicación actuales, este modo de pensar la experiencia artística como una manifestación de la propia expresividad, como una búsqueda y una creación, entra en crisis. Lo que predomina son los niños incentivados a “copiar” coreografías que los medios difunden, movimientos asociados a la mera reproducción de una consigna, y eso está lejos de producir una situación artística y expresiva. Muchas veces, los niños con su imaginación saturada por los contenidos de la televisión, necesitan que los ayudemos a encontrar sus propias imágenes, a liberar sus cuerpos de movimientos estereotipados y descubrir el ritmo propio. Por eso, bailar con melodías diversas, dejando fluir y expresar todo lo que el cuerpo tiene para decir, es muy saludable.
- ✓ Puedes seguir aprendiendo y profundizando con los siguientes materiales de la Secretaría de Educación Pública. (2019).
  - Guía para madres y padres, *El arte y el juego: acompañantes para una crianza amorosa*, Educación Inicial: un buen comienzo, SEP 2019.
  - Aprendizajes clave para la Educación Integral: Educación Inicial: Un Buen Comienzo. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Disponible en:
- ✓ [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/1Educacion-Inicial\\_Digital.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/1Educacion-Inicial_Digital.pdf)

# ¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



## Para continuar el apoyo en casa...

Es interesante, en el caso de buscar otras actividades para los niños fuera del hogar o del centro infantil, pensar en propuestas abiertas y flexibles que garanticen esa necesidad infantil de inventar mundos, y no solamente reproducir las figuras de la televisión, que muchas veces llevan a identificaciones desafortunadas para los niños y niñas, quienes se reflejan en un mundo adulto y lo imitan antes de tiempo. Es mucho más rico que un niño o niña de tres años baile a su modo y no que sea la fiel imitación de un personaje de la televisión.

La experiencia artística abarca dos grandes aspectos:

1. La transmisión del legado cultural preexistente.
2. La propia creación, a partir de la curiosidad, la experimentación y el despliegue de las imágenes e ideas únicas de cada sujeto.

# ¿Cómo distinguir una canción creativa y generosa de otras comerciales y poco nutritivas?

Para este fin, es importante tener en cuenta lo siguiente:

- Seleccionar un tema cercano a los niños.
- Buscar ritmos poco convencionales.
- Identificar que tengan juegos de palabras o rítmicos.
- Revisar que tengan contenido poético.
- Considerar que resulten conmovedoras para el adulto, que toquen nuestra sensibilidad.
- Comprobar que produzcan en los niños mayor deseo de cantar o escuchar.
- Identificar que el mensaje que emite no enseñe violencia, ni sea propaganda que invite a comprar, o a consumir alcohol, drogas o comida chatarra.

# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez  
**Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco**

Juan Carlos Flores Miramontes  
**Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco**

Pedro Diaz Arias  
**Subsecretario de Educación Básica**

Juan Chávez Ocegueda  
**Director de Formación Integral**

**Responsable de contenido**  
Renata Jiménez Laborie y Laura Yolanda Oropeza Martínez

**Diseño gráfico**  
Renata Jiménez Laborie y Laura Yolanda Oropeza Martínez

