



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

“LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA ESCUELA”

AUTORIA FRANCISCA GARCIA MONTILLA
TEMÁTICA EXPRESIÓN CORPORAL
ETAPA EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

Resumen

Desde 0 a 3 años todas las manifestaciones se realizan a través del cuerpo, el único lenguaje que tienen es el lenguaje del cuerpo. De 3 a 6 años también pero cuando progresivamente el niño aprende otros lenguajes estos abarcan todo dejando a parte el lenguaje corporal. El lenguaje verbal predomina, por él podemos decir verdad o mentira, mientras que el lenguaje corporal habla por debajo de la consciencia. El lenguaje corporal no lo podemos dominar, no somos conscientes de ello, pero los demás si lo captan.

Palabras clave

cuerpo
movimiento
comunicación
lenguaje

0. DEFINICIÓN

Genéricamente, el concepto de "expresión corporal" hace referencia al hecho de que todo ser humano, de manera consciente o inconsciente, intencionalmente o no, se manifiesta mediante su cuerpo.

Puede definirse como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento como instrumentos básicos.

La Expresión Corporal proviene del concepto de Danza Libre: es una metodología para organizar el movimiento de manera personal y creativa, constituyéndolo en un lenguaje posible de ser desarrollado a través del estudio e investigación de los componentes del movimiento, del cuerpo propio y de los múltiples modos de estructuración del movimiento en el tiempo y el espacio.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

El lenguaje corporal adquiere así la función de "lenguaje": la búsqueda de "un vocabulario" propio de movimientos que, organizados en una unidad significativa de forma-contenido permita transmitir, al igual que otros lenguajes artísticos, ideas, emociones y sensaciones personales y subjetivas, posibles de ser objetivadas en una elaboración externa al individuo. En este caso, el producto es una danza.

Para enriquecer este lenguaje utiliza metodologías para el desarrollo de habilidades propioceptivas, motrices y comunicativas, así como los principios de la investigación y composición coreográficas.

1. INTRODUCCIÓN

Una vez promulgada la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE), en el año 1990, la expresión corporal adquirió la importancia que, algunos profesores, creemos que debe tener en el marco del currículum del área de educación física en Primaria e Infantil.

Romero Martín (1999: 80) define expresión corporal como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son los instrumentos básicos.

En este caso no nos vamos a centrar en la expresión corporal como contenido (cuya importancia es indudable), sino como medio para el desarrollo de otros contenidos propios de nuestra área, con las ventajas que esto nos puede aportar. Ya que, en ningún momento, debemos perder de vista la importancia de la educación integral de nuestros alumnos.

Desde el área de educación física intentamos educar a través del movimiento; mientras que, con la expresión corporal vamos a intentar convertir el movimiento en un instrumento con el que comunicarse.

Para Rivero y Schinca (1992: 13) la Expresión