



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

ENSENYAMENT DE MESTRES

EDUCACIÓ INFANTIL

TREBALL DE FI DE GRAU

**COM AFECTA LA DANSA DEL HIP HOP
EN LA MOTRICITAT GRUIXUDA DE L'INFANT**

Ivet López Molina

Tutora: Ana Torres García

Tarragona, 30 de maig de 2025

Agraïments

Vull expressar el meu sincer agraïment a totes les persones que han fet possible la realització d'aquest Treball de Fi de Grau.

En primer lloc, a la meva tutora, Ana Torres García, pel seu acompanyament constant, les seves orientacions i la seva disponibilitat durant tot el procés.

També vull agrair molt especialment als tres professionals del Hip Hop que van participar a les entrevistes: Salva Faye, Miriam Valero i Jandro Adaid, per la seva generositat, la passió que transmeten i per compartir amb mi els seus coneixements i experiències, que han estat claus per a aquest treball.

A l'equip docent i a l'alumnat de l'escola on vaig poder fer les observacions, gràcies per facilitar-me l'accés i confiar en el projecte.

I, sobretot, a la meva família, per ser sempre al meu costat, pel seu suport incondicional, per creure en mi i per acompanyar-me en aquest camí amb paciència i estima.

Finalment, gràcies a totes les persones que, d'una manera o altra, han contribuït al desenvolupament i a l'elaboració d'aquest treball.

RESUM

Aquest Treball de Fi de Grau té com a objectiu analitzar si la pràctica de la dansa del Hip Hop pot afavorir el desenvolupament de la motricitat gruixuda en infants de 5 anys que cursen el darrer any de l'educació infantil. Per dur-ho a terme, s'ha utilitzat una metodologia qualitativa basada en dues tècniques principals de recollida d'informació: entrevistes semiestructurades a tres professionals del Hip Hop i observació directa d'un grup de 22 infants durant una sessió de dansa setmanal al llarg de quatre setmanes. Les observacions es van registrar mitjançant una graella específica que valorava diversos ítems relacionats amb la coordinació, l'equilibri, el control postural, la lateralitat, el ritme i els desplaçaments.

Els resultats obtinguts posen de manifest una millora progressiva en la majoria dels infants, especialment pel que fa a la coordinació global, l'estabilitat en el moviment i la consciència corporal. Les entrevistes també han confirmat que la dansa del Hip Hop és una eina pedagògica motivadora i inclusiva, capaç de fomentar l'expressió emocional, la creativitat i l'autoestima. Malgrat les dificultats inicials observades com ara la descoordinació o el desconeixement de l'estil, la pràctica regular ha afavorit una evolució positiva.

Paraules clau: motricitat gruixuda, Hip Hop, educació infantil, desenvolupament motor, dansa educativa.

RESUMEN

Este Trabajo de Final de Grado tiene como objetivo analizar si la práctica de la danza del Hip Hop puede favorecer el desarrollo de la motricidad gruesa en niños y niñas de 5 años que cursan el último año de la educación infantil. Para llevarlo a cabo, se ha utilizado una metodología cualitativa basada en dos técnicas principales de recogida de información: entrevistas semiestructuradas a tres profesionales del Hip Hop y observación directa de un grupo de 22 infantes de 5 años durante una sesión de danza semanal a lo largo de cuatro semanas. Las observaciones se registraron mediante una tabla específica que valoraba diversos ítems relacionados con la coordinación, el equilibrio, el control postural, la lateralidad, el ritmo y los desplazamientos.

Los resultados obtenidos muestran una mejora progresiva en la mayoría de los niños y niñas, especialmente en lo que respecta a la coordinación global, la estabilidad en el movimiento y la

conciencia corporal. Las entrevistas también confirmaron que la danza Hip Hop es una herramienta pedagógica motivadora e inclusiva, capaz de fomentar la expresión emocional, la creatividad y la autoestima. A pesar de las dificultades iniciales observadas, como la descoordinación o el desconocimiento del estilo, la práctica regular favoreció una evolución positiva.

Las conclusiones señalan que la danza del Hip Hop puede convertirse en un recurso valioso dentro de la educación infantil para promover el desarrollo motriz de los infantes desde una perspectiva lúdica, expresiva e integradora.

Palabras clave: motricidad gruesa, educación infantil, desarrollo motriz, danza educativa.

ABSTRACT

This Final Degree Project aims to analyse whether Hip Hop practice can promote the development of gross motor skills in five-year-old children. A qualitative methodology was used, based on two main data collection techniques: semi-structured interviews with three Hip Hop professionals and direct observation of a group of 22 five-year-old children in the final year of early childhood education during one dance session per week for four weeks. Observations were recorded using a specific observation chart that assessed several items related to coordination, balance, postural control, laterality, rhythm, and movement.

The results show a progressive improvement in most of the children, especially in terms of overall coordination, movement stability, and body awareness. The interviews also confirmed that Hip Hop dance is a motivating and inclusive pedagogical tool capable of fostering emotional expression, creativity, and self-esteem. Despite some initial difficulties observed, such as lack of coordination or unfamiliarity with the style, regular practice contributed to a positive evolution.

The conclusions suggest that Hip Hop dance can be a valuable resource within early childhood education to promote motor development from a playful, expressive, and inclusive perspective.

Keywords: gross motor skills, Hip Hop, early childhood education, motor development, educational dance.

Índex

1. Introducció	7
2. Marc teòric	9
2.1. La motricitat gruixuda	9
2.1.1. Què és la motricitat?	9
2.1.2. Tipus de motricitat	10
2.1.3. Què és la psicomotricitat?	11
2.1.4. Desenvolupament psicomotor en infants de 5 anys.	12
2.1.5. Importància de la motricitat gruixuda en l'aprenentatge i la vida quotidiana.....	14
2.2. El Hip Hop com a activitat física	15
2.2.1. Què és el Hip Hop?	15
2.2.2. Elements del Hip Hop	16
2.2.3. Característiques del Hip Hop	17
2.2.3.1. Estil i expressió corporal	18
2.2.3.2. Tipus de moviments	19
2.2.3.3. Estructura d'una classe de Hip Hop.....	20
2.2.4. Beneficis físics i cognitius de la dansa del Hip Hop	21
2.2.5. La importància de la dansa en la formació docent	22
3. Marc metodològic	24
3.1. Supòsit de partida/Pregunta d'investigació	24
3.2. Objectius.....	25
3.2.1. Objectiu general	25
3.2.2. Objectius específics.....	25
3.3. Disseny metodològic	26
3.3.1. Introducció i temporalització	26
3.3.2. Metodologia	28
3.3.3. Mostra/població.....	29
3.3.4. Instruments per la recollida de dades	30
4. Resultats	32
4.1. Anàlisi de les observacions de les sessions de la dansa del Hip Hop.....	32
4.2. Anàlisi de les entrevistes	36
5. Conclusions	38
6. Bibliografia.....	42
7. Annexos.....	45

7.1. Annex 1. Graella d'observació de les sessions de la dansa del Hip Hop	45
7.2. Annex 2. Model d'entrevista.	50
7.3. Annex 3. Transcripcions de les entrevistes.....	51

1. Introducció

L'estudi sobre com la pràctica del Hip Hop influeix en la motricitat gruixuda dels infants de 5 (5 anys) sorgeix de la creixent atenció que rep l'activitat física en el desenvolupament infantil integral. La motricitat gruixuda és fonamental en aquesta etapa, ja que inclou habilitats com la coordinació, l'equilibri i el control postural, aspectes essencials per al creixement i l'adquisició de futurs aprenentatges motrius.

Diversos estudis han demostrat que la pràctica regular d'activitats físiques contribueix significativament al desenvolupament motriu dels infants, millorant la seva capacitat per realitzar moviments complexos i coordinats. Segons el material didàctic de l'institut Obert de Catalunya (IOC), “gràcies a l'activitat motriu, l'infant explora el medi i s'organitza en el seu marc, efectua els processos adaptatius bàsics i aquesta activitat esdevé el seu canal de comunicació amb els éssers humans” (IOC, 2020). A més, la dansa, com a forma d'expressió corporal, ha estat reconeguda com una eina eficaç per al desenvolupament de la motricitat gruixuda, ja que combina moviments rítmics amb la necessitat de coordinació i control corporal. Un estudi publicat a la revista *Apunts* destaca que la competència motora contribueix al fet que els joves tinguin un repertori major d'opcions motrius i se sentin competents, i que la inclusió d'activitat física orientada a la vivència d'experiències riques en habilitats motrius afavoreix el desenvolupament de la competència motora dels infants (Apunts, 2017).

Aquest treball té com a objectiu analitzar si la pràctica del Hip Hop contribueix a la millora de la motricitat gruixuda en infants de 5 anys, basant-se en informació extreta d'articles i estudis previs. A diferència d'altres investigacions que se centren en l'ús de la dansa en contextos escolars, aquest estudi es focalitza en els efectes que té la pràctica del Hip Hop, independentment de l'entorn en què es realitzi, sobre el desenvolupament motriu infantil.

En el primer capítol d'aquesta recerca, es defineix la motricitat gruixuda, els seus components principals i la seva importància en l'etapa infantil. S'hi detallen conceptes com la motricitat fina i gruixuda, la psicomotricitat i el desenvolupament motriu en infants de cinc anys, destacant la rellevància de treballar aquests aspectes en l'àmbit educatiu per afavorir un creixement integral. A més, s'aborda la importància de fomentar activitats motrius en l'aprenentatge i la vida quotidiana dels infants.

En el segon capítol, es presenta el Hip Hop com a activitat artística i física, analitzant-ne els orígens, els elements principals, les característiques de la dansa, els tipus de moviments i l'estructura d'una classe. També s'estudia el seu impacte en el desenvolupament infantil, especialment en l'àmbit físic, cognitiu, emocional i social, posant en relleu els beneficis que pot aportar. Finalment, es reflexiona sobre la importància que té la formació docent per poder integrar la dansa com a recurs pedagògic dins l'etapa d'educació infantil.

L'objectiu principal d'aquesta investigació és:

- Analitzar si la pràctica de la dansa del Hip Hop en infants de 5 anys millora la seva motricitat gruixuda.

La motivació per aquesta recerca sorgeix de la necessitat d'explorar com l'activitat física pot impactar el desenvolupament motriu infantil, així com de l'interès per conèixer quins tipus d'exercicis poden resultar més beneficiosos per a millorar la motricitat gruixuda en edats primerenques.

2. Marc teòric

2.1. La motricitat gruixuda

Aquest capítol presenta el concepte de motricitat des d'una perspectiva general, analitzant-ne la definició i la seva classificació entre motricitat fina i motricitat gruixuda. S'introdueix la noció de la psicomotricitat com a integració entre moviment i funció cognitiva i emocional, aportant una visió global del desenvolupament motriu.

A continuació, s'aprofundeix en les característiques de la motricitat gruixuda i la seva funció essencial en el desenvolupament infantil, especialment en habilitats com l'equilibri, la coordinació i el control postural. S'exposa el procés de desenvolupament motriu en infants de 5 anys, etapa clau en què es consoliden moltes habilitats motrius bàsiques i es reforça l'autonomia corporal.

També s'analitzen els principals factors que influeixen en la motricitat gruixuda, tenint en compte tant els aspectes biològics com els ambientals, incloent-hi l'entorn familiar, escolar i les oportunitats de moviment.

Aquest capítol serveix com a base per entendre per què la motricitat gruixuda és important en l'aprenentatge i en el dia a dia dels infants, i ajuda a preparar el context per després parlar del Hip Hop com a activitat física i del seu possible impacte en el desenvolupament motriu.

2.1.1. Què és la motricitat?

La motricitat és un aspecte fonamental en el desenvolupament dels infants, ja que influeix no només en les seves habilitats físiques, sinó també en el seu creixement cognitiu, emocional i social. Es pot entendre com la capacitat de generar moviment mitjançant la contracció muscular, fet que permet el desplaçament del cos, el manteniment de l'equilibri i la interacció amb l'entorn (Zapata, 1989, citat a Viciano Garófano et al., 2023).

Des d'una perspectiva educativa, el moviment esdevé essencial per a l'exploració, l'aprenentatge i la construcció de la identitat personal. En aquest sentit, Nista-Piccolo (2015, citat a Viciano Garófano et al., 2023) afirma que una educació que no consideri motricitat com a part integral del desenvolupament infantil no reflecteix la realitat del nen. Així mateix, Uribe

Pareja (2025) destaca que el desenvolupament motriu ha d'enfocar-se des d'una visió dinàmica i global, ja que aquest afecta múltiples dimensions del creixement, incloent-hi les àrees psicològiques i socials.

En l'àmbit educatiu, la motricitat ocupa un lloc destacat en el currículum d'Educació Infantil a Espanya, tal com recull el Reial decret 1630/2006, de 29 de desembre. No obstant això, diversos estudis han posat de manifest que, en la pràctica, aquest component no sempre rep l'atenció que mereix (Gómez, López i Sánchez-Alcaraz, 2015; Pons i Arufe, 2016, citats a Viciana Garófano et al., 2023). Aquesta mancança pot afectar tant el desenvolupament físic com el rendiment acadèmic dels infants (Le Boulch, 1981, citat a Viciana Garófano et al., 2023)

Per tant, resulta imprescindible promoure activitats motrius en l'educació infantil des d'una mirada integral, on el moviment es consideri una eina clau per al benestar general. Aquest tipus d'activitats no només afavoreixen el desenvolupament físic, sinó que també milloren l'autonomia, la capacitat de relació i l'adaptació escolar.

2.1.2. Tipus de motricitat

Dins el desenvolupament motriu dels infants, es poden distingir dues grans categories: la motricitat fina i la motricitat gruixuda. Aquesta classificació resulta fonamental per comprendre l'evolució de les habilitats motrius durant els primers anys de vida (Mendoza, Morán, 2017).

La motricitat fina es refereix als moviments que impliquen petits grups musculars, especialment els de les mans, els dits, els ulls i la musculatura facial. Aquesta capacitat està estretament vinculada amb la coordinació òculo-manual, necessària per a activitats que exigeixen precisió, com escriure dibuixar o manipular objectes petits. Mendoza Morán (2017) destaca que la motricitat fina esdevindrà un dels eixos centrals de la intel·ligència, ja que afavoreix la comprensió i l'aprenentatge a través de la manipulació activa de l'entorn.

