

HE

REVISTA DIGITAL

"INVESTIGACIÓN Y EDUCACIÓN"

NÚMERO 24

AGOSTO DE 2006

ISSN 1696-7208

DEPOSITO LEGAL: SE – 3792 - 06

HE

**TÍTULO: EL RITMO Y SU APLICACIÓN EN
MUSICOTERAPIA PARA ALUMNOS CON DEFICIENCIA
MENTAL.**

AUTORA: VANESSA DOMBRIZ GARRIDO

El proyecto consiste en la programación de actividades basadas en el ritmo y dirigidas a alumnos con deficiencia mental moderada.

INTRODUCCIÓN

Podemos considerar La Musicoterapia como la terapia basada en la producción y audición de la música, escogida ésta por sus resonancias afectivas, por las posibilidades que da al individuo para expresarse a nivel individual y de grupo, y de reaccionar a la vez según su sensibilidad, y también al unísono con los otros.

Se utiliza en Educación Especial por sus efectos positivos, produciendo relajamiento o acción y creando una atmósfera de alegría y confianza.

La música enriquece la vida, y por este motivo es necesario que rodee al niño con necesidades educativas especiales un ambiente rico y controlado en estímulos, puesto que esta experiencia sensorial es lo que le va a proporcionar un desarrollo emocional, psíquico, fisiológico y social equilibrado.

Podemos hablar de unos principios básicos de la Musicoterapia, según E. Thayer Gaston:

- “El establecimiento o restablecimiento de las relaciones interpersonales”.
- “El logro de la autoestima mediante autorrealización”.
- “El empleo del poder singular del ritmo para dotar de energía y organizar”.

Según Benenzon:

- “Principio de ISO” : ISO significa igual y resume nuestros arquetipos sonoros, nuestras vivencias intrauterinas y nuestras vivencias sonoras de nacimiento e infantiles hasta nuestros días. Para producir un canal de comunicación entre terapeuta y paciente, debe coincidir el tiempo mental del paciente con el tiempo sonoro-musical ejecutado por el terapeuta o de la música escuchada.
- “Principio de objeto intermediario” el objeto intermediario es un instrumento de comunicación capaz de actuar terapéuticamente sobre el paciente mediante la relación.

De entre los objetivos más importantes que persigue que persigue la aplicación terapéutica de la música con los niños de Educación Especial, podemos destacar:

- Mejorar la afectividad, la conducta, la perceptivomotricidad, la personalidad y la comunicación.
- Mejorar funciones psicofisiológicas tales como ritmo respiratorio y cardíaco, ya que la música actúa sobre el sistema neuromuscular. Reestablecimiento de los ritmos biológicos a través de la música. Adquisición de un mejor control tónicoemocional por la adquisición del equilibrio psicofisiológico.

ALUMNOS

Va dirigido a un grupo de seis alumnos con deficiencia mental moderada, se encuentran escolarizados en Educación Primaria en un centro de educación especial y acuden dos veces por semana a la sesión de musicoterapia en un aula específica del centro.

Las personas con deficiencia mental moderada tienen un CI entre 35-50 y podríamos destacar estas características:

- Las personas que se incluyen en esta categoría presentan una lentitud en el desarrollo de la comprensión y del uso del lenguaje y alcanzan en esta área un dominio limitado.
- Son capaces de mantener conversaciones sencillas.
- Pueden usar algunas frases complejas.
- Susceptibles de iniciar un proceso lecto-escritor con reducida capacidad de comprensión.
- Suelen presentar articulaciones defectuosas.
- La adquisición de habilidades para el cuidado personal y de las funciones motrices también está retrasada.

- Aunque los progresos escolares son limitados, algunos aprenden lo esencial para la lectura, escritura y el cálculo.
- En la vida adulta suelen ser capaces de realizar trabajos prácticos sencillos, si las tareas están cuidadosamente estructuradas y se les supervisa de un modo adecuado.
- Rara vez pueden conseguir una vida completamente independiente, sin embargo. La mayoría alcanza un desarrollo de la capacidad social para relacionarse con los demás y para participar en actividades sociales simples.

