



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

“TRABAJA LA EXPRESIÓN CORPORAL CON LA SIRENITA”

AUTORÍA JOSÉ EMILIO GARCÍA BLANCO
TEMÁTICA EXPRESIÓN CORPORAL
ETAPA E. INFANTIL, PRIMER CICLO DE PRIMARIA

Resumen

Este artículo pretende ser un recurso educativo a la hora de trabajar la expresión corporal en nuestras clases de infantil y primaria de forma que pueda resultar una experiencia amena y divertida para los niños y que nos facilite un poco el trabajo a los maestros. Para ello utilizamos el cuento de La Sirenita como hilo conductor de toda una serie de juegos simbólicos que nuestros alumnos irán realizando a lo largo de una clase o sesión.

Palabras clave

Expresión Corporal, cuento, juego simbólico, imaginación, grupo.

1. INTRODUCCIÓN

Se considera que las posibilidades de expresarse individual y colectivamente son prácticamente infinitas, pero para que el hecho expresivo se produzca necesitamos estar inmersos en una situación de bienestar que proviene de nuestro propio cuerpo y que es la que nos permite actuar con naturalidad, desinhibición y aceptando a los demás tal y como son.

En la vida cotidiana el ser humano está continuamente adoptando posturas a través de las que va poniendo de manifiesto sus distintos estados de ánimo. De esta forma utiliza su cuerpo como medio de expresión.

En los niños pequeños esta situación es incluso más pura, pues ellos no suelen esconder ninguna intención para ocultar o disimular su estado de ánimo cada vez que hacen o dicen alguna cosa. En consecuencia, va a ser muy importante aprovechar este punto de partida para comenzar a trabajar ahora con ellos en el aula la expresión corporal, de manera que sea más fácil lograr ciertos progresos y que estas clases se conviertan en algo habitual, contribuyendo a que esto no llegue a ser un contenido de enseñanza que les pueda acomplejar o inhibir cuando lleguen a edades mayores, donde muchos de ellos empezarán a ser más tímidos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

2. LA EXPRESIÓN CORPORAL EN EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

La expresión corporal consiste en comunicarse a través de la creación de mensajes, signos o códigos con la intención de transmitir o de hacerse entender a través de los movimientos del cuerpo.

Básicamente la expresión corporal se fundamenta en dos aspectos principales: la técnica y la libre expresión, siendo sus componentes principales el gesto y el ritmo.

A la hora de trabajar la expresión corporal en la clase con niños de infantil y primer ciclo de primaria, nos olvidaremos del desarrollo de la técnica (dejando ésta para otros ámbitos más especializados) y nos centraremos en el desarrollo de la libre expresión a través del movimiento.

2.1. El papel del profesor

Resulta fundamental que a la hora de poner en práctica una clase de expresión corporal, la figura del maestro, además de cumplir la propia labor docente, ejerza el liderazgo hasta que el grupo sea capaz de trabajar de forma más autónoma.

En el caso que nos ocupa, al tratarse de niños pequeños (Infantil y Primer Ciclo de Primaria), esta labor de liderazgo tendrá que mantenerse durante todo el tiempo que dure la actividad. Además, sobre el maestro también recaerá la responsabilidad de generar un ambiente propicio, alegre y distendido que fomente la participación activa y desinhibida de todos sus alumnos.

Todo esto, sin olvidarse de la responsabilidad en la consecución de los objetivos educativos, así como de la organización de la clase y de su intervención didáctica durante el desarrollo de la misma.

Además es muy importante que establezca una serie de reglas que garanticen que durante la sesión no ocurra nada que él no haya promovido o permitido.

A continuación exponemos una serie de características que el maestro debería esforzarse por cumplir al trabajar con sus alumnos la expresión corporal:

- Debe ser imaginativo y estar dotado de cierta agilidad mental para controlar cualquier contingencia que se produzca.
- Debe ser democrático y así tener en cuenta las opiniones y el sentir de sus alumnos en el devenir de la clase; tanto para dar paso rápidamente al siguiente ejercicio si los alumnos se están aburriendo, como para aceptar algunas de las propuestas que los niños le puedan hacer. No obstante, al tratarse de alumnos pequeños debe tener en cuenta que muchas veces sus ideas no podrán ser aceptadas por carecer de sentido.
- Deberá tener cierta capacidad de organización a la hora de planificar este tipo de actividades (expresión corporal).



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

- Debe tener aptitudes para la diplomacia que le permitan ser capaz de mediar con rapidez y diligencia ante los pequeños conflictos que puedan ir surgiendo.

2.2. Consideraciones fundamentales para que el trabajo con este cuento sea satisfactorio.

La participación no debe ser obligatoria, más bien hemos de ser pacientes con los niños más tímidos y esperar que el carácter alegre y divertido de la actividad les seduzca y les anime a que ellos mismos tomen la iniciativa para participar en el juego.