Segons Rodríguez-Vázquez et al. (2020), la pràctica regular d'activitats físiques orientades a la manipulació d'objectes petits, el dibuix i els jocs recreatius millora significativament la coordinació òculo-manual i afavoreix el desenvolupament de la motricitat fina. Aquests autors indiquen que activitats lúdiques com el transport de líquids o jocs d'identificació corporal poden ser utilitzades per estimular de manera lúdica aquesta habilitat.

Per la seva banda, la motricitat gruixuda fa referència als moviments que impliquen grans grups musculars, com els de les cames, els braços o el tronc. Es tracta de moviments amplis que inclouen accions com córrer, saltar o mantenir l'equilibri (Mendoza Morán, 2017)

Rodríguez-Vázquez et al. (2020) assenyalen que la motricitat gruixuda es desenvolupa a través d'activitats com carreres, salts, balanceigs i circuits motrius. Aquestes pràctiques no només milloren la força, la velocitat i l'agilitat sinó que també contribueixen al desenvolupament de l'equilibri, la postura i la coordinació general del cos infantil. A més, remarquen que l'educació física té un paper fonamental en la promoció d'aquest desenvolupament, incidint positivament en les àrees cognitiva, afectiva i motriu dels infants.

Tant la motricitat fina com la gruixuda evolucionen de manera interdependent i constitueixen una base essencial per a l'aprenentatge, la interacció social i la construcció de la identitat corporal durant la infància.

2.1.3. Què és la psicomotricitat?

El concepte de psicomotricitat ha estat abordat de diverses maneres al llarg del temps, amb orígens a començaments del segle XX. Inicialment, la psicomotricitat estava vinculada a la patologia gràcies a les investigacions de Dupré. Posteriorment, figures com Wallon i Ajuriaguerra van aprofundir en aquest camp des de diferents disciplines científiques, consolidant els fonaments teòrics de la psicomotricitat (Institut Obert de Catalunya, 2024).

Actualment, el Fòrum Europeu de Psicomotricitat, que inclou una gran part dels països europeus, entre ells Espanya, es va començar a consolidar com a espai de referència a partir del seu primer congrés celebrat a Marburg, Alemanya, l'any 1996. En el marc del Primer Congrés Europeu de Psicomotricitat, es va consensuar una definició comuna del concepte, que inclou aspectes socioafectius, motors, psicomotors i intel·lectuals, així com la seva aplicació pràctica, centrada en l'experiència del propi infant (European Forum of Psychomotricity, 2024; Institut Obert de Catalunya, 2024).

Pel que fa a la seva pràctica, la psicomotricitat té diferents vessants. En aquest context, s'ha de destacar la seva aplicació en l'àmbit educatiu, que va començar a guanyar protagonisme a la dècada de 1950 gràcies a les contribucions de Louis Picq i Pierre Vayer. A partir de la dècada de 1980, es va produir una separació entre dos enfocaments dins del vessant educatiu: d'una

banda, el corrent psicopedagògic, impulsat per figures com Le Boulch i Vayer, i de l'altra, el corrent vivencial, representat per Lapiere i Aucouturier (Institut Obert de Catalunya, 2024).

Segons Berruezo (1996, citat a Ardanaz, 2009), la psicomotricitat s'ha d'entendre com una integració de les dimensions cognitives, emocionals, simbòliques i sensoriomotrius dins la capacitat d'expressió i relació de l'infant en el seu entorn social. Aquesta concepció global de la persona justifica que el treball psicomotor tingui un paper fonamental en el desenvolupament de la personalitat.

La pràctica psicomotriu inclou tant moviments amples com gestos precisos, i es divideix habitualment en dues grans àrees: la psicomotricitat gruixuda i la psicomotricitat fina. En el primer cas, es treballa el control corporal general, la coordinació, l'equilibri o la percepció de l'eix corporal. En el segon cas, es busca la precisió de moviments manuals, facials i gestuals que intervenen en activitats més fines com retallar, pintar o manipular objectes petits.

A més, es considera essencial fomentar activitats de psicomotricitat a través del joc, ja que aquest afavoreix l'exploració corporal, la creativitat i el desenvolupament del llenguatge. Exercicis com el joc simbòlic, la imitació, la relaxació o a la respiració dirigida esdevenen recursos útils per reforçar l'autocontrol, la tonicitat muscular i l'autonomia personal (Ardanaz, 2009).

2.1.4. Desenvolupament psicomotor en infants de 5 anys.

El desenvolupament psicomotor en la infància es defineix com la interacció entre els processos de maduració del sistema nerviós central i els factors ambientals que intervenen en l'aprenentatge i les relacions socials. Aquesta interrelació consisteix la base per a la construcció de les habilitats motrius fonamentals, les quals es desenvolupen principalment durant els primers sis anys de vida (Delgado-Lobete i Montes-Montes 2017)

Diversos estudis mostren que el desenvolupament psicomotor dels infants es veu influenciat no només per factors biològics, sinó també el context social i educatiu en què es desenvolupen. En aquest sentit, l'entorn on l'infant viu i aprèn pot condicionar significativament la seva motricitat. Una anàlisi comparativa entre contextos educatius urbans i rurals evidencia que els nens d'entorns rurals tendeixen a mostrar un desenvolupament més elevat de la motricitat gruixuda, mentre que la motricitat fina es veu més afavorida en entorns urbans, probablement

a causa de l'exposició més gran a tasques manuals i materials educatius específics (Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021).

El desenvolupament motriu típic segueix una seqüència previsible que va des del centre del cos cap a les extremitats. Aquest procés comença amb la capacitat de controlar el cap i el coll, seguit pels braços i les cames, i finalment les mans i dits (Navas, 2018, citat a Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021). Aquesta progressió és essencial per al desenvolupament posterior de la coordinació, l'equilibri i la manipulació precisa d'objectes (Avendaño, 2018, citat a Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021).

A més, s'ha observat una connexió directa entre la motricitat i les funcions cognitives. Els infants amb un bon desenvolupament motriu tendeixen a mostrar més facilitat per concentrar-se, memoritzar i regular la seva conducta. La teoria de l'adaptabilitat afirma que l'entorn pot facilitar o imitar habilitats segons les oportunitats de moviment que ofereix: espais oberts, accessibilitat de materials didàctics i condicions de seguretat (Zula i Comeca, 2019, citat a Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021).

A més, s'ha observat una connexió directa entre la motricitat i les funcions cognitives. Els infants amb un bon desenvolupament motriu tendeixen a mostrar més facilitat per concentrar-se memoritzar i regular la seva conducta. La teoria de l'adaptabilitat afirma que l'entorn pot facilitar o limitar aquestes habilitats segons les oportunitats de moviment que ofereix: espais oberts, accessibilitat a materials didàctics i condicions de seguretat (Zula i Comeca, 2019, citat a Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021).

També es destaca la importància del paper dels docents i les condicions dels centres educatius. En entorns urbans, malgrat disposar de més recursos tecnològics i infraestructura, les mancances d'espais oberts i l'excés de teoria en els currículums limiten el desenvolupament de la motricitat gruixuda. En canvi, els entorns rurals ofereixen espais físics naturals que afavoreixen el moviment, però pateixen carències materials i pedagògiques per a potenciar la motricitat fina (Colcha Concha i San Lucas Solórzano, 2021).

2.1.5. Importància de la motricitat gruixuda en l'aprenentatge i la vida quotidiana.

La motricitat gruixuda juga un paper fonamental en el desenvolupament infantil, ja que permet als infants adquirir habilitats bàsiques per a la seva vida quotidiana, com caminar, saltar, córrer i mantenir l'equilibri. Aquestes destreses no només són importants per a la seva autonomia física, sinó que també contribueixen al desenvolupament cognitiu i emocional. Segons Caiza Ashqui, Luje Caiza i Bravo Zambonino (2023), una estimulació adequada a través d'activitats cada cop més complexes influeix directament en la seva capacitat d'interactuar amb l'entorn i afrontar reptes diaris.

A més, s'ha identificat que la manca d'estimulació motriu adequada pot derivar en dèficit en l'àrea psicomotriu, limitant la capacitat dels infants per a desenvolupar funcions bàsiques de la vida diària. És per això que les activitats lúdiques esdevenen una eina essencial en l'àmbit educatiu, facilitant un aprenentatge significatiu i despertant l'interès i la motivació dels infants (Campos Hernández, 2020).

La pràctica de jocs i exercicis que impliquen moviments amplis com saltar, grimpar, córrer o gatejar no només millora les habilitats físiques, sinó que també contribueix a l'estructuració de la percepció espacial i corporal. A través d'aquestes activitats, els infants desenvolupen la capacitat de reconèixer la seva posició en l'espai i millorar la coordinació, aspectes fonamentals per al seu rendiment escolar i per a l'adquisició de nous aprenentatges.

D'altra banda, l'equilibri dinàmic, com a component de la motricitat gruixuda, té una importància destacada, ja que incideix en la capacitat de realitzar moviments de manera fluida i controlada. Poblete i Pasmíño (2013, citat a Caiza Ashqui Luje Caiza i Bravo Zambonino, 2023) assenyalen que millorar l'equilibri no només repercuteix en l'àmbit esportiu, sinó també en les activitats quotidianes, contribuint a una millor postura, coordinació i prevenció de lesions.

Finalment, la inclusió d'activitats lúdiques dins de l'aula, com proposa el model pedagògic de Montessori, ha demostrat ser eficaç per enfortir la motricitat gruixuda, fonamentant alhora la participació activa, la cooperació i el desenvolupament de l'autonomia dels infants (Caiza Ashqui et al., 2023; Campos Hernández, 2020).

2.2. El Hip Hop com a activitat física

Aquest capítol ofereix una anàlisi completa del Hip Hop com a manifestació cultural i educativa, explorant-ne les arrels, els elements fonamentals i les característiques que el defineixen com a dansa i com a eina pedagògica. S'hi aborda el seu origen històric, la seva evolució i els quatre pilars que el sustenten —DJing, MCing, breakdance i graffiti—, posant èmfasi en la dimensió expressiva i social.

A continuació, es descriuen aspectes clau com l'estil, l'expressió corporal, els tipus de moviments i l'estructura d'una classe de Hip Hop, tot destacant el seu potencial per desenvolupar la creativitat, la coordinació i el treball en equip. També s'exploren els beneficis físics, cognitius i emocionals que aquesta pràctica aporta a la infància, subratllant-ne la capacitat per afavorir la socialització, reforçar l'autoestima i millorar les habilitats motrius.

Finalment, s'incorpora una reflexió sobre la importància de la dansa en la formació docent, tot ressaltant el desenvolupament integral dels infants a través del moviment i l'expressió artística.

2.2.1. Què és el Hip Hop?

El Hip Hop es defineix com una cultura artística, urbana i transgressora que va sorgir a la dècada dels 70 als Estats Units, especialment entre les comunitats afroamericanes i llatines del Bronx, Nova York. Va néixer com una resposta a la marginació social, la pobresa i la violència als barris, convertint-se en una alternativa d'expressió i cohesió social (Juárez Martínez i Bermúdez Franco, 2021).

Aquesta cultura es compon de quatre elements fonamentals: el DJing (mescla de sons amb vinils), el MCing (rap), el breakdance (ball acrobàtic) i el graffiti (expressió visual), als quals sovint s'afegeix el beatbox (percussió vocal), la creació de sons musicals amb la boca (Sandín Lillo, 2015). Cadascun d'aquests elements representa una manifestació artística que ha contribuït al desenvolupament del moviment, destacant el seu caràcter competitiu, d'autoformació i superació personal.

El Hip Hop no només es limita a la música o al ball, sinó que també transmet missatges, valors i vivències de les comunitats on va néixer. Ha estat una eina per expressar emocions i per crear

espais col·lectius on les persones poden compartir les seves inquietuds i reivindicacions (Rodríguez Álvarez i Iglesias da Cunha, 2014).

El Hip Hop ha experimentat una expansió global i ha estat adoptat i adaptat per diverses cultures, convertint-se en una eina de transformació social i educativa. Segons Rodríguez Álvarez i Iglesias da Cunha (2014), aquesta cultura ha estat utilitzada en projectes pedagògics i comunitaris per treballar valors com la creativitat, la col·laboració i la inclusió social.

Avui dia, el Hip Hop és present no només en grans ciutats, sinó també en entorns escolars i comunitaris, on s'aprofita com a recurs educatiu per fomentar el respecte, la igualtat i el treball en equip. Diversos tallers i programes de dansa urbana utilitzen el Hip Hop per motivar infants i adolescents, promovent alhora el desenvolupament corporal i emocional (Rodríguez Álvarez i Iglesias da Cunha, 2014).

Des dels seus inicis fins avui, el Hip Hop no només s'ha mantingut com un moviment musical, sinó que també s'ha convertit en una forma d'expressió i identificació per a molts joves a tot el món (Juárez Martínez i Bermúdez Franco, 2021).

2.2.2. Elements del Hip Hop

El Hip Hop és un moviment urbà juvenil que neix a Nova York a finals dels anys seixanta i que esdevé una forma d'expressió cultural global. A més de ser un estil musical, és també una subcultura amb quatre elements clau que creen la seva identitat artística i social: DJing, MCing, Breakdance i Graffiti (Reyes Sánchez, 2007).

El Djing representa l'origen musical del Hip Hop. Els DJ's creen bases rítmiques, barregen vinils i manipulen el so a través de tècniques com el *scratching*¹. (Sandín Lillo, 2015)

L'MCing o Master of Ceremonies aporta la veu del moviment. Inicialment, els MCs acompanyaven els DJ's, però amb el temps van guanyar protagonisme i importància, convertint-se en portaveus de les històries i les reivindicacions de la seva comunitat. El rap

¹ “Scratch: és un element bàsic del turntablism, una forma de tocar música amb dos plats. També es denomina scratch quan un DJ agafa un disc i el mou cap endavant i cap enrere amb els dits, aconseguint diversos efectes.” (traducció pròpia). Definició extreta de Ministeri de Cultura de l'Argentina, disponible a: (consulta: 30 d'abril de 2025).

combina poesia, rima i ritme, i s'ha convertit en una eina de crítica social i d'autoafirmació (Reyes Sánchez, 2007).