Las actividades musicales que vayamos a realizar con estos niños, no deben estar influidas por las limitaciones que manifiestan en otras áreas de aprendizaje. Las posibilidades de comunicación del ritmo, la melodía, la audición, son diferentes debido a su propia naturaleza.

El trabajo en grupo es fundamental en estos niños, pero para alcanzar un éxito notable, es necesario comenzar conociendo cómo es a nivel individual, por lo tanto sería conveniente realizar algunas sesiones personales para apreciar sus preferencias, descubrir su ISO, capacidad de integración en los posibles grupos, descubrir los canales de comunicación más asequibles...

Los niños con deficiencia mental, no obstante, se integran difícilmente en un grupo, y hemos de tenerlo en cuenta. Por sus características se adaptan a nuevas situaciones con mayor lentitud y son más intransigentes a la hora de admitir determinados condicionantes. Se encuentran en diferentes etapas de desarrollo mental, social, emocional y de ahí la dificultad de encontrar acciones puntuales que satisfagan a todos por igual.

Las connotaciones que caracterizan a estos niños podríamos definir las como rigidez y necesidad de repetición. En Musicoterapia hemos de tenerlas en cuenta, puesto que para ellos el repetir no significa monotonía, sino la comprensión y entendimiento de un mensaje.

Cuando se propone una nueva actividad, ésta debe contar con algunos elementos conocidos para que le niño intuya la posibilidad de superación a la vez que evitaremos frustraciones, afianzando así los sentimientos de seguridad y satisfacción.

El niño deficiente mental tiene cualidades positivas que podemos aprovechar, ya que no es un enfermo mental, sino un niño que no ha progresado de forma normal. “Es capaz de hacer asociaciones concretas. Puede aprender por medio de automatismo y la repetición; puede poseer alguna imaginación visual o auditiva que tal vez aún no ha despertado. Puede tener curiosidad que podría convertirse en interés. Los límites de su atención pueden ser ampliados por medio de técnicas especiales. Le agrada hacer cosas, tocar y manipular objetos, y sobre todo, puede ser motivado usando los métodos correctos” (J. Alvin)



PROYECTO

El proyecto consiste en *el ritmo y su aplicación en musicoterapia para alumnos con deficiencia mental.*

El ritmo es orden, ya que ordena los sonidos del tiempo. Sin él no existe periodicidad. Es el elemento más estimulante generalmente entre los deficientes psíquicos y físicos. Vivenciado de una manera muy espontánea y mediante ejercicios corporales, canciones rítmicas y manejo instrumental, podemos conseguir que ese mismo orden pase a formar parte de la experiencia del niño, mejorando las deficiencias que pudiera presentar tanto a nivel de lenguaje, como psicomotriz o de personalidad.

Las actividades rítmicas y de movimiento son de vital importancia para los niños con deficiencia mental. El hecho de que estos niños se unan en grupo para realizar una actividad específica en común, como es el ritmo, la danza, el baile, el movimiento, hace que se sientan identificados y unidos en una misma acción para conseguir unos fines colectivos e individuales que son expresarse y vivenciar el movimiento.

Lograr su propio ritmo individual, crear su instinto rítmico y participar en la dinámica del grupo es de gran transcendencia en el desarrollo de la autoestima y socialización de estos niños. El ritmo, la música, pueden hacer surgir sentimientos y emociones un tanto adormecidos como son los de seguridad, gratificación, autoestima, de grupo.

No debemos realizar ritmos que se alejen del ISO particular de cada uno.

Es interesante que el niño busque nuevas posibilidades sonoras y ruidos producidos en el entorno, tales como golpear el suelo, las paredes, obtener diferentes ruidos en la mesa, cristal, puerta... Su cuerpo también debe ser objeto de exploración sonora y así, le propondremos que descubra cómo suena al ser golpeado en sus diferentes partes: rodillas, manos, cómo puede obtener ruido y sonido con sus pies, dedos... todo ello haciendo lo posible porque controle sus movimientos y fuerza.

OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

- Provocar cambios en el comportamiento del niño para conseguir una más adecuada adaptación a su medio ambiente. Mejorar las relaciones interpersonales.
- Estimular mediante la práctica musical la memoria, atención, reflexión y en general, las facultades intelectuales.
- Desarrollar sus facultades psicomotoras tales como coordinación, esquema corporal, lateralidad...
- Readaptación social a través del trabajo en grupo. Participación y aceptación del grupo como elemento socializante.
- Desarrollo de autoestima y confianza en sí mismo, pues el niño necesita sentirse seguro y la música proporciona esta seguridad mediante su orden y estructura internos.

- Vencer los problemas de incomunicación verbal. La falta de vocabulario le ocasiona problemas de comunicación que se pueden superar con la práctica de actividades rítmico-melódicas y de movimiento. La música puede ser ese punto de contacto.
- Desarrollo de la percepción sensorial y estética. Cuanto más rico es el ambiente sensorial, mayor es el desarrollo del cerebro.
- Estimulación y desarrollo de la fantasía, imaginación y creatividad.
- Mejora y desarrollo de la expresión verbal y del lenguaje.
- Conocer y gozar la música. Despertar los sentimientos de alegría, satisfacción y sensibilidad. Gozar del placer estético.
- Mejorar el desarrollo personal e individual y enriquecer la formación de experiencias.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estimular y desarrollar la adquisición de destrezas sensoriomotrices de agilidad, equilibrio y coordinación corporal necesarias para una maduración motora y rítmica.
- Conseguir coordinaciones rítmicas armónicas como expresión de la vivencia musical.
- Desarrollo auditivo rítmico y vivencia corporal del ritmo escuchado.
- Adquisición de hábitos motrices mediante la realización de actividades rítmicas.
- Vivencia corporal de estructuras y secuencias rítmicas.
- Percibir el sentido de la velocidad a través del ritmo y la música.
- Desarrollo de las relaciones interpersonales a través de la experiencia rítmica.
- Interiorizar la pulsación.
- Discriminar entre tempo y pulso.
- Discriminar el tempo de una audición musical.
- Trabajar el ritmo a través de la improvisación.
- Ajustar el ritmo al lenguaje de una canción infantil.

CONTENIDOS

- Expresión vocal, corporal e instrumental de la pulsación.
- Imitación de ritmos.
- Secuencias rítmicas y ostinatos.



METODOLOGÍA

En general, con todos los niños que tengan alguna deficiencia debemos seguir técnicas adecuadas en la utilización de la música con el fin de aumentar los sentimientos de seguridad, mejorar la coordinación muscular, desarrollar el habla y estimular el proceso de socialización. En una primera toma de contacto, es conveniente dejar que el niño se exprese indistintamente: si lo hace cantando, a través del ritmo, del movimiento o tocando un instrumento, observaremos su reacción y forma de actuar. Lo motivaremos invitándole a reproducir ritmos o cantar melodías muy sencillas para saber cómo es su voz. Más tarde intentaremos que haga algo más desde su propia iniciativa. Por ejemplo, una forma de empezar podría ser entrar cantando; escuchar una cinta con un ritmo y marchar según sea éste; seguir las acciones del musicoterapeuta, como caminar y realizar las mismas acciones que él; imitación de percusiones corporales.

Se deben sistematizar de tal forma las sesiones, que las actividades han de resultar variadas, intercalando momentos de descanso, ejercicios de movimiento, de observación, de ejecución ya sea vocal o instrumental, tratando de que los niños no estén continuamente sometidos a los sonidos para evitar la fatiga y que llegue un momento en que se conviertan en ruidos.

Para presentar cada una de las actividades a los niños deficientes, se deberá proceder de una manera sistematizada, ya que estos no tienen como es natural la misma facilidad de aprender las cosas que el resto de los niños. Debemos enseñarles formalmente en su aprendizaje de una manera estructurada, graduando en pasos lógicos y estructuras simples los ejercicios correspondientes.