Es muy importante dejar un espacio para la improvisación y para la imaginación, pero siempre respetando el argumento del cuento y las reglas de cada uno de los juegos planificados.

El trabajo de preparación que supone esta actividad ha de afrontarse con ilusión y dedicación, pues es tan importante como el propio desarrollo del cuento y sus juegos.

Todas las respuestas que los niños planteen a las actividades propuestas serán consideradas como aceptables sin ser clasificadas en buenas, regulares o malas... En todo caso tendremos que valorar si los niños nos han comprendido o no.

Este cuento, aunque es una sucesión de juegos, debemos tomarlo como una actividad educativa en su sentido más riguroso y además haremos siempre una clara distinción entre el mundo de la fantasía y el mundo real.

3. JUEGOS DE EXPRESIÓN CORPORAL A TRAVÉS DE UN CUENTO: LA SIRENITA

A continuación mostraremos una serie de juegos que tienen como hilo conductor una adaptación del cuento de “La Sirenita”. El maestro o animador tiene un papel clave para el éxito de la actividad, ya que explicará los juegos de una manera clara y concisa y narrará la historia con énfasis y entusiasmo tratando de crear un clima alegre y relajado que invite a que nuestros alumnos se impliquen plenamente y así desarrollen al máximo su expresividad.

El material utilizado será sencillo y escaso. Básicamente consiste en un reproductor de música con las canciones que hayamos preparado, además de láminas, muñecos o aquello que consideremos oportuno y que tenga relación con el cuento de La Sirenita.

El espacio idóneo para realizar este tipo de sesión sería el gimnasio del colegio por sus dimensiones, comodidad y, sobre todo por la intimidad que ofrece, sobre todo para no molestar con nuestro ruido a las otras clases. Si no disponemos de esta posibilidad procuraremos conseguir permiso para llevarla a cabo en el salón de actos, sala de usos múltiples... En último término, cuando no dispongamos de otra alternativa, utilizaremos el aula, apartando las mesas y sillas en un extremo de la clase para que quede el máximo espacio libre.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

3.1. Juego de Expresión Corporal nº 1: “Los peces traviesos”

La Sirenita es feliz jugando a hacer travesuras con sus amigos los peces y las criaturas del mar. En el presente juego necesitaremos un alumno voluntario que se situará frente a la pared en uno de los extremos del gimnasio. El resto se sentará a cierta distancia y frente a él. Este alumno hará el personaje del Rey Tritón y todos los demás permanecerán quietos mientras les esté mirando. Cada vez que el Rey Tritón se vuelva hacia la pared, los demás peces y criaturas del mar podrán hacerle muecas, levantarse... Si el Rey vuelve a mirar y, en ese momento ve a alguno moviéndose lo castigará con él frente a la pared.

El juego continuará hasta que el maestro que coordina la sesión de expresión corporal considere que hay muchos “peces castigados”. Entonces se podrá empezar de nuevo con este juego o continuar con el siguiente de la serie.

3.2. Juego de Expresión Corporal nº 2: “El globo”

La Sirenita tiene muchos amigos peces, pero hay uno en concreto que es muy especial: El Pez Globo. Vamos a ver entre todos cómo es este pez.

Los alumnos, a las órdenes del profesor se irán inflando poco a poco, hasta conseguir el máximo posible, realizando todo tipo de gestos y mímica. Después se desinflarán, también poco a poco o deprisa, según el gusto del maestro por llevar el juego. Se podrá repetir todas las veces que se considere necesario.

Como variante, también pueden representarse otro tipo de peces y criaturas del mar que puedan ser divertidas como: el pez raya, el pez espada, el tiburón, el pulpo, el delfín, el cangrejo (caminando hacia atrás), el caballito de mar...

3.3. Juego de Expresión Corporal nº 3: “El oleaje”

De pronto hay una tormenta y la Sirenita observa muy preocupada cómo el barco donde navega el príncipe de sus sueños se está hundiendo pero, además, se horroriza cuando descubre que éste ha quedado inconsciente y se está ahogando.

Los alumnos, distribuidos por el espacio, intentarán avanzar como si fueran arrastrados por las olas. A través de su imaginación y mediante gestos y movimientos realizados a cámara lenta, se expresarán corporalmente en esta arriesgada situación.

Este juego se realizará primero con los niños caminando y de pie pero, después, lo repetirán tumbados en el suelo, arrastrándose, como si de verdad todos ellos fueran la Sirenita y estuvieran nadando en el mar

El maestro les irá animando y a su vez les irá avisando de los peligros del mar. También les advertirá que tengan especial cuidado con las fuertes olas y con todos los pedazos desprendidos del barco que hay a su alrededor.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

3.4. Juego de Expresión Corporal nº 4: “La orquesta”

La Sirenita está muy triste porque no puede estar con el príncipe del que se ha enamorado. Sebastián, el cangrejo amigo de la Sirenita, quiere animarla. Para ello busca a muchos peces, cada uno con un instrumento, y todos juntos le tocarán una melodía.