El breakdance, també conegut com breaking, es la part corporal del Hip Hop. Combina acrobàcies, girs, salts i moviments rítmics que reflecteixen força, agilitat i creativitat. A més, aquesta dansa és clau per canalitzar l'energia i oferir alternatives a situacions de risc social (Reyes Sánchez, 2007)

El Graffiti és l'expressió visual del Hip Hop. No es tracta de pintar a una paret, sinó d'una forma d'art que busca destacar a l'autor a l'espai públic. Aquest art és alhora una forma de reivindicació d'espai i identitat, i un mitjà per guanyar reconeixement (Reyes Sánchez, 2007).

Tal com destaca Reyes Sánchez (2007), els quatre elements comparteixen un objectiu comú: visibilitat, identitat i comunitat. El Hip Hop ha servit per apartar joves de contextos marginals, oferint-los una forma d'expressar-se i ser escoltats.

2.2.3. Característiques del Hip Hop

Aquest apartat ofereix una visió global de les principals característiques del Hip Hop, centrant-se especialment en la dansa com a eina d'expressió corporal i desenvolupament personal. S'hi aborden aspectes com l'estil i l'expressivitat, els diferents tipus de moviments que el defineixen i l'estructura típica d'una classe, posant en relleu la seva relació amb la creativitat, la coordinació i la musicalitat.

A més, es descriuen els beneficis físics, cognitius i emocionals que la dansa del Hip Hop pot aportar en l'etapa infantil, destacant el seu potencial com a recurs educatiu per afavorir la socialització, reforçar l'autoestima i millorar les habilitats motrius. Aquest recorregut ajuda a entendre que la dansa del Hip Hop no és només una activitat física, sinó també una eina important per al creixement i l'aprenentatge dels infants.

2.2.3.1. Estil i expressió corporal

El Hip Hop, dins de les danses urbanes, es caracteritza per una combinació d'elements com la coordinació, l'expressió corporal i la improvisació, que permeten transmetre emocions i sentiments a través del moviment (Gordillo Cabezas, 2023). Aquesta dansa va més enllà de l'execució dels passos de manera tècnica, ja que posa èmfasi en la fluïdesa, la musicalitat i la creativitat. A diferència d'altres estils més coreografiats, el Hip Hop té una gran base i es construeix en gran part des de l'espontaneïtat i el *freestyle*², afavorint així la connexió entre cos, música i emoció (Cacchione, 2019).

Un aspecte fonamental de l'estil de la dansa del Hip Hop és la coordinació, que no només assegura moviments sincronitzats amb la música, sinó que també evita lesions i reforça la seguretat dels ballarins. Aquesta capacitat es desenvolupa mitjançant la pràctica constant, que permet adquirir memòria muscular i estabilitat, fins i tot en moviments complexos i acrobàtics (Gordillo Cabezas, 2023).

A més, l'expressió corporal representa un element clau dins de la dansa del Hip Hop, ja que permet als ballarins comunicar un ampli ventall d'emocions i construir una identitat artística pròpia. Aquesta capacitat d'expressar-se no s'aconsegueix només amb els moviments corporals, sinó també amb la mirada, la respiració i la postura. (Gordillo Cabezas, 2023)

Des de la perspectiva pedagògica, Cacchione (2019) és important utilitzar una metodologia que doni prioritat a l'exploració i a la consciència corporal, perquè això ajuda els ballarins a entendre millor els moviments, el seu estil i a desenvolupar un bon domini tècnic, més enllà d'imitar.

Finalment, cal remarcar que l'estil del Hip Hop no només és una qüestió de tècnica, sinó que està estretament vinculat al context cultural i social del qual prové.

² El *freestyle* en la dansa del Hip Hop és la improvisació lliure de moviments a partir dels passos bàsics apresos, on el ballarí adapta els moviments a la música de manera espontània per expressar la seva creativitat i estil personal. Definició basada en Marco, Eva. *Manual de Hip Hop y Funk*. Editorial Paidotribo, Badalona, 2007, 1a edició, 91 pàgines.

2.2.3.2. Tipus de moviments

Els moviments en el hip-hop es poden classificar en dos grans grups: els de l'"Old School" (vella escola) i els de la "New School" (nova escola). Els moviments de l'Old School tenen noms establerts des de fa temps i es basen en passos fonamentals de la cultura hip-hop, mentre que la New School introdueix variacions més modernes i dinàmiques.

Independentment de l'estil, tots els passos es poden modificar segons el gust personal, sempre respectant la seva essència i estructura bàsica. En aquest sentit, els moviments es poden dividir en diferents categories segons el seu impacte en el cos i la seva execució (Diéguez i Pallarés, 2001).

Moviments d'alt impacte:

Els moviments d'alt impacte es caracteritzen perquè, en algun moment de l'execució, cap dels dos peus toca el terra. Fet que genera un major impacte en les articulacions i requereix més control corporal i força. Alguns exemples són els "hops", que consisteixen en salts sobre una sola cama, i els "jumps", que impliquen salts amb les dues cames alhora (Diéguez i Pallarés, 2001).

Moviments de baix impacte:

A diferència dels moviments d'alt impacte, en els de baix impacte sempre hi ha un peu en contacte amb el terra. Aquests moviments són menys agressius per a les articulacions i solen ser més accessibles per a persones de diferents nivells de condició física. Alguns exemples típics són el "Salsa Step" o el "Step Touch", que són moviments rítmics en els quals el peu de suport es manté ferm mentre l'altre realitza un desplaçament suau (Diéguez i Pallarés, 2001).

Moviments sense impacte:

Els moviments sense impacte són aquells en què la posició dels peus es manté estable durant tota l'execució del pas. Encara que les cames no es desplacin, el cos pot continuar en moviment, utilitzant els braços, el tronc i el cap per crear expressió i dinamisme dins del ball (Diéguez i Pallarés, 2001).

2.2.3.3. Estructura d'una classe de Hip Hop

L'estructura d'una classe de Hip Hop segueix un patró establert en l'àmbit del fitness col·lectiu, adaptant-se als objectius específics de cada sessió. Segons Diéguez i Pallarés (2001), una sessió estàndard es compon de tres grans fases: l'escalfament, la fase cardiovascular o coreogràfica i la fase de tornada a la calma i estiraments. Tanmateix, aquestes fases poden variar segons la intensitat i el propòsit de l'entrenament.

1. Escalfament

L'escalfament, que dura entre 8 i 12 minuts, té com a objectiu preparar progressivament el cos per a l'activitat física més intensa que es desenvoluparà posteriorment. Durant aquesta fase, es realitzen moviments senzills i repetitius per familiaritzar els alumnes amb l'estil de la classe.

Així doncs, es considera que aquesta fase és essencial, ja que no només prepara el cos, sinó que també ajuda els participants a entrar en la dinàmica de la sessió. Un bon escalfament pot prevenir lesions i millorar el rendiment durant la fase cardiovascular.

2. Fase cardiovascular o coreografia

Aquesta fase té una durada d'entre 20 i 45 minuts, depenent dels objectius de la classe. En aquest punt, es treballa intensament el sistema cardiovascular, amb una freqüència cardíaca situada entre el 60% i el 80% de la freqüència cardíaca màxima (FCM), segons la fórmula de Karvonen. No obstant això, en algunes sessions més enfocades a la part artística, la implicació cardiovascular es deriva de la pròpia coreografia (Diéguez i Pallarés, 2001).

Aquesta fase es considera especialment rellevant, ja que és aquí on es desenvolupa l'expressió corporal i es potencia la capacitat de coordinació i resistència. Depenent de la intensitat i la metodologia utilitzada pel monitor, es poden aconseguir diferents beneficis, tant aeròbics com artístics.

3. Tornada a la calma i estiraments

Una fase que sovint es passa per alt és la de tornada a la calma, però la seva importància és inqüestionable. Aquesta part, d'entre 5 i 10 minuts, permet reduir progressivament la freqüència cardíaca i prevenir possibles lesions o sobrecàrregues musculars. Segons els autors, després d'aquesta fase, es recomana realitzar estiraments de flexibilitat, tant dinàmics com estàtics,

mantenint les postures entre 30 i 90 segons. A més, es poden utilitzar tècniques com la facilitació neuromuscular propioceptiva (PNF) per augmentar la flexibilitat en menys temps (Diéguez i Pallarés, 2001).

Aquesta fase és tan important com les anteriors, ja que contribueix a la recuperació muscular i ajuda a evitar la rigidesa post-entrenament. Una correcta planificació de la tornada a la calma pot millorar el benestar general dels alumnes i optimitzar els beneficis de la sessió.

En resum, la estructura d'una classe de Hip Hop ha de ser equilibrada i adaptada a les necessitats del grup. L'efectivitat de la sessió dependrà de la combinació adequada de moviment, intensitat i temps de recuperació, seguint els principis d'entrenament establerts. La correcta aplicació de cada fase garantirà no només un bon rendiment físic, sinó també una experiència més segura i motivadora per als participants.

2.2.4. Beneficis físics i cognitius de la dansa del Hip Hop

El Hip Hop no només és una expressió cultural i artística, sinó també una eina amb un fort impacte social i educatiu. Segons Hernández Panizo (2020), aquesta cultura contribueix la integració social, la reducció de la violència i el desenvolupament personal, afavorint la creació d'un sentiment de comunitat entre els joves. Aquesta autora subratlla com el Hip Hop, més enllà de la música i el ball, incorpora valors com la pau, l'amor, la unitat i la diversió, elements que reforcen l'autoestima i les habilitats socials dels que ho practiquen.

D'altra banda, Merino Cristóbal (2021) destaca que el Hip Hop fomenta la creativitat i el pensament divergent, especialment en col·lectius vulnerables com adolescents en risc d'exclusió. La pràctica d'aquesta disciplina facilita la generació de respostes alternatives davant els problemes, potenciant l'adaptabilitat i la flexibilitat cognitiva. A més, permet treballar i millorar aspectes fonamentals per al desenvolupament com la gestió emocional i l'autoestima.

Un altre benefici assenyalat per Merino Cristóbal (2021) és la millora de les habilitats motrius, ja que el ball del Hip Hop implica moviments que estimulen la coordinació, l'equilibri i la consciència corporal. Aquesta autora planteja que la inclusió del Hip Hop en entorns educatius pot arribar a ser una eina pedagògica transformadora, en concret quan es combina amb propostes d'intervenció adaptades a les necessitats dels infants.

A més, segons Valdés González, Fernández Díez i Ballón García (2022), la dansa urbana aporta beneficis significatius en el benestar emocional i social dels joves. La pràctica regular i constant d'aquesta activitat millora l'autoestima, reforça les relacions socials i facilita la gestió dels problemes del dia a dia.

També es destaca el paper del ball com a mitjà de construcció de la identitat i d'afirmació personal. A través del ball del Hip Hop es pot projectar la personalitat i experimentar sentiments d'apoderament i autorealització. Aquesta pràctica afavoreix la socialització, creant vincles afectius sòlids amb els companys de grup i reforçant el sentiment de pertinença a una comunitat amb els mateixos valors, com són: el respecte i la constància. A més, permet canalitzar emocions i actuar com un recurs per a l'evasió dels problemes personals, generant un impacte positiu en la salut mental i emocional (Valdés González et al., 2022).

Així doncs, el Hip Hop es presenta com una pràctica amb molts beneficis que van més enllà dels físics, influint positivament en les dimensions cognitives, emocionals i socials del desenvolupament infantil. Incorporar aquesta disciplina en contextos educatius pot aportar eines importants per al creixement integral dels infants.

2.2.5. La importància de la dansa en la formació docent

La dansa inclusiva en l'àmbit escolar juga un paper crucial en el desenvolupament de l'esquema corporal dels infants, promovent la comunicació, la participació i la socialització. Tanmateix, moltes vegades se centra en la presentació artística, deixant de banda aquells que no posseeixen habilitats rítmiques, fet que pot generar exclusió en lloc d'integració (Bernal, 2016).

Per aquesta raó, Bernal (2016) afirma que la dansa té un paper fonamental en l'educació des de l'etapa d'educació infantil i primària, ja que contribueix al desenvolupament d'habilitats motrius, especialment pel que fa a la comunicació.

Blanco-Vega (2009) concreta que *“La Expresión Corporal es un medio que a través de códigos del cuerpo y de movimiento se comunica con el entorno, con los otros y consigo mismo”*. (p. 15).

La dansa inclusiva no només permet l'exploració del moviment, sinó que també afavoreix el desenvolupament psicomotor en la infància, reforçant la seva importància en l'educació infantil i primària (Madrid-Montoya, Salinas-Arévalo, i Pinzón-Marroquín, 2015).

Segons Ferreira (2009) l'educació a través de la dansa s'enfoca a promoure el desenvolupament complet de la creativitat, mantenint una preocupació constant per la seva evolució en el context de la vida.

En aquest sentit, la dansa pot convertir-se en un recurs pedagògic valuós per al docent, especialment en activitats com la dansa del Hip Hop, ja que permet treballar la inclusió, l'expressió corporal i el desenvolupament integral dels infants.

3. Marc metodològic

3.1. Supòsit de partida/Pregunta d'investigació

La investigació en l'àmbit educatiu és fonamental per comprendre i millorar els processos d'aprenentatge i desenvolupament dels infants. L'escola i els espais d'ensenyament de dansa constitueixen entorns d'experimentació i innovació on es poden explorar nous mètodes pedagògics.

Aquest estudi té com a finalitat analitzar la influència de la dansa del Hip Hop en la motricitat gruixuda d'infants d'I5 (5 anys). La idea inicial de la recerca sorgeix de l'observació dels moviments específics i característics d'aquesta disciplina i del seu potencial impacte en el desenvolupament motriu en aquesta etapa evolutiva. Es parteix del supòsit que la pràctica de la dansa del Hip Hop, gràcies als seus moviments amplis, acrobàtics i rítmics, pot contribuir a millorar habilitats com la coordinació, l'equilibri, la força i el control postural. A més, es considera que aquestes millores podrien tenir una repercussió positiva en altres àmbits com l'autonomia, l'autoestima i la relació amb els companys.