Nos basaremos principalmente en el método ACTIVO donde el niño participa mediante la acción, tendremos en cuenta el juego, la libertad y la creatividad.

Es importante destacar:

- **La motivación es la clave de toda actividad musical.**
- **La presentación de los ejercicios y actividades ha de ser muy clara y desmenuzada.**
- **Actuaremos lentamente para no producir tensión, angustia, frustración o fatiga.**
- **Procederemos gradualmente.**
- **Las sesiones oscilarán entre 30 y 40 minutos.**
- **Los ejercicios han de ser variados, cortos y atractivos.**
- **Tendremos en cuenta las características de nuestros alumnos a la hora de sistematizar una programación.**

Por otro lado nos basaremos en el método JAQUES-DALCROZE, para la educación del sentido ritmo en los niños; era una artista y pedagogo, llegó a descubrir por la directa observación de sus alumnos, la importancia del equilibrio del sistema nervioso en la ejecución de los movimientos rítmicos. El método se basa en:

- Preparación del cuerpo.

- Lograr que el niño tome conciencia de sus propias fuerzas, así como de las resistencias que se le oponen en su organismo.
- Dar flexibilidad y perfeccionar los medios físicos.
- Desarrollar el sentido de equilibrio del cuerpo.
- Desarrollar el sentido intuitivo de la distancia y una acomodación instintiva de la acción y los movimientos en el espacio, tanto en la ejercitación individual como colectiva.

- Educación del oído.

- Ejercitamos al niño en reconocer el valor de las divisiones del tiempo.
- El material musical servirá de base a casi todos los ejercicios, que serán presentados de forma simple y variada.
- Haremos escuchar, captar y comprender a los niños ritmos sencillos.

SECUENCIACIÓN Y ACTIVIDADES

Podemos iniciar las sesiones de musicoterapia de cualquiera de estas propuestas:

- Poner una pieza musical que tenga un significado afectivo y motor para los niños a la vez que entran en la sala música para recibirlos.
- Realizar juegos y ritmos con elementos corporales y la voz, en forma de eco.
- Marcar con un pandero o caja china un ostinato que invite a desplazarse en forma de marcha o libremente por el espacio.
- Ofrecer a los niños la posibilidad de ponerse en contacto con los instrumentos musicales para que los exploren y obtengan diferentes sonoridades.
- Cantar una canción ya aprendida anteriormente o que canten la que ellos elijan.

No voy a secuenciar cada una de las sesiones sino que voy a presentar una serie de actividades, el musicoterapeuta deberá elegir cuáles va a realizar con los niños según las necesidades de los alumnos en cada momento concreto.

ACTIVIDADES

Percusiones corporales

- Presentación de los elementos rítmicos del cuerpo:
 - Palmas: de diferentes maneras. Exploración.
 - Rodillas: con simultaneidad y alternancia de manos.
 - Pie: sólo izquierdo/ sólo derecho. Simultaneidad. Alternancia.

- Imitación rítmica por elementos corporales separados:
 - Ensayar ritmos sencillos sólo con palmas.
 - Cuando se haya superado la coordinación de palmas pasamos a rodillas.
 - Procuramos trabajar la reacción y coordinación de los pies, primero sólo con uno, luego con el otro, posteriormente pasamos a ritmos en los que se requiera alternancia de pies.

- Imitación rítmica por elementos corporales asociados:
 - Empezaremos por combinaciones muy simples para evitar el fracaso, empezaremos con palmas y rodillas, luego palmas y pies .
 - Asociación de tres elementos: palmas, rodillas y pies.

- Técnica de pregunta – respuesta

- Improvisación individual o en grupo:

Se realizará libremente, es conveniente realizar las improvisaciones sobre cuatro tiempos.

- Otras posibilidades de las percusiones corporales:
 - Canon rítmico.
 - Percusiones corporales más efectos sonoros con la voz, ritmos prosódicos o con instrumentos.
 - Percusiones corporales más melodías o fragmentos de canciones.
 - Percusiones corporales combinadas con movimientos.