Todo el grupo se colocará a modo de orquesta mientras uno de ellos hará de director. Todos cantan a la vez el estribillo de la canción “Bajo el mar”. A la hora de elegir un instrumento, el director lo propone y todos imitan cantando. (Puede haber distintos cambios de director a la hora de continuar con el juego, ya que es un papel que muchos niños quieren tener)).

Se puede introducir como variante la acumulación de instrumentos. Cada vez que se toca uno se añade a los anteriores y se tocan seguidos.

3.5. Juego de Expresión Corporal nº 5: “Pies por primera vez”

La Bruja del mar, mediante un hechizo y a cambio de perder su voz, ha transformado a la Sirenita en humana. Tras unos minutos de inseguridad, por fin consigue poner sus pies por primera vez en la tierra e intenta dar sus primeros pasos.

La clase va a experimentar tener pies por primera vez. Así se desplazarán por el gimnasio sin ningún orden, como si estuvieran andando por primera vez, con dudas al levantar los pies y caminando despacio y con mucho cuidado.

De pronto, todos los niños van a experimentar un tremendo dolor a la hora de poner sus pies en el suelo.

Después tendrán que andar como si el suelo estuviera lleno de clavos o se quemaran cada vez que apoyen los pies. (De puntillas y a la pata coja).

Ahora se dan cuenta de que el suelo se ha puesto muy resbaladizo. (Los niños se desplazarán como si patinaran).

Por último, ¡qué bien!, al fin empezamos a notar que ya nos hemos acostumbrado a nuestros nuevos pies. Por eso ahora nuestros alumnos harán todos los experimentos que deseen con sus pies (bailar, saltar, correr...).

3.6. Juego de Expresión Corporal nº 6: “El espejo”

La Sirenita ya tiene pies y acaba de llegar a la casa del príncipe. Le han dado ropa limpia y la han aseado. Ahora tiene una habitación para ella sola y en medio de ella hay un impresionante espejo. Después de tantas emociones se mira y se remira. La emoción y la felicidad se reflejan en su rostro y en sus gestos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Nuestros alumnos se distribuirán por el espacio formando parejas. En cada pareja uno hará de Sirenita y el otro de su reflejo en el espejo, por lo que se colocarán uno en frente del otro. El alumno que hace de Sirenita levantará las manos, hará muecas con su cara, se agachará, moverá los pies... mientras el que hace de su reflejo tendrá que imitar sus movimientos lo más exacto y rápido posible. Hay que tener en cuenta que hasta que no haya acabado con un gesto, el niño que hace de Sirenita no puede empezar con otro nuevo. Al cabo de un tiempo determinado el maestro les indicará que se intercambien los papeles.

3.7. Juego de Expresión Corporal nº 7: “Caja Misteriosa”

Durante el transcurso de este juego no se puede hablar y así podrán escuchar la historia con atención. Los alumnos mediante mímica interpretarán los siguientes personajes u objetos que salen de la “Caja Misteriosa”. Mientras se narra la historia, los alumnos estarán dentro de la “Caja Misteriosa” (se colocarán agachados y con los brazos tapándose la cara), pero en el momento en que el narrador diga que algo o alguien sale de la caja misteriosa los alumnos empezarán a moverse a lo largo y ancho del gimnasio desarrollando su capacidad expresiva. El maestro controlará el tiempo según el desarrollo de la actividad ya que, cuando considere que hace falta un descanso, dirá “Caja Misteriosa” y nuestros alumnos instantáneamente volverán a dicha posición.

“La Sirenita va de paseo con el príncipe y en su caminar se va a encontrar muchas cosas. Es un día espléndido, el sol brilla y de la caja misteriosa va a salir... ¡Un hermoso bosque!

Cada uno de vosotros sois un árbol, unos son muy altos, otros son más pequeños... Al árbol le mece una suave brisa. Ahora el viento es un poco más fuerte y... empieza a llover. ¡Qué refrescante! ¡CAJA MISTERIOSA!

Por el bosque hay muchos animalitos que han salido a jugar. A la Sirenita le gustan en especial los que van a salir de la caja misteriosa... ¡Unos simpáticos conejitos!

Mira, mira cómo saltan. ¡Ay! Pero ya se paran y están jugando por el suelo unos con otros... ¡CAJA MISTERIOSA!

La Sirenita nunca había visto una cosa igual ¡Qué bellos colores! ¿Son flores? No, pero si vuelan... De la caja misteriosa salen multitud de mariposas.