Per tal de verificar aquesta relació, s'ha establert una metodologia basada en l'anàlisi de la pràctica de la dansa del Hip Hop i en l'aplicació de proves de motricitat gruixuda als participants. Aquest treball no només vol constatar canvis motrius, sinó també explorar si activitats artístiques com la dansa urbana poden actuar com a recurs motivador dins l'àmbit educatiu, afavorint la participació activa dels infants i aportant alternatives a les pràctiques motrius més tradicionals.

Mitjançant aquesta investigació es busca generar coneixements sobre la relació entre la dansa i el desenvolupament psicomotriu en la primera infància, amb l'objectiu de contribuir a la millora de les metodologies educatives i a la promoció d'activitats beneficioses per al creixement global dels infants.

Aquest treball es basa en les següents preguntes d'investigació:

De quina manera influeix la pràctica del Hip Hop en la motricitat gruixuda dels infants d'I5 (5 anys)?

Es produeixen millores en la motricitat gruixuda dels infants després d'un període de pràctica del Hip Hop, en comparació amb el seu nivell inicial?

3.2. Objectius

3.2.1. Objectiu general

- Analitzar si la pràctica de la dansa del Hip Hop en infants de 5 anys millora la seva motricitat gruixuda

Aquest estudi té com a objectiu general analitzar si la pràctica de la dansa del Hip Hop en infants de 5 anys millora la seva motricitat gruixuda. La motricitat gruixuda és fonamental en aquesta etapa, ja que implica aspectes com la coordinació, l'equilibri i el control postural, habilitats essencials per al desenvolupament global dels infants. Mitjançant l'observació i la comparació de les seves habilitats motrius abans i després d'un període de pràctica de la dansa del Hip Hop, es pretén determinar si aquesta activitat pot ser una eina eficaç per estimular el desenvolupament motriu en edats primerenques.

3.2.2. Objectius específics

Per assolir l'objectiu general d'aquest treball, s'han definit diversos objectius específics que permetran desglossar l'anàlisi i abordar la recerca des de diferents perspectives, tant motrius com pedagògiques.

- Analitzar quins aspectes de la motricitat gruixuda (coordinació, equilibri i control postural) es desenvolupen amb la pràctica de la dansa del Hip Hop en infants de 5 anys.
- Explorar la percepció del docent sobre els beneficis i les dificultats de la dansa del Hip Hop en el desenvolupament motriu infantil.
- Identificar els reptes i les adaptacions que experimenten els infants quan comencen a practicar la dansa del Hip Hop.
- Avaluar el potencial de la dansa del Hip Hop com a eina pedagògica dins l'educació infantil, en comparació amb altres activitats físiques.

3.3. Disseny metodològic

3.3.1. Introducció i temporalització

La recerca educativa té un paper fonamental en la millora de la pràctica docent. Segons Carr i Kemmis (1988) la investigació-acció és una eina útil per reflexionar i transformar les situacions educatives reals. Així mateix, Squera (2016) dona importància a la necessitat que els docents vagin més enllà de l'anàlisi i prenguin part activa en el canvi. En aquest sentit, la recerca educativa no només aporta coneixement, sinó que també permet actuar de manera crítica i compromesa dins l'àmbit educatiu.

El present estudi s'ha desenvolupat amb l'objectiu d'analitzar la influència de la pràctica del Hip Hop en la motricitat gruixuda d'infants de 5 anys. La recerca combina una revisió teòrica amb una part pràctica, que inclou entrevistes a docents especialitzats i l'observació directa d'un grup d'infants participats en sessions de la dansa del Hip Hop.

La fase pràctica de la investigació s'ha dut a terme al llarg d'un període d'un mes, durant el qual s'han realitzat 4 sessions de Hip Hop, a raó d'una sessió per setmana. Cada sessió ha tingut una durada aproximada d'1 hora i 30 minuts i ha estat impartida per la mateixa investigadora del treball de Final de Grau, qui ha planificat les activitats, guiat les dinàmiques i supervisat l'execució dels exercicis.

Aquesta temporalització ha permès recollir dades de manera estructurada, observant així l'evolució de les habilitats motrius dels infants abans i després de la intervenció. El calendari establert s'ha dissenyat per adaptar-se a les necessitats del grup i per garantir la continuïtat necessària per analitzar els possibles canvis en el desenvolupament motriu dels participants.

A continuació, es mostra una guia de la temporalització de les setmanes, així com una taula que resumeix l'organització general del Treball Final de Grau i les activitats dutes a terme cada més del procés de recerca.

Model de taula: Cronograma general del Treball Final de Grau.

TEMPORALITZACIÓ DEL TREBALL FINAL DE GRAU					
DESEMBRE	GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL	MAIG
Elecció del tema.	Disseny de la part pràctica.	Elaboració del marc teòric.	Elaboració del marc teòric.	Redacció del marc metodològic.	Anàlisi i interpretació de dades.
	Planificació i realització de les sessions de Hip Hop.	Preparació de les entrevistes.			Redacció de les conclusions.
	Elaboració dels instruments de recollida de dades.				

Guia de temporalització de les sessions de Hip Hop impartides a una classe d'I5.

Setmana 1	Setmana 2	Setmana 3	Setmana 4
Sessió 1: Explicació sobre què és el Hip Hop, escalfament i introducció als primers moviments bàsics. Observació inicial del nivell motriu dels infants.	Sessió 2: Repàs dels moviments apresos, introducció de nous passos enfocats en la coordinació i l'equilibri i activitats en parella.	Sessió 3: Combinació de moviments en petites coreografies, treball específic de salts i girs per estimular el control postural. Observació dels progressos individuals.	Sessió 4: Sessió final amb repàs general, creació d'una petita coreografia grupal, jocs de creativitat i expressió, valoració final i recollida de dades posteriors.

L'anàlisi dels resultats es farà al final de les 4 sessions per poder comparar els canvis en la motricitat gruixuda dels infants.

3.3.2. Metodologia

La present investigació s'ha desenvolupat mitjançant una metodologia de tipus qualitatiu, amb l'objectiu de comprendre i analitzar amb profunditat la influència de la dansa del Hip Hop en el desenvolupament de la motricitat gruixuda en infants de 5 anys.

L'enfocament qualitatiu ha permès recollir informació rellevant a través d'observacions i percepcions en contextos naturals. Aquesta metodologia és especialment adequada per analitzar processos educatius i aspectes relacionats amb el desenvolupament motriu en edats primerenques, ja que posa èmfasi en el significat i les vivències dels infants.

Per tal d'assolir els objectius de la recerca, s'han fet servir dos instruments principals: les entrevistes semiestructurades a professionals del Hip Hop amb experiència en l'àmbit educatiu i l'observació directa de quatre sessions de dansa amb infants de 5 anys, conduïdes per la

mateixa investigadora. Aquests instruments han facilitat una aproximació contextualitzada a la realitat estudiada.

L'ús combinat de les entrevistes i de l'observació ha fet possible l'aplicació del principi de triangulació metodològica, la qual cosa ha permès contrastar la informació obtinguda des de diferents fonts i perspectives, reforçant així la validesa dels resultats.

3.3.3. Mostra/població

La realització d'aquesta investigació es duu a terme a la ciutat de Reus, a una escola concertada, situada en un entorn urbà amb una gran diversitat d'infants. Aquest centre compta amb una plantilla d'educadors/es que treballen per garantir un ambient d'aprenentatge dinàmic i inclusiu.

Per dur a terme aquest estudi, es va seleccionar una mostra de 22 infants de 5 anys de la mateixa classe d'I5. El grup és divers, amb nens i nenes procedents de diferents contextos socials i familiars, tot i que la gran majoria són nadius. En general, es tracta d'un grup actiu, amb una bona predisposició a participar en activitats físiques i motrius. Els infants tenen experiència prèvia en activitats motrius generals, però no en activitats d'especialització com el Hip Hop. A través de les quatre sessions programades, s'ha procurat observar possibles canvis en les seves habilitats motrius, especialment en la coordinació, l'equilibri i el control postural.

Cal destacar que els infants ja estaven familiaritzats amb la mateixa investigadora, que ha estat l'encarregada d'impartir les sessions. A més, no s'han aplicat tècniques específiques prèvies per a la millora de la motricitat gruixuda a través de la dansa, de manera que aquesta activitat ha suposat una primera aproximació als moviments de dansa del Hip Hop en el context de l'educació infantil.

Pel que fa a la part qualitativa, s'han realitzat entrevistes semiestructurades a tres professionals del món del Hip Hop, escollits per la seva experiència directa amb infants. Aquestes persones han estat seleccionades pel seu coneixement expert i pel fet que han treballat amb infants en contextos educatius o extraescolars, aportant així una visió pràctica i especialitzada sobre l'impacte de la dansa del Hip Hop en el desenvolupament motriu infantil.

Finalment, com que els infants participants són menors d'edat, s'ha mantingut en tot moment la confidencialitat i el respecte per la seva identitat. Per aquest motiu, al llarg del treball es fa

referència als infants mitjançant codis numèrics, com ara “infant 1”, “infant 2”, etc., garantint així l'anonimat i la protecció de les seves dades.

3.3.4. Instruments per la recollida de dades

Per tal de respondre a la pregunta de recerca i assolir els objectius plantejats, s'han utilitzat diferents instruments propis de les metodologies qualitatives, com les entrevistes semiestructurades a professionals del Hip Hop i l'observació directa de les sessions de dansa amb infants de 5 anys. Aquesta aproximació ha permès obtenir dades riques i contextualitzades, facilitant una anàlisi profunda del desenvolupament de la motricitat gruixuda a través de la dansa del Hip Hop.

- Observació de les sessions de la dansa del Hip Hop

S'han realitzat quatre sessions de la dansa Hip Hop amb un grup de 22 infants de 5 anys, en una escola concertada de Reus. Aquestes sessions, impartides per la mateixa investigadora, han estat dissenyades amb l'objectiu d'avaluar possibles canvis en la motricitat gruixuda dels infants després d'un període curt de pràctica dirigida.

Per a cadascuna de les sessions, s'ha utilitzat una graella d'observació específica elaborada per a aquest estudi. Aquesta graella inclou ítems relacionats amb aspectes com:

- Coordinació global
- Equilibri
- Lateralitat
- Control postural
- Desplaçaments
- Ritme

Cada ítem ha estat valorat amb una escala de l'1 al 4,

1 = No ho fa mai

2 = Ho fa a vegades

3 = Ho fa quasi sempre

4 = Ho fa sempre

També s'ha reservat un espai per a observacions lliures, amb l'objectiu de registrar qualsevol comportament rellevant relacionat amb l'actitud, la participació o la interacció dels infants. Aquest instrument permet analitzar l'evolució individual i grupal, i contrastar els resultats amb la informació obtinguda a les entrevistes, complint així amb el principi de triangulació metodològica. (vegeu l'Annex 1, Graella d'observació de la motricitat gruixuda)

- Entrevistes a professionals del Hip Hop

S'han dut a terme tres entrevistes semiestructurades a professionals amb una sòlida trajectòria en el món del Hip Hop, tant en l'àmbit de la dansa com de la docència. L'objectiu principal d'aquestes entrevistes ha estat conèixer les seves percepcions sobre els beneficis de la dansa del Hip Hop en infants, especialment en relació amb el desenvolupament motriu i el seu potencial com a eina pedagògica.

Les preguntes s'han elaborat d'acord amb els objectius específics de la recerca, i han estat revisades per la tutora del treball per assegurar-ne la pertinència. Aquestes preguntes han estat obertes per tal d'obtenir respostes detallades basades en la seva experiència professional. (vegeu l'Annex 2, Model d'entrevista).

Les transcripcions de les entrevistes es poden consultar a l'Annex 3.

4. Resultats

4.1. Anàlisi de les observacions de les sessions de la dansa del Hip Hop

Amb l'objectiu d'analitzar l'evolució motriu dels infants de 5 anys mitjançant la pràctica de la dansa del Hip Hop, es van realitzar quatre sessions setmanals amb un grup de 22 participants. Durant cada sessió es va registrar l'observació de sis dimensions de la motricitat gruixuda: coordinació global, equilibri, lateralitat, control postural, desplaçaments i ritme. Les puntuacions anaven d'1 (nivell mínim) a 4 (nivell màxim).

Les mitjanes per sessió de cada dimensió han estat calculades a partir de les puntuacions registrades a la graella d'observació (vegeu l'Annex 1).

- Coordinació global: augmenta de 2,2 a 3,2 entre la sessió 1 i la sessió 4.
- Equilibri: augmenta de 2,6 a 3,4 entre la sessió 1 i la sessió 4.
- Lateralitat: augmenta de 2,6 a 2,8 entre la sessió 1 i la sessió 4.
- Control postural: augmenta de 2,4 a 2,8 entre la sessió 1 i la sessió 4.
- Desplaçaments: augmenta de 2,8 a 3,4 entre la sessió 1 i la sessió 4.
- Ritme: augmenta de 2,6 a 3,2 entre la sessió 1 i la sessió 4.