Pulso

- Batir palmas libremente a una señal.
- Imitar palmas de blanca/ negra a propuesta del musicoterapeuta.
- Seguir el pulso marcado con movimientos de pies estando sentados: derecho, izquierdo, alternancia.
- Seguir el pulso marcado con golpes de manos sobre las rodillas.
- Alternar los pulsos: golpe mesa o rodilla/ palmada.
- Seguir el pulso marcado con un metrónomo.
- Moverse libremente por el espacio, a la vez que marcamos en el pandero negras (hacia delante, hacia atrás, a la derecha, izquierda, pasos cortos, largos...)
- Caminar y a una señal quedarse inmóviles. Reanudar la marcha cuando se indique.
- Trazar sobre el suelo diferentes recorridos con tizas, seguirlas según el tempo que se marque.
- Trazar sobre el papel o la pizarra líneas verticales al tempo rápido, horizontales si es lento.
- Con un instrumento de percusión (caja chino o pandero) imitar el tempo del profesor.
- Marcar palmas con un compañero al tempo indicado.
- El profesor maracará en un pandero diferentes valores, según las características de los niños.
 - Seguir el ritmo haciendo palmas.
 - Seguir el ritmo golpeando rodillas con ambas manos, simultáneamente.
 - Golpear el suelo con pie izquierdo/ dercho.
 - Caminar con pasos largos a ritmo de blancas.

HE
REVISTA DIGITAL
"INVESTIGACION Y EDUCACION"

Ritmo y preescritura

- Realizar círculos con el brazo izquierdo y con el derecho, siguiendo el ostinato rítmico. Primero con uno, luego con otro, alternancia.
- Con las manos sobre la mesa marcar el pulso o ritmo.
- Con las manos sobre la mesa marcar pulsos con diferentes dedos siguiendo el ritmo indicado.
- Con las palmas de las manos juntas, marcar pulsos con los dedos.



Ostinatos

Es una secuencia rítmica que se repite sin cesar. Se pueden crear ostinatos rítmicos repitiendo un ritmo de base inventado por el alumno y repitiéndolo varias veces hasta su interiorización.

El ritmo puede ejecutarse en cuatro niveles:

- Verbal: utilizaremos palabras mágicas, onomatopeyas imaginarias (abracadabra)
- Vocal: entran en juego palabras con un significado específico.
- Instrumental: podemos utilizar instrumentos fabricados por los niños, instrumentos de percusión como caja china, pandero, claves, carrillones...
- Corporal: podemos hacer las percusiones sobre uno o varios elementos de nuestro cuerpo.

Balanceo

Con música de ritmo binario podemos introducir al niño en esta experiencia rítmica. Elegiremos con cuidado la más apropiada según las situaciones:

- Canción de cuna.
- Canción infantil.
- Audición musical.
- Ostinato verbal, vocal o instrumental.
- Interpretación de una melodía con un instrumento musical.

Podemos realizar las siguientes actividades:

- Con una muñeca entre los brazos, balanceo antero-posterior siguiendo el ritmo.
- Balanceo lateral con brazos y cuerpo relajado.
- Balanceo de cabeza, de hombros, tronco.
- Paso hacia delante con lanzamiento de brazos. Hacia atrás.
- Cogidos de la mano, por parejas, balanceo lateral; simular remar.
- En corro, cogidos de la mano, paso hacia dentro con lanzamiento de manos, hacia atrás.
- En corro, cogidos por los hombros o cintura, balanceo lateral, cayendo todos hacia el mismo lado.
- Utilización de objetos: balones, pañuelos, cuerdas.

Canción infantil

Sobre una canción infantil conocida, establecer un ritmo continuado para interiorizar el pulso y el tempo, ajustar el ritmo al lenguaje e incluir instrumentos musicales de pequeña percusión sencillos para instrumentar la canción.

Pregunta –respuesta con instrumentos de láminas

- DO RE MI FA SOL LA SI

Crearemos sobre la base de cuatro pulsaciones la melodía y el ritmo que queramos para construir la pregunta musical, acabando la cuarta pulsación en la nota SOL, por ser de la mayor tensión. Para construir la respuesta musical acabaremos con la nota DO en la cuarta pulsación por ser la nota que nos da el reposo musical.