¡Qué rápido van! Ahora se han posado en una flor mientras observan lo bellas que son. Vuela, Vuela que te quieren cazar... ¡CAJA MISTERIOSA!

Salimos del bosque y nos adentramos en el pueblo. ¡Es impresionante! ¿Qué es esa simpática caja adornada con estrellas y dos extrañas máscaras? ¿Es un teatro de guiñol? De la caja misteriosa van a salir... ¡unas marionetas!

¡Mira como se mueven! ¡Con hilos! ¡Cuántos personajes diferentes! Por ahí vemos a la Bruja Piruja montada en su escoba... ¡Qué susto nos da!

Y ahora... ¿Quién es ese? ¡Qué feo con la cachiporra! Es un Cavernícola.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

¡Cuidado! Que ahora aparece un fiero pirata con su espada en una mano y su garfio en la otra. Pero si está cojo. Claro, tiene una pata de palo... ¡CAJA MISTERIOSA!

La Sirenita está encantada, pero todavía le queda lo mejor. En el pueblo hay una verbena y la Sirenita va a bailar con el príncipe por primera vez. De la caja misteriosa va a salir nuestra protagonista que bailará y disfrutará de la música en tierra firme”.

Al cabo de dos minutos o del tiempo que el maestro considere oportuno diremos... ¡CAJA MISTERIOSA! Pero esta vez será para dar este juego por terminado.

3.8. Juego de Expresión Corporal nº 8: “El viajar es un placer”

A continuación nuestros alumnos se sentarán en el suelo del gimnasio, simulando que van de paseo en un carruaje. Desde ahí imitarán lo que su maestro les va diciendo:

“¡Qué divertido ha sido el día de hoy para la Sirenita! Pero ahora ha llegado el momento de que vuelva a casa, así que nos vamos a ir tranquilitos en nuestro coche de caballos. ¡Ay! ¡Cuidado! Hemos pillado una piedra en el camino... Ahora hay un bache. Y otro bache. ¡Hay cinco seguidos! Menos mal que por fin ha parado... ¡Cuidado que hay curvas! Hacia la derecha... otra vez a la derecha... y ahora a la izquierda. ¡Qué mareo! ¿Qué pasa ahora? Que la Sirenita quiere conducir, así que coge las riendas del caballo y... ¡Deprisa, deprisa, corre caballo, más deprisa, corre, corre...! Menos mal que ya casi hemos llegado... ¡Frena!”.

Una variante del juego es que pueden sentarse entre las piernas del compañero en grupos de 4 ó 5 y así realizar el paseo.

3.9. Juego de Expresión Corporal nº 9: “La máquina fotográfica”

El siguiente juego consiste en grabar mentalmente una imagen, simulando una máquina fotográfica. Nuestros alumnos se agruparán formando parejas. Uno hace de máquina fotográfica con los ojos cerrados y otro hace de fotógrafo con los ojos abiertos. El fotógrafo debe guiar su máquina para fotografiar determinadas instantáneas de nuestra amiga la Sirenita: una persona, una flor, unos peces, un paisaje... (Pueden ser juguetes reales relacionados con nuestra temática o distintas ilustraciones con dibujos también referentes a la Sirenita, que el maestro habrá dispuesto por todo el gimnasio e irá cambiando según crea conveniente).

Cuando los ha encontrado, se coloca con su máquina delante del objeto y hace una señal de “clic”. La máquina abre los ojos durante tres segundos y después los vuelve a cerrar.

Este procedimiento se puede repetir durante tres veces y a continuación se intercambiarán los papeles.

Al finalizar, cada pareja utilizará la mímica para comunicar al resto de la clase todo lo que han fotografiado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

3.10. Juego de Expresión Corporal nº 10: “La máquina de música”

Todo ha acabado muy bien y estamos de fiesta, ya que la Sirenita se ha casado con su príncipe. Nosotros también lo celebraremos y por eso vamos a bailar sin parar.

Así pondremos diversos tipos de música y los niños se moverán según lo que les sugiera el ritmo o la letra de cada canción. Se han de guiar sobre todo por la melodía y los movimientos pueden ser individuales o grupales.

4. BIBLIOGRAFÍA

- Delgado Noguera, M.Á. (1991): *Los Estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una reforma de la enseñanza*. Granada: I.C.E
- Disney, W. (2007): *La Sirenita*. Madrid: Everest
- Montávez, M. y Zea, M.J. (1998): *Expresión Corporal. Propuestas para la acción*. Málaga: Re-Crea y Educa.
- Motos, T y Aranda, L. (2001): *Práctica de la Expresión Corporal*. Ciudad Real: Ñaque.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992): *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.

Autoría

- Nombre y Apellidos: José Emilio García Blanco.
- Centro, localidad, provincia: IES “Francisco Giner de los Ríos”, Motril, Granada.
- E-mail: jblanco167@yahoo.es