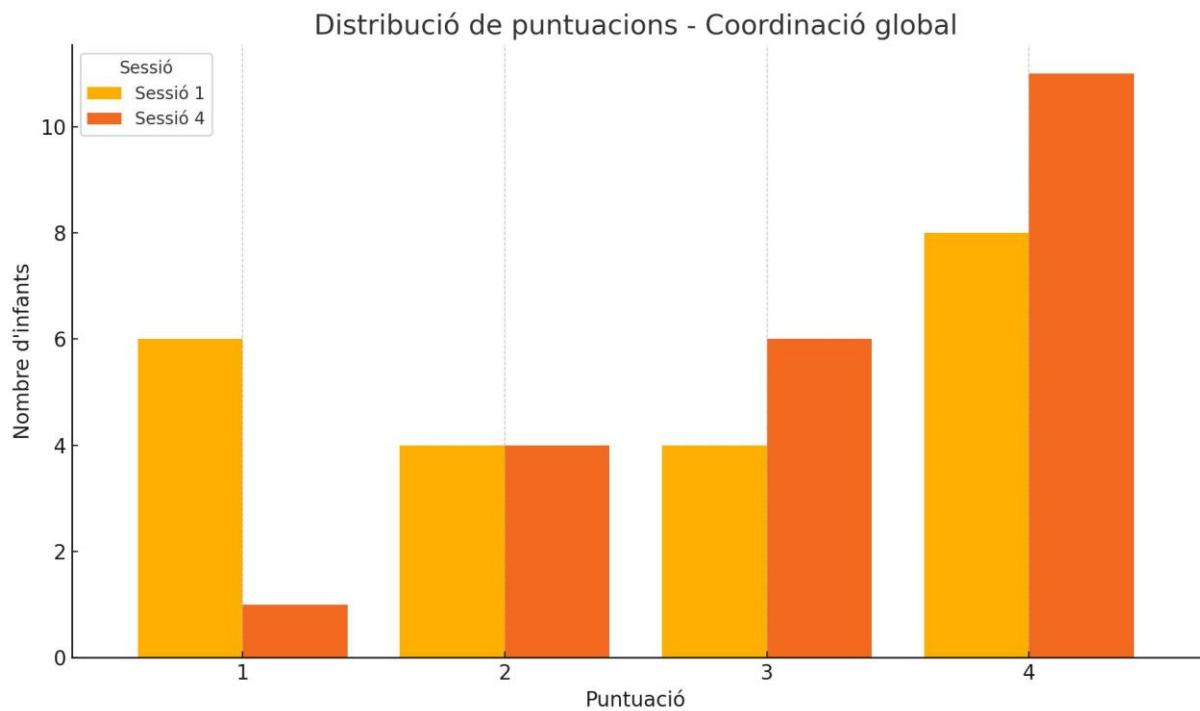
Les dades mostren una variació en les puntuacions mitjanes en cada dimensió observada. A continuació, es presenta una anàlisi més detallada amb suport visual:

- Coordinació global

Durant la sessió 1, 6 infants obtenen un 1, 4 infants un 2, 4 infants un 3 i 8 infants un 4.

A la sessió 4, només 1 infant obté un 1, mentre que 11 infants arriben a la puntuació màxima.

Aquesta evolució mostra un augment destacable en el control del moviment global.

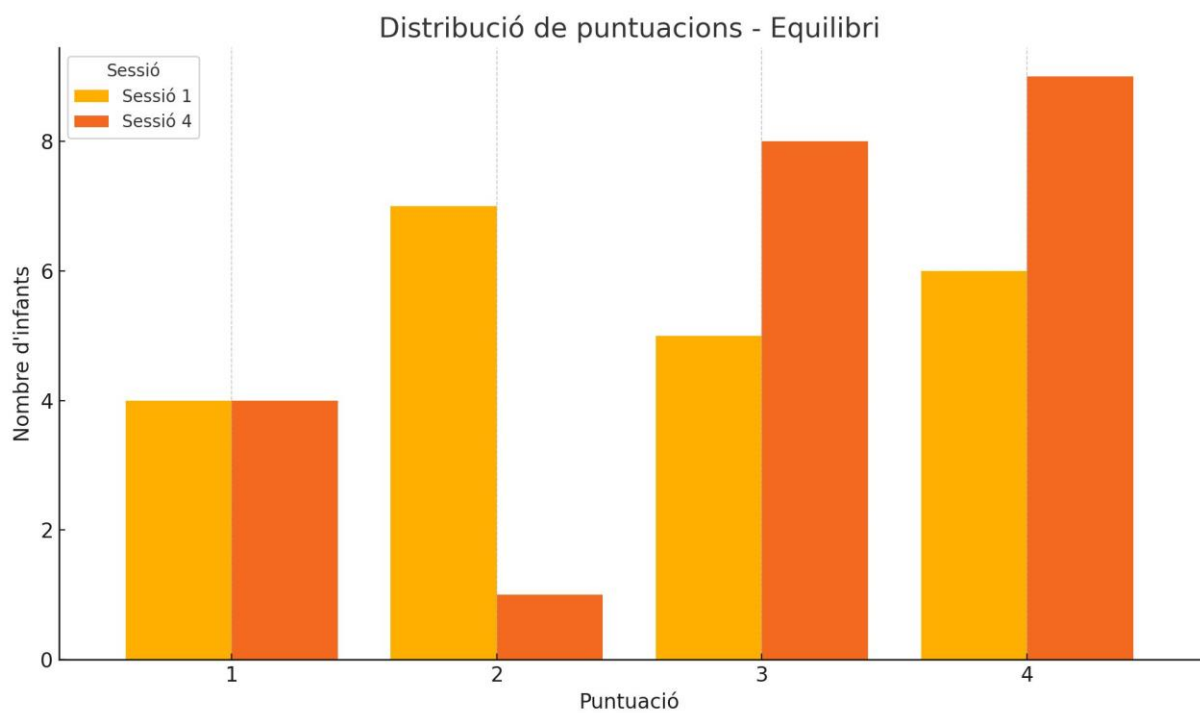


- Equilibri

A la sessió 1, 4 infants obtenen un 1, 7 un 2, 5 un 3 i 6 un 4.

A la sessió 4, 9 infants obtenen un 4 i 8 un 3, amb només 1 infant a la puntuació 2.

S'observa una millora evident en l'estabilitat corporal.

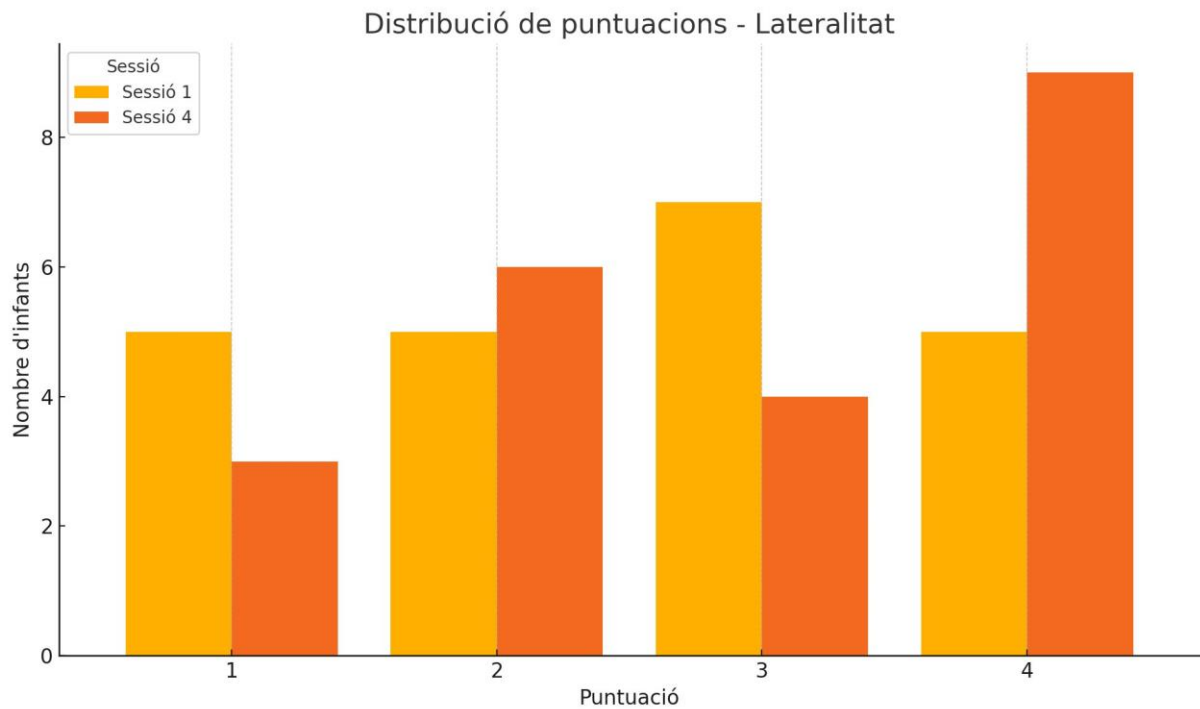


- Lateralitat

A la sessió 1, 5 infants obtenen un 1 i només 5 un 4.

A la sessió 4, 9 infants obtenen un 4 i només 3 mantenen un 1.

Aquest resultat indica una millora progressiva en la diferenciació dels costats del cos.

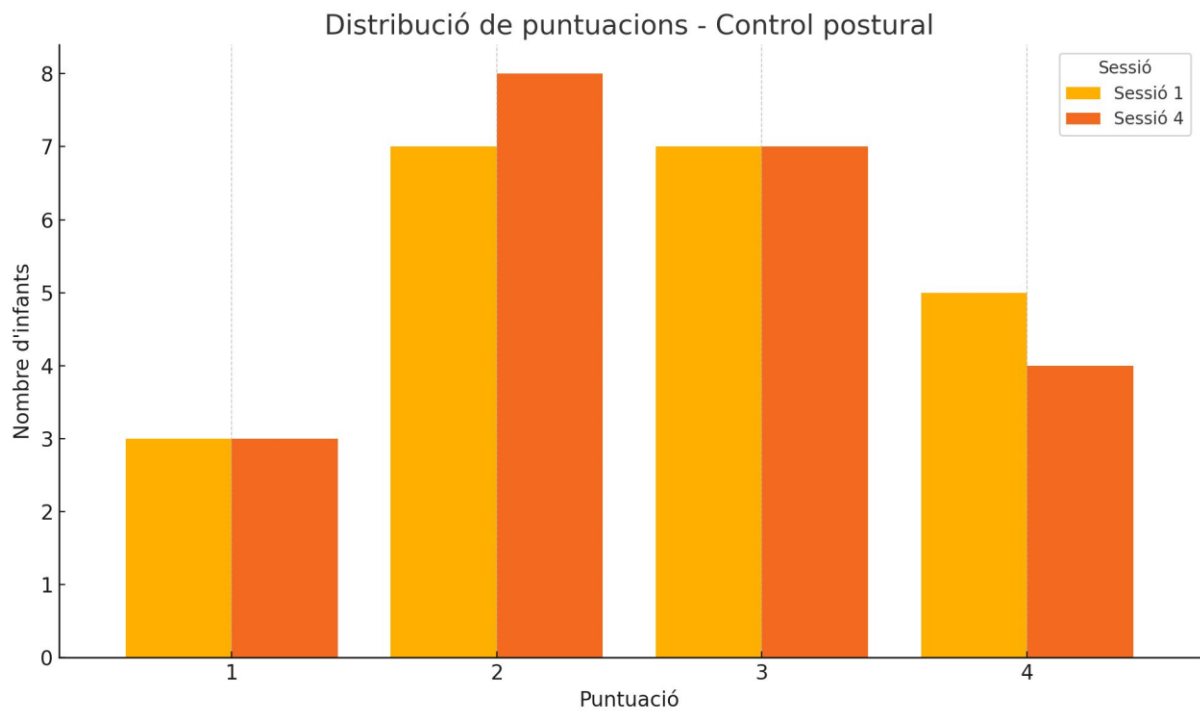


- Control postural

A la sessió 1, 3 infants obtenen un 1, 7 un 2, 7 un 3 i 5 un 4.

A la sessió 4, es manté el mateix nombre d'infants amb puntuació 1, però augmenten lleugerament els que obtenen 3 i 4.

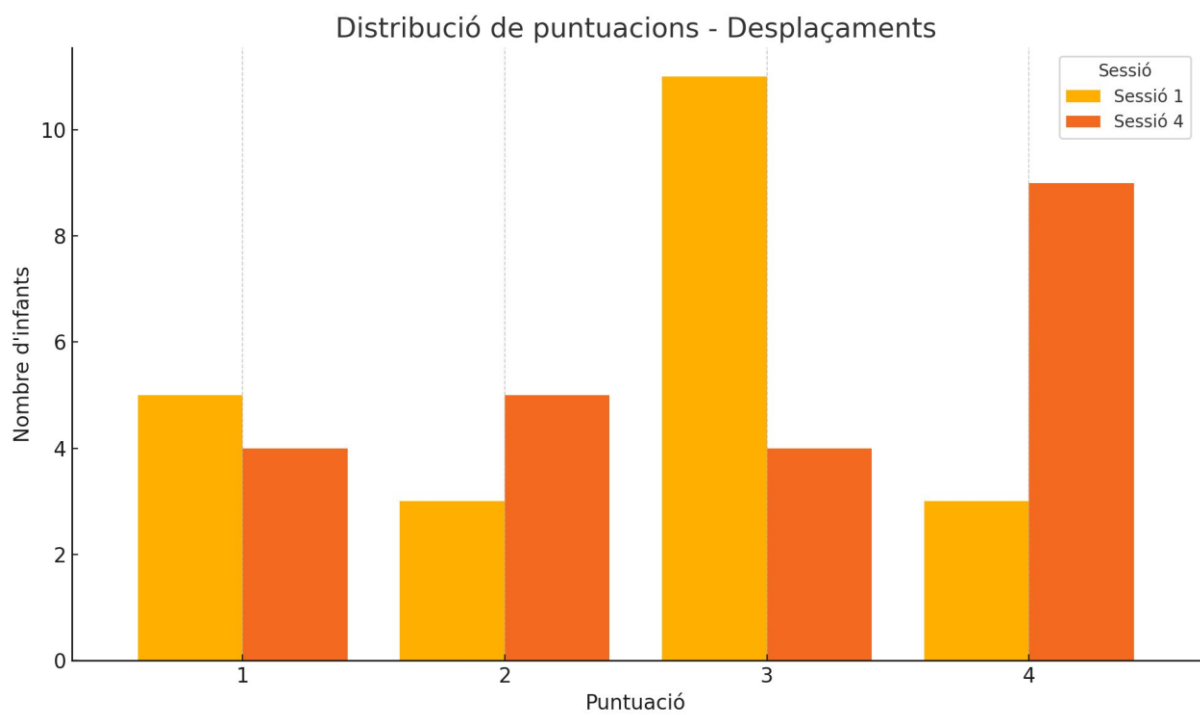
Tot i que l'evolució és menys marcada, hi ha una tendència a l'estabilització i millor control del cos.