Juego: Pum, pum, pum

- Se les explica a los niños que van a sentir su pulso, colocan su mano en el corazón y se les dice que van a sentir “pum, pum, pum”
- A continuación corren, saltan.
- Se detienen, ponen sus manos en el corazón para que sientan el “pum, pum, pum” que ahora es más rápido que antes y además no para, cada pum, pum es igual al otro.

EVALUACIÓN

La finalidad de la evaluación consiste en contribuir al desarrollo de todas las capacidades. El punto de referencia será los objetivos que nos hemos marcado y las características de los niños.

La evaluación debe ser:

* Global, porque toma en consideración la totalidad de elementos que forman parte del hecho (previstos y no previstos), estando además referida al conjunto de capacidades del alumno.

* Continua y procesual, porque es un elemento inseparable del proceso educativo mediante el cual se recoge permanentemente información sobre el proceso permitiendo valorarlo y regularlo.

* Formativa, reguladora, orientadora y autocorrectora del proceso educativo porque proporciona una información constante para poder mejorar el proceso y los resultados de la intervención educativa, siempre que sea necesario y justo en el momento adecuado.

* Contextualizada, es decir, referida a su entorno y a un proceso concreto de enseñanza-aprendizaje.

* Democrática, interviniendo en ella los sectores directamente implicados en el proceso educativo.

* La valoración del proceso se expresará en términos cualitativos, valorando sin calificar.

REVISTA DIGITAL
"INVESTIGACIÓN Y EDUCACIÓN"

A la hora de evaluar a los alumnos deberemos tener en cuenta:

* Forma en que aprende: Tipo de metodología, materiales y recursos (necesidades específicas).

* Dificultades detectadas.

* Grado de esfuerzo y motivación.

* Asimilación de nuevos aprendizajes.

* Desarrollo de las capacidades madurativas.

* Grado de socialización.

* Adquisición de conductas cada vez más autónomas.

Realizaremos una evaluación inicial que será el punto de partida para la programación del trabajo diario.

Una evaluación continua a lo largo de cada sesión donde se irán recogiendo y anotando los datos, incidencias y el desarrollo paulatino de cada alumno. Se pretende ir adecuando la enseñanza al ritmo natural de aprendizaje de cada alumno.

Y una evaluación final al término de la programación para comprobar el grado de consecución de los objetivos propuestos.

* La técnica fundamental será la observación directa y sistemática, ya que se integra en el proceso de aprendizaje no siendo un elemento extraño que distorsione la dinámica de grupo.

Permite obtener información necesaria para una continua y rápida toma de decisiones.

* Instrumentos que utilizaremos serán los diarios de clase, escala de observación, registros anecdóticos.

Otro aspecto a tener en cuenta es valorar nuestro propio trabajo, debemos reflexionar sobre si la metodología es adecuado, los materiales suficientes y adaptados a nuestros alumnos, si el tiempo es suficiente para cada actividad, si estamos consiguiendo los objetivos propuestos...

CONCLUSIONES FINALES

Las actividades musicales son muy importantes para los aprendizajes escolares de estos niños, ya que les ayudan a integrarse en el trabajo y abren canales de comunicación. Sería conveniente que todos los días recibiesen una sesión apropiada y adaptada a su grado de desarrollo e integración tanto personal como al grupo y centro educativo.

BIBLIOGRAFÍA

- Josefa Lacarcel Moreno “ Musicoterapia en Educación Especial” Universidad de Murcia, 1995.
- Raquel Bronstein, Rebeca Braverman, Silvia Dubovoy “ Juguemos con la música” Trillas
- Compagnon, Thomet “ Educación del sentido rítmico” ed. Kapelusz.
- Benezon “ Manual de Musicoterapia” Paidós educador.
- Ger Storms “ 101 juegos musicales” Ed. Grao.

REVISTA DIGITAL
"INVESTIGACIÓN Y EDUCACIÓN"

