

# Acercamiento a la expresión corporal y danza en lo personal.

¿Qué es para ti la danza?

Es una disciplina que forma parte del arte en donde se utiliza el cuerpo mediante movimientos acompañados regularmente de música, en donde se logran expresar sentimientos, emociones, ideas; a través de esos movimientos.

¿En tu experiencia educativa en qué momento has estado en contacto con la danza o la expresión corporal?

Desde el preescolar hasta la actualidad; desde el jardín siempre nos han hecho partícipes de bailables, rondas, tablas gimnásticas en eventos importantes como día de la madre, del padre, de la primavera, navidad, etc. Así mismo en primaria y secundaria; en preparatoria fue raro y ahora en universidad la carrera lo demanda.

¿En tu experiencia personal en qué momento has estado en contacto con la danza o expresión corporal?

Al momento que ingresé a un grupo de danza folklórica tome un amor a la danza y durante 10 años continué estudié en distintos grupos, viví muchas experiencias gracias a la danza incluso tomé un diplomado.

En todo momento nos expresamos de manera corporal al hacer veñas, cuando vamos a algún baile, etc.

¿Por qué consideras importante la expresión corporal y la danza en preescolar?

Porque es la mejor etapa en la que como personas logramos expresarnos sin filtros; los niños son muy inocentes y no conocen de pena, entonces hacen bailes y juegos de movimiento en todo momento, lo disfrutan y se divierten.

¿En la práctica educativa, qué experiencias has tenido?

Durante la práctica del semestre pasado para el día de la revolución mexicana implementé un baile de movimientos con ayuda de un paliacate; con la canción de "adelita"; no salió perfecto pues se hizo en una sola clase, pero se disfrutó y se logró.