- Desplaçaments

A la sessió 1, 5 infants obtenen un 1 i només 3 un 4.

A la sessió 4, 9 infants obtenen un 4 i només 4 un 1. Això demostra una clara millora en la seguretat i fluïdesa en els moviments a l'espai.

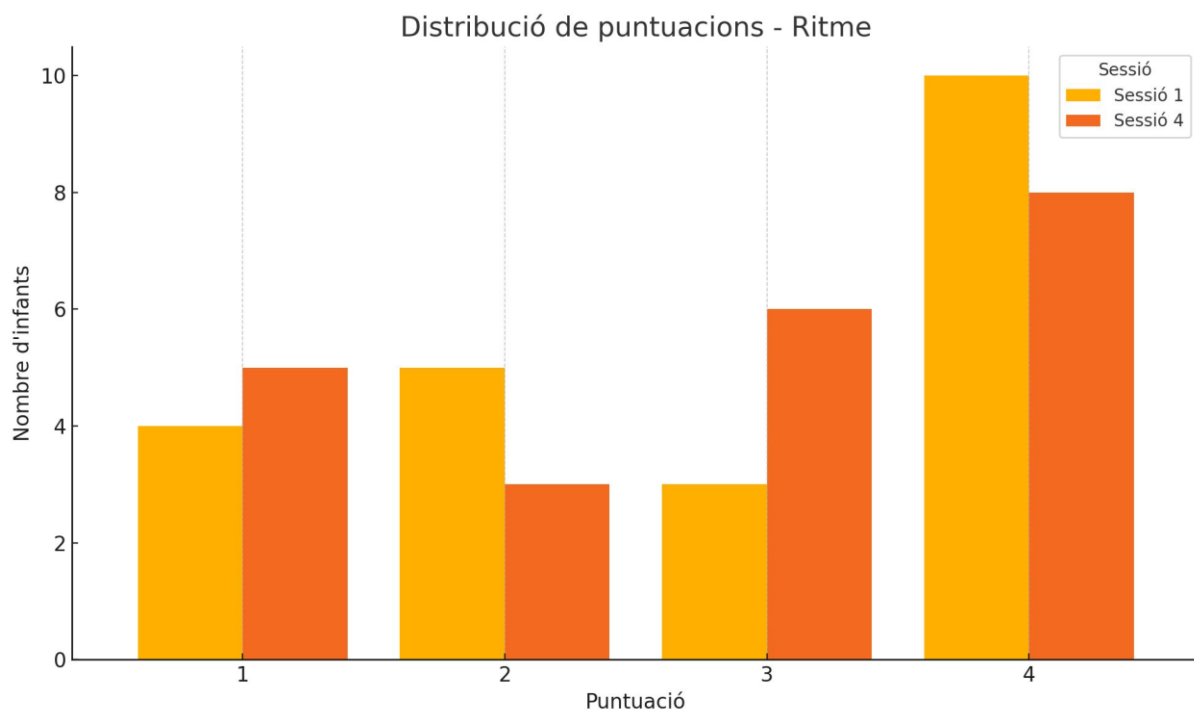


- Ritme

A la sessió 1, 4 infants obtenen un 1, 5 un 2, 3 un 3 i 10 un 4.

A la sessió 4, 8 infants obtenen una puntuació de 4, mentre que augmenta també el nombre d'infants amb puntuació 3. En canvi, disminueixen lleugerament els infants amb puntuacions més baixes (1 i 2).

Aquestes dades reflecteixen una millora general en el seguiment de la pulsació i l'adaptació al tempo musical.



4.2. Anàlisi de les entrevistes

Les entrevistes realitzades a tres professionals de la dansa del Hip Hop amb experiència en el treball amb infants han aportat informació directa sobre les seves percepcions i vivències docents.

En relació amb els canvis observats en l'alumnat, un dels professionals assenyala que “la diferència entre els infants que sí que en practiquen i infants que no fan activitats es nota considerablement” (Professional 1, resposta 3). Aquesta millora es manifesta, segons un altre entrevistat, en què “quan els infants comencen, sovint tenen moviments desorganitzats [...],

però a mesura que passen les setmanes, es nota una evolució molt clara” (Professional 3, resposta 3).

Pel que fa als moviments més útils per al desenvolupament motriu, es destaquen “les acrobàcies” (Professional 1, resposta 4), així com “el bounce, que és la cosa més bàsica que s’ha de fer a l’hora de ballar Hip Hop” (Professional 2, resposta 4).

Respecte a les estratègies utilitzades a l’aula, el primer professional fa referència a la “repetició” com a clau metodològica (Professional 1, resposta 5), mentre que el tercer entrevistat explica que utilitza “exercicis davant del mirall, en parelles o en forma de joc” (Professional 3, resposta 5). A més, la segona professional menciona l’ús de “canvis de pes” i “freeze” (Professional 2, resposta 5).

Finalment, els tres professionals coincideixen en valorar el Hip Hop com una activitat beneficiosa, motivadora i inclusiva. S’hi destaquen els beneficis físics, emocionals i socials, així com la capacitat d’adaptació a diferents perfils d’infants. El tercer entrevistat apunta que “el Hip Hop dona espai per ser un mateix, equivocar-se i aprendre en comunitat” (Professional 3, resposta 7), i el segon afegeix que “sembla que sigui una extraescolar de dansa, però realment la gent no sap el treball tècnic que hi ha darrere” (Professional 2, resposta 12).

5. Conclusions

Aquest treball ha tingut com a objectiu principal analitzar si la pràctica de la dansa del Hip Hop contribueix a la millora de la motricitat gruixuda en infants de 5 anys. Per fer-ho, s'han establert diversos objectius específics orientats a identificar aspectes concrets del desenvolupament motriu, explorar l'experiència i la percepció dels docents de la dansa del Hip Hop, detectar dificultats en la pràctica d'aquest ball i valorar-ne el potencial com a eina pedagògica dins l'educació infantil.

A través d'un enfocament metodològic qualitatiu, en el qual es combina l'observació directa amb entrevistes a tres professionals de la dansa urbana, s'ha pogut obtenir una visió documentada dels beneficis que pot tenir aquesta disciplina en el context escolar.

L'anàlisi dels resultats obtinguts permet afirmar que els objectius de la investigació s'han assolit en gran mesura.

Pel que fa al primer objectiu específic, s'ha comprovat que la dansa del Hip Hop contribueix clarament al desenvolupament de la coordinació, l'equilibri i el control postural. Aquesta afirmació es fonamenta tant en les observacions de les sessions com en les entrevistes, on els professionals coincideixen a destacar que moviments com el "bounce", els desplaçaments, les acrobàcies o les dissociacions corporals activen el cos de manera global. Els resultats de la graella mostren un augment sostingut de les puntuacions en aquestes dimensions, especialment en la coordinació global (de 2,2 a 3,2) i l'equilibri (de 2,6 a 3,4).

En relació amb el segon objectiu, s'ha explorat amb profunditat la percepció dels docents de la dansa del Hip Hop sobre els beneficis i les dificultats associades a la pràctica d'aquesta dansa en edats primerenques. Les entrevistes han mostrat una visió positiva de la dansa del Hip Hop com a eina educativa, subratllant el seu caràcter inclusiu, el potencial per fomentar l'expressió personal i la seva capacitat per millorar la motivació i l'autoestima dels infants.

Els professionals han assenyalat que la dansa del Hip Hop ofereix una alternativa atractiva per a infants amb dificultats motrius o amb poca afinitat per l'activitat física tradicional. A més, s'ha posat en relleu el valor emocional i social de la disciplina, que va més enllà del pur moviment.

També s'han identificat algunes dificultats com la necessitat d'adaptar els continguts a les capacitats dels infants o el repte que suposa i introduir aquest estil de ball en contextos escolars on predominen activitats físiques tradicionals.

Això s'ha evidenciat especialment en el cas dels infants que arribaven amb expectatives influïdes per les xarxes socials, i que mostraven dificultat per adaptar-se a la constància i exigència del treball corporal més profund.

Pel que fa al tercer objectiu específic, les observacions han permès identificar els reptes inicials que afronten els infants quan s'inicien en la pràctica de la dansa del Hip Hop. Algunes dificultats habituals han sigut la manca de ritme, la descoordinació o la inseguretat corporal, però s'ha observat una evolució positiva al llarg de les sessions.

Els professionals han coincidit en assenyalar que, tot i aquestes dificultats, amb una metodologia basada en el joc, la repetició i el treball progressiu, els infants s'adapten amb rapidesa. Aquesta afirmació queda recolzada també per la millora objectiva observada a la graella en dimensions com el ritme (de 2,6 a 3,2) i el control postural (de 2,4 a 2,8).

El quart objectiu ha estat centrat en valorar la dansa del Hip Hop com a eina pedagògica dins l'educació infantil. Els resultats de la recerca permeten concloure que aquesta disciplina és molt beneficiosa en aquest àmbit, ja que combina moviment, expressió, musicalitat i cohesió social. A més, la dansa del Hip Hop pot ser una alternativa per a aquells infants que no se senten motivats per l'esport tradicional, oferint-los una via per descobrir el moviment des d'una perspectiva lúdica i creativa.

Els docents entrevistats han posat èmfasi en el fet que la dansa del Hip Hop no només és una activitat física, sinó també una forma de comunicació i una eina per treballar valors. A diferència d'altres activitats físiques centrades en la competitivitat, la dansa del Hip Hop es mostra com una pràctica adaptable, capaç de connectar amb les necessitats dels infants.

Pel que fa al supòsit de partida, que plantejava si la pràctica del Hip Hop afavoreix la millora de la motricitat gruixuda dels infants de 5 anys, les dades obtingudes ho confirmen. Tant l'evidència observacional com les aportacions dels professionals indiquen que aquesta disciplina pot contribuir de manera significativa a desenvolupar les habilitats motrius bàsiques.

El fet que totes les dimensions observades en la graella mostressin una millora al llarg de les quatre sessions dona suport a aquesta hipòtesi. La coordinació global, l'equilibri i el ritme van ser especialment destacats tant pels docents com per les dades recollides.

Encara que el període d'aplicació als infants ha estat relativament breu, els canvis observats en els infants justifiquen la consideració de la dansa del Hip Hop com una proposta pedagògica adequada per ser inclosa dins les activitats motrius escolars. Durant el procés d'investigació també s'han identificat algunes dificultats. Una d'elles ha estat el temps limitat de les sessions, ja que només es van realitzar quatre distribuïdes en un mes. Això ha limitat la profunditat dels canvis motrius observables però els indicis d'evolució han estat clars. Una altra dificultat ha estat la manca d'experiència prèvia dels infants amb la dansa urbana, cosa que ha requerit d'una fase inicial.

D'una banda, ha estat enriquidor comprovar com l'experiència prèvia de la investigadora com a docent de la dansa del Hip Hop ha facilitat el vincle amb els infants i ha permès dissenyar sessions adaptades a les seves necessitats. També s'ha evidenciat la importància de dissenyar instruments d'observació clars i adaptats a la realitat escolar per tal de captar millor l'evolució motriu.

Pel que fa a les implicacions educatives d'aquest estudi, es proposa que la dansa del Hip Hop es consideri una eina didàctica de gran valor dins l'àrea de la motricitat. La capacitat per combinar activitat física, expressió artística i valors socials la converteix en una proposta completa per als infants d'educació infantil.

Finalment, es plantegen diverses línies de continuïtat per a futures recerques. Una d'elles seria ampliar la mostra i allargar el període d'intervenció per poder observar amb més profunditat l'impacte de la dansa del Hip Hop en el desenvolupament motriu. També estaria interessant comparar els estudis amb altres estils de dansa o activitats físiques per analitzar les diferències i les similituds en l'evolució motriu dels infants. A més, es podria observar com aquesta disciplina influeix en l'àmbit motriu però també en l'emocional i social, aportant una visió encara més global del seu impacte.

En resum, el treball realitzat ha posat en valor la dansa del Hip Hop com una pràctica enriquidora i educativa que pot aportar grans beneficis al desenvolupament dels infants, especialment pel que fa a la motricitat gruixuda. La seva inclusió en contextos escolars podria

suposar un pas en la manera com es concep l'activitat física a l'etapa infantil fent-la més inclusiva, creativa i significativa per als alumnes.

Així doncs, es conclou que la dansa del Hip Hop pot esdevenir una eina educativa eficaç per promoure el desenvolupament motriu i emocional dels infants en l'etapa d'educació infantil.

6. Bibliografia

- ✓ Ardanaz García, T. (2009). *La psicomotricitat en educació infantil*. *Revista Digital de Educació Física*, (16). Consultat el 18 d'abril de 2025.
- ✓ Apunts. (2017). *Per què és important desenvolupar la competència motora en infants i joves?* *Apunts. Educació Física i Esports*, (130). Consultat el 24 de març de 2025.
- ✓ Bernal, Á. M. (2016). *La importància de la dansa inclusiva en la formació docente*. *Corporación Universitaria Iberoamericana*. Consultat el 21 de març de 2025.
- ✓ Berruezo, P. P. (1996). *La psicomotricidad en España: de un pasado de incomprensión a un futuro de esperanza*. *Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias*, 2(53), 57-64. Consultat el 11 de març de 2025.
- ✓ Blanco Vega, M. J. (2009). *Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de comunicación y expresión*. *Horizontes Pedagógicos*, 11(1), 15-28. Consultat el 29 d'abril de 2025.
- ✓ Cacchione, M. (2019). *El cuerpo y el movimiento en la educación artística: una experiencia en danza*. *Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias*. Consultat el 20 de març de 2025.
- ✓ Caiza Ashqui, L., Lujé Caiza, K., & Bravo Zambonino, J. (2023). *La estimulación lúdica en el desarrollo psicomotor de niños de 4-5 años*. *Revista Conrado*, 19(90), 144-151. Consultat el 14 de març de 2025.
- ✓ Campos Hernández, K. M. (2020). *La estimulación lúdica como estrategia didáctica para desarrollar la psicomotricidad gruesa en niños de 4-5 años*. *Universidad Técnica de Ambato*. Consultat el 20 d'abril de 2025.
- ✓ Colcha Concha, J. P., & San Lucas Solórzano, C. E. (2021). *Análisis comparativo del desarrollo motriz de niños de 4 y 5 años en contextos educativos urbanos y rurales*. *Revista Explorador Digital*, 5(3), 61-84. Consultat el 27 de març de 2025.
- ✓ Delgado-Lobete, L., & Montes-Montes, R. (2017). *Desarrollo psicomotor en preescolares de 3-6 años: Estudio en centros educativos del area noroeste de España*. *SPORTIS: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 3(3), 482-499. Consultat el 4 de març de 2025.
- ✓ European Forum of Psychomotricity. (2024). *Congresses. European Forum of Psychomotricity*. Consultat el 22 de març de 2025.

- ✓ Ferreira, M. A. (2009). *Un enfoque pedagógico de la danza. Educación Física Chile*, (268), 9-21. Consultat el 7 d'abril de 2025.
- ✓ Gordillo Cabezas, M. (2023). *El Hip Hop como recurso pedagógico en Educación Física. Revista Española de Educación Física y Deportes*. Consultat el 27 de març de 2025.
- ✓ Hernández Panizo, S. (2020). *Reportaje multimedia sobre el impacto de la cultura Hip Hop y sus beneficios a nivel global. Treball de Fi de Grau en Periodisme, Universidad de Valladolid*. Consultat el 6 d'abril de 2025.
- ✓ Institut Obert de Catalunya. (2024). *Desenvolupament cognitiu i motriu. Unitat 5: La psicomotricitat*. Consultat el 15 de març de 2025.
- ✓ Institut Obert de Catalunya. (2020). *Didàctica de l'educació a infantil – Mòdul 6: Desenvolupament motor*. Institut Obert de Catalunya. Consultat el 3 de març de 2025.
- ✓ Juárez Martínez, J., & Bermúdez Franco, L. (2021). *Los horizontes del Hip Hop. Análisis*, 53(99). Consultat el 9 de març de 2025.
- ✓ Madrid-Montoya, M., Salinas-Arévalo, M. I., & Pinzón-Marroquín, Y. P. (2015). *La expresión corporal: un Puente para el aprendizaje de habilidades sociales en la infancia*. Tesi de pregrau. Consultat el 5 d'abril de 2025.
- ✓ Merino Cristóbal, L. (2022). *El Hip-Hop como herramienta socioeducativa durante la adolescencia* (Treball de Fi de Grau, Universidad de Valladolid, Facultad de Educación y Trabajo Social). Universidad de Valladolid. Consultat el 30 d'abril de 2025.
- ✓ Mendoza Morán, A. M. (2017). *Desarrollo de la motricidad en etapa infantil*. Universitat de Guayaquil. Consultat el 9 de març de 2025.
- ✓ Peña de Hornos, V. J., & Vicente Nicolás, G. (2019). *Danza en educación infantil: opinión de los docentes*. Universidad de Murcia. Consultat el 20 d'abril de 2025.
- ✓ Reyes Sánchez, F. (2007). *Hip Hop, graffiti, break, rap, jóvenes y cultura urbana. Revista de Estudios de Juventud*, (78), 125-140. Consultat el 24 d'abril de 2025.
- ✓ Rodríguez Álvarez, A., & Iglesias da Cunha, L. (2014). *La «cultura hip hop»: revisión de sus posibilidades como herramienta educativa. Teoría de la Educación*, 26(2), 163-182. Consultat el 30 d'abril de 2025.
- ✓ Rodríguez-Vázquez, H. I., Torres-Palchisaca, Z. G., Ávila-Mediavilla, C. M., & Jarrín-Navas, S. A. (2020). *Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. Polo del Conocimiento*, 5(11), 482-495. Consultat el 18 d'abril de 2025.

- ✓ Sandín Lillo, J. (2015). *El Hip Hop como movimiento social y reivindicativo*. Universitat Politècnica de València. Consultat el 24 d'abril de 2025.
- ✓ Sequera, M. (2016). Investigación acción: Un método de investigación educativa para la sociedad actual. ARJÉ. Revista de Postgrado FaCE-UC, 10(18), 223-229. Consultat el 10 d'abril de 2025.
- ✓ Uribe Pareja, I. D. (2025). *Motricidad infantil y desarrollo humano. Educación física y deporte*, 20(1). Consultat el 11 d'abril de 2025.
- ✓ Valdés González, R., Fernández Díez, B., i Ballón García, C. (2022). *Beneficios de la danza urbana en jóvenes: Un análisis desde la perspectiva del bienestar emocional y la expresión corporal*. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 13(75), 134-138. Consultat el 30 d'abril de 2025.
- ✓ Viciano Garófano, V., Cano Guirado, L., Chacón Cuberos, R., Padial Ruz, R., & Martínez, A. (2023). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. Universitat de Granada. Consultat el 14 d'abril de 2025.

7. Annexos

7.1. Annex 1. Graella d'observació de les sessions de la dansa del Hip Hop

Escala de valoració:

1 = No ho fa mai / 2 = Ho fa a vegades / 3 = Ho fa quasi sempre / 4 = Ho fa sempre

Infant	Sessió	Coordinació global	Equilibri	Lateralitat	Control postural	Desplaçaments	Ritme
Infant 1	Sessió 1	3	4	1	3	3	4
Infant 1	Sessió 2	1	1	3	2	3	3
Infant 1	Sessió 3	3	3	4	1	4	4
Infant 1	Sessió 4	4	3	2	1	2	4
Infant 2	Sessió 1	4	2	2	2	4	4
Infant 2	Sessió 2	1	1	4	2	2	1
Infant 2	Sessió 3	4	1	1	3	3	3
Infant 2	Sessió 4	2	4	4	4	4	3
Infant 3	Sessió 1	2	2	3	2	3	4
Infant 3	Sessió 2	3	4	4	1	3	1
Infant 3	Sessió 3	3	3	1	1	3	2
Infant 3	Sessió 4	4	1	4	2	2	2

Infant 4	Sessió 1	1	2	1	2	4	4
Infant 4	Sessió 2	3	4	3	4	1	4
Infant 4	Sessió 3	3	3	2	1	4	2
Infant 4	Sessió 4	4	4	2	2	2	2
Infant 5	Sessió 1	2	4	2	1	3	2
Infant 5	Sessió 2	2	4	2	2	2	4
Infant 5	Sessió 3	2	3	4	3	4	2
Infant 5	Sessió 4	3	4	1	2	4	1
Infant 6	Sessió 1	4	1	2	3	1	4
Infant 6	Sessió 2	2	1	4	4	4	1
Infant 6	Sessió 3	1	1	3	1	1	1
Infant 6	Sessió 4	3	1	4	1	4	4
Infant 7	Sessió 1	4	3	3	3	1	4
Infant 7	Sessió 2	3	3	1	3	1	2
Infant 7	Sessió 3	3	2	1	4	3	1
Infant 7	Sessió 4	4	4	2	1	4	3
Infant 8	Sessió 1	3	2	4	1	3	4
Infant 8	Sessió 2	4	2	3	3	1	3
Infant 8	Sessió 3	1	3	2	3	1	1
Infant 8	Sessió 4	2	3	3	2	3	3

Infant 9	Sessió 1	1	3	3	2	2	4
Infant 9	Sessió 2	1	3	3	2	2	4
Infant 9	Sessió 3	4	1	4	4	2	1
Infant 9	Sessió 4	3	3	1	3	3	1
Infant 10	Sessió 1	4	1	4	3	3	3
Infant 10	Sessió 2	2	4	2	2	1	2
Infant 10	Sessió 3	1	1	2	4	4	4
Infant 10	Sessió 4	4	4	2	2	3	4
Infant 11	Sessió 1	2	3	2	1	3	2
Infant 11	Sessió 2	1	1	1	3	2	1
Infant 11	Sessió 3	4	1	1	3	3	2
Infant 11	Sessió 4	4	3	3	2	1	1
Infant 12	Sessió 1	3	2	4	4	3	3
Infant 12	Sessió 2	2	4	4	4	1	4
Infant 12	Sessió 3	1	2	1	2	4	4
Infant 12	Sessió 4	2	3	2	3	1	1
Infant 13	Sessió 1	1	4	1	3	1	2
Infant 13	Sessió 2	2	4	2	3	1	4
Infant 13	Sessió 3	1	1	3	2	2	1
Infant 13	Sessió 4	4	2	4	2	4	3

Infant 14	Sessió 1	4	3	3	4	3	1
Infant 14	Sessió 2	3	2	4	1	4	2
Infant 14	Sessió 3	2	2	3	3	4	4
Infant 14	Sessió 4	3	4	4	3	2	4
Infant 15	Sessió 1	1	3	4	4	3	4
Infant 15	Sessió 2	3	2	3	3	3	4
Infant 15	Sessió 3	4	3	4	1	1	4
Infant 15	Sessió 4	4	3	2	4	1	3
Infant 16	Sessió 1	4	1	1	2	3	3
Infant 16	Sessió 2	2	2	3	3	4	4
Infant 16	Sessió 3	2	4	1	4	4	1
Infant 16	Sessió 4	2	1	4	2	4	1
Infant 17	Sessió 1	1	4	3	3	1	1
Infant 17	Sessió 2	3	3	4	4	3	4
Infant 17	Sessió 3	4	2	4	1	4	4
Infant 17	Sessió 4	3	1	4	4	2	4
Infant 18	Sessió 1	4	2	3	4	2	1
Infant 18	Sessió 2	3	1	1	2	4	2
Infant 18	Sessió 3	2	2	2	3	4	1
Infant 18	Sessió 4	1	4	1	4	1	2

Infant 19	Sessió 1	1	4	4	4	4	4
Infant 19	Sessió 2	3	3	1	4	1	4
Infant 19	Sessió 3	4	3	3	2	3	2
Infant 19	Sessió 4	4	3	4	3	3	4
Infant 20	Sessió 1	2	4	3	3	2	1
Infant 20	Sessió 2	2	1	3	2	2	1
Infant 20	Sessió 3	1	4	2	3	4	3
Infant 20	Sessió 4	3	4	3	3	4	4
Infant 21	Sessió 1	4	2	1	2	1	2
Infant 21	Sessió 2	3	4	1	1	4	1
Infant 21	Sessió 3	1	2	3	2	3	2
Infant 21	Sessió 4	4	4	3	3	4	3
Infant 22	Sessió 1	3	1	2	2	3	2
Infant 22	Sessió 2	1	2	1	2	3	3
Infant 22	Sessió 3	4	2	4	2	3	3
Infant 22	Sessió 4	4	3	4	3	4	4

7.2. Annex 2. Model d'entrevista.

Entrevista a un professor de la dansa del Hip Hop sobre el seu impacte en la motricitat gruixuda a infantil.

1. Ens pots explicar la teva experiència com a professor de la dansa del Hip Hop treballant amb infants?
2. Creus que la dansa del Hip Hop és una bona activitat per als infants de 5 anys? Per què?
3. Has notat millores en la coordinació i el moviment dels nens després de practicar la dansa del Hip Hop durant un temps?
4. Quins tipus de moviments dins de la dansa del Hip Hop creus que més ajuden a desenvolupar la motricitat gruixuda?
5. Com treballas aspectes com l'equilibri, la coordinació i el control postural a les teves classes?
6. Hi ha alguna diferència en el desenvolupament motriu entre infants que ja practiquen la dansa del Hip Hop i els que són principiants?
7. Creus que la dansa del Hip Hop pot tenir beneficis similars o superiors a altres activitats físiques com l'esport tradicional?
8. Has observat que la dansa del Hip Hop pugui ajudar infants amb dificultats motrius o poca coordinació? Tens algun exemple concret?
9. Quina és la reacció dels infants quan comencen a practicar la dansa del Hip Hop? Els costa adaptar-se als moviments?
10. Quins exercicis o rutines recomanaries per estimular la motricitat gruixuda a través de la dansa del Hip Hop?
11. Creus que la dansa del Hip Hop hauria de tenir més presència a les escoles com part de l'educació física? Per què?
12. Finalment, quina opinió tens sobre la relació entre la dansa i el desenvolupament motriu infantil? Creus que se li dona prou importància?

7.3. Annex 3. Transcripcions de les entrevistes.

Professional 1

Pregunta 1. Tretze anys d'experiència com a professor de dansa, un treball dur, ja que requereix creativitat constant i de vegades forçada, sense pausa, i a la vegada un treball super gratificant per veure la millora dels alumnes tant com ballarins i com a persones.

Això últim és l'experiència genial que m'emporto.

Pregunta 2. Sí, com qualsevol activitat física, millora les capacitats generals motores de qualsevol persona, també molt important el treball de coordinació, reflexos, habilitat d'enteniment del propi cos i treball i integració social en equip.

Pregunta 3. Sí, notablement, la diferència entre els infants que sí que en practiquen i infants que no fan activitats es nota considerablement.

Pregunta 4. Les acrobàcies sobretot, ja que requereixen un esforç major i també major tècnica, porten la motricitat a màxim nivell.

Pregunta 5. El més important i òbviament, la repetició, també buscar la sensació corporal correcta espiritualment.

Pregunta 6. Sí, moltíssima. Saben entendre el seu cos fins a punts molt específics i tenen la possibilitat d'aguantar més temps els moviments, tenen menys fatiga, més potència, agilitat i suavitat en fer-los.

Pregunta 7. Considero que és una dansa molt versàtil, ja que utilitzes tant tren superior com inferior i és bastant completa la veritat, alguns esports són molt específics només cames o braços, fet que el Hip Hop té ambdues.

Pregunta 8. Sí, en fer-ho d'una forma divertida, pots generar confiança i provocar entusiasme, que els hi faci esforçar-se al màxim i puguin millorar.

Pregunta 9. Avui en dia, la gent ve del Tiktok moltes vegades, balls molt senzills que es fan en minuts, quan arriben a classe al principi sempre costa, avui en dia tot costa amb el tema de les pantalles i la immediatesa.

Pregunta 10. Acrobàcies com el pi amb el cap, ondes, passes de terra i dissociacions.

Pregunta 11. Una mica sí, hauria de tenir-se en compte, ja que els temps canvien i de veritat és una disciplina molt completa que crec que enganxaria a més gent avui en dia que certes rutines ja desfasades.

Pregunta 12. No, la dansa sempre queda com alguna cosa amb poc valor en la societat en general, sempre es té més en compte l'esport com el futbol, que molts cops segons la meva opinió generen competició tòxica. La dansa és més grupal i compartir coses positives i a més, és molt completa en l'art física.

Professional 2

Pregunta 1. La meva experiència com a professora crec que m'ha ensenyat molt que sí que és veritat que tu als infants estàs allà per ensenyar-los i en certa manera per educar-los, perquè encara que no ho hagis d'educar ho acabes fent. Però també al revés, ells constantment t'ensenyen a enfrontar-te a situacions de diferents maneres a buscar maneres per estimular l'aprenentatge, ja que cada nen i cada grup és diferent. Per tant, la descriuria com una professió amb un aprenentatge i una adaptació constant.

Pregunta 2. Crec que sí, que és una bona activitat per a infants de 5 anys perquè treballen moltíssim a nivell motriu la coordinació, la lateralitat, el ritme, escoltar la música. I a banda, com són classes en grup perquè es treballa les relacions socials, la disciplina, el comportament a l'aula, l'expressió, el fet d'exposar-se davant d'un públic. Crec que més enllà de ballar, els hi aporta moltes coses.

Pregunta 3. Sí, és evident que qualsevol dansa aporta coordinació i millores en el moviment però més concretament el Hip Hop, ja que és un estil que té moltíssims passos diferents que fa servir totes les parts del cos i té molts canvis de ritme i que s'utilitzen molts passos a proporció d'altres balls, hi ha molta varietat de passos i molta velocitat, llavors això els hi aporta molta coordinació.

Pregunta 4. Crec que el que més els hi ajuda quan son petits és trobar el bounce, que a més és la cosa més bàsica que s'ha de fer a l'hora de ballar Hip Hop i és un gest de rebot del cos al ritme de la música i com es pot fer amb qualsevol part del cos els hi fas treballar un rang de moviment molt ample. A més nosaltres normalment el fem amb la part dels genolls perquè amb

la part de dalt puguin fer altres moviments. Llavors crec que és el primer que han de fer i els ajuda a coordinar molt amb el ritme.

Pregunta 5. Doncs realment l'equilibri clar és molt diferent de danses com la dansa clàssica o la contemporània. Nosaltres el que fem servir molt són els canvis de pes i estem constantment passant el pes d'una cama a una altra i llavors els infants agafen molta coordinació i treballen l'equilibri amb els canvis de pes, perquè sí que és veritat que no acostuma a haver-hi tants passos en relevé o tant gir a una cama, pot haver-hi, però és menys freqüent. La coordinació ve intrínseca en el ball, l'estil del Hip Hop requereix coordinació perquè sempre es fa servir més d'una part del cos i molts cops a diferents ritmes. També, la postura corporal en el Hip Hop sí que diria que no es treballa tant, ja que es requereix una postura corporal molt relaxada, llavors no és com altres balls que has de tenir una col·locació de la columna o del maluc. En el Hip Hop es busca molt la relaxació, sí que es fa una part d'estiraments al principi i al final per a compensar una miqueta el treball, però des del ball del Hip Hop és una miqueta més difícil.

Pregunta 6. La diferència del que controla el seu cos un nen que balla Hip Hop comparant-lo amb un nen que no ho fa o que directament no practica cap mena d'esport és increïble. No és que només es pugui aconseguir amb el Hip Hop, també es pot amb altres maneres, però sí que és veritat que la diferència d'un nen que porta temps amb un que no. Hi ha nens que comencen molt petits, amb una edat primerenca de 7 o 8 anys ja coordinen moltíssim i tenen un control del seu cos que un altre nen de la seva mateixa edat no tindria. Llavors sí, la diferència és abismal.

Pregunta 7. Crec que igual i alhora de diferent manera. No crec que sigui ni millor ni pitjor que altres activitats, sinó que crec que cada infant té un caràcter i una manera de ser que li potenciaria un tipus d'activitat o una altra. Hi ha nens que per moure's i per relacionar-se els va molt bé els jocs en equip com el futbol o el bàsquet, hi ha nens que necessiten a banda aquella expressió artística o els encanta la música i igual no els atrapes per l'esport tradicional i, en canvi, sí que els crida l'atenció ballar. I al final ballant també acaben fent esport a banda de ser un art. Llavors, no diria que és ni millor ni pitjor sinó que diria que són maneres diferents d'arribar a cada infant.

Pregunta 8. Sí, pot ajudar molt. De fet, molts cops hem tingut infants que són arrítmics o que tenen lateralitat creuada o que són dislèxics i sembla increïble, però el fet de ballar els ajuda moltíssim a desenvolupar altres activitats. Perquè és el que diem, des de la dansa no és que

només ballin i ja, sinó que es treballen moltíssimes coses, com ara la coordinació o el treball físic del cos, que has de ser després capaç d'exposar-ho davant de gent. Llavors, sí que crec i a més, he vist casos d'infants que no tenien gens de ritme ni seguien la pulsació de la música i al dinal convertir-se en ballarins.

Pregunta 9. No hi ha una reacció concreta dels infants quan comencen a practicar Hip Hop, ja que cada infant és un món. Però sí que és veritat, que generalment si els agrada la música i moure's acostuma a ser un estil de ball que encaixa molt bé amb el que hi ha avui en dia en la societat i amb el que els nens estan acostumats a escoltar i a veure. Podríem dir que és un moviment relativament conegut per a ells i a més, com és molt dinàmic i energètic acostumen a passar-s'ho molt bé, sí que és veritat que després si aprofundeixes té coses molt difícils també, però de primeres diria que és un estil bastant dinàmic d'aprendre.

Pregunta 10. Exercicis per estimular la motricitat serien exercicis de repetició amb el bounce, nosaltres sempre el treballem molt. Primer en estàtic i després amb trepitjada i desplaçaments i quan ho dominen afegir parts del cos. Abans de posar-se a fer passos perquè si han de ser capaços d'identificar les seves parts del cos i d'afegir-les a aquest bounce que hem treballat des del principi. A més, paral·lelament, anar treballant passos bàsics de l'estil que també els ajuda a la motricitat d'una manera progressiva, de més fàcils a més difícils.

Pregunta 11. Crec que sí, crec que hauria d'estar present perquè l'educació física, no sé si ha canviat, però el que jo recordo és que és una educació física molt enfocada a l'esport tradicional. I crec que hi ha moltes maneres de fer esport, de moure el cos, de treballar el físic, de conscienciar-se i de tenir una salut física. Crec que no només el Hip Hop sinó que també qualsevol mena de dansa podria aportar una visió diferent i podria arribar a un grup més gran d'alumnes.

Pregunta 12. Jo crec que en general no se li dona la importància que té perquè la gent desconeix el treball que fem. Sembla que sigui una extraescolar de dansa i que poses en una classe a infants i crees un simple ball. Però la gent realment no sap el treball tècnic que hi ha darrere, el treball físic que hi ha i tot el que implica poder tirar endavant una coreografia o poder portar un grup d'una classe de ball. Llavors crec que no se li dona prou valor potser per desconeixement. A Espanya esports com el futbol, el bàsquet i el tennis estan molt més visibilitzats, ja simplement a la televisió i el Hip Hop no tant. Et diré que les coses potser van canviant i que la gent cada cop és més oberta, però si crec que hauria d'haver-hi més informació i així a poc a poc podríem

arribar a conscienciar més de què també és una manera vàlida de fer esport i que aporta multicines coses no només de mobilitat i disciplina sinó també en l'àmbit social i psicològic.

Professional 3

Pregunta 1. Fa més de 20 anys que em dedico a l'ensenyament del Hip Hop i una part molt significativa del meu treball ha estat amb infants de totes les edats, especialment a partir dels 4 anys. M'apassiona la pedagogia i sempre he entès la dansa com una eina educativa i transformadora. He impartit classes regulars en escoles de dansa, però també realitzo tallers a escoles públiques, centres cívics i activitats extraescolars organitzades per ajuntaments de diferents municipis de la província de Tarragona. El Hip Hop, més enllà del moviment, és per a mi una forma de transmetre valors com el respecte, l'esforç, la humilitat i el treball en equip. Quan treballa amb infants, el meu objectiu no és només que aprenguin passos, sinó que se sentin escoltats, valorats i part d'una comunitat.

Pregunta 2. Sí, crec fermament que el Hip Hop és ideal per a aquesta etapa. A aquestes edats, els nens i nenes necessitem explorar el seu cos, relacionar-se amb l'espai, jugar amb el ritme i aprendre a expressar-se. El Hip Hop, amb la seva energia i llibertat, els ofereix tot això. A més, és una disciplina que no jutja ni exigeix perfecció, sinó actitud i ganes de moure's. Això el fa molt inclusiu i motivador per a ells.

Pregunta 3. Sí, és molt evident. Quan els infants comencen, sovint tenen moviments desorganitzats o poc control corporal. Però a mesura que passen les setmanes, es nota una evolució molt clara: guanyen en coordinació, equilibri, lateralitat, consciència espacial i també en confiança. He vist casos de nens molt tímids o descoordinats que després d'uns mesos ballant, es transformen totalment.

Pregunta 4. Els moviments de locomoció com els "grooves", "Partysteps" com el two step, el running man o el pas de criss cross, els jocs amb desplaçament i els treballs a terra senzills són molt útils per treballar la motricitat gruixuda. També ho són molt útils per treballar la motricitat gruixuda. També ho són els exercicis que impliquen canvis de nivell (baixar, pujar), salts, girs i combinacions de braços i cames alhora. L'ús del cos de forma global és una característica del Hip Hop que estimula molt aquest tipus de motricitat.

Pregunta 5. En les meves classes combino la pràctica de moviments rítmics amb exercicis específics de propiocepció, control del cos i jocs d'equilibri, coordinació i també dissociació. Utilitzo tècniques que parteixen del moviment natural, però que també integren reptes progressius perquè cada infant pugui evolucionar al seu ritme, y el seu aprenentatge.

Per exemple, fem exercicis davant del mirall, en parelles, o en forma de joc on treballen la consciència corporal de manera divertida i efectiva.

Pregunta 6. Sí, els nens que ja han tingut contacte amb el Hip Hop o altres formes de dansa solen mostrar un major domini del cos, més fluïdesa en els moviments i una millor capacitat d'adaptar-se als canvis de ritme i espai. Tot i això, molts infants nous avancen molt ràpidament, si se senten acollits, motivats i si les classes estan dissenyades des d'una mirada pedagògica i no competitiva.

El principal és gaudir de les classes, i d'aquesta forma arriba la millora.

Pregunta 7. Sí, fins i tot en alguns casos crec que pot tenir beneficis més amplis, perquè combina l'exercici físic amb l'expressió artística, la música, la creativitat i el treball emocional. A diferència de molts esports on hi ha una forta pressió pel rendiment, el Hip Hop dona espai per ser un mateix, equivocar-se i aprendre en comunitat. A més, la seva estructura oberta fa que cada infant pugui adaptar-se segons les seves capacitats.

Pregunta 8. Sí, he tingut diversos casos. En un taller que vaig fer en una escola de la zona, hi havia una nena amb dificultats de coordinació molt visibles. Amb paciència i dinàmiques inclusives, va anar guanyant confiança i capacitat motora. A més, com que la música i el moviment li agradaven, va començar a expressar-se amb més llibertat. La seva evolució va ser molt bonica i el Hip Hop li va oferir un espai de llibertat que potser altres disciplines més rígides no li permetien.

Personalment, fa uns 15 anys vaig tenir una alumna que era totalment arrítmica, en cosa d'un any amb exercicis específics, creats per a ella, va aconseguir ballar d'una forma impressionant, totalment al temps musical i amb molt bona tècnica.

Pregunta 9. Depèn de cada infant, però en general la reacció és molt positiva. El Hip Hop connecta amb ells perquè és juganer, enèrgic i es basa en el ritme. A alguns els pot costar una mica seguir les consignes al principi, però si la classe està enfocada de manera dinàmica i

participativa, s'adapten molt ràpidament. Molts s'hi enganxen perquè els dona un espai on poden ser espontanis i creatius.

Pregunta 10. Recomanaria rutines de desplaçaments en grup, jocs de mirall, seqüències de passos bàsics, activitats de resposta al ritme i moviments a terra adaptats a la seva edat. També és molt útil treballar amb música molt marcada i dinàmiques de repetició en forma de joc. Els exercicis de “freeze” o parar en una posició divertida ajuden molt al control postural i a l'equilibri.

Pregunta 11. Sí, absolutament. El Hip Hop no és només una dansa urbana, és una cultura que promou valors socials, expressió i moviments saludable. Hauria de formar part de l'educació física perquè és una manera molt efectiva de connectar amb els infants d'avui en dia, especialment aquells que potser no se senten còmodes amb els esports tradicionals. A més, fomenta la diversitat, l'autonomia i el respecte, cosa que és fonamental dins d'un context educatiu.

Personalment, crec que la dansa, no només el Hip Hop, hauria de ser una assignatura més dins de les escoles. Els beneficis que té són molt grans en el creixement global dels infants: en l'àmbit físic, emocional i social. Amb la dansa, els nens i nenes milloren la seva autoestima, guanyen autoconfiança i desenvolupen un millor autoconcepte. També amplien les seves habilitats comunicatives i socials, ja que la dansa treballa molt el grup, la mirada a l'altre, el respecte i la col·laboració. I tot això, mentre fan activitat física d'una manera divertida i creativa, amb tots els beneficis que això comporta per al cos i la ment.

Pregunta 12. Crec que encara no se li dona la importància que mereix. La dansa és una de les formes més completes de treballar el desenvolupament motor, emocional i social d'un infant. I dins de la dansa, el Hip Hop és especialment potent per la seva accessibilitat i la seva capacitat d'integració. Malauradament, moltes escoles encara veuen la dansa com activitat complementària i no com una eina fonamental del creixement. D'aquesta manera molts infants es beneficiarien de moltes millores a tots els nivells. Cal fer un canvi de mirada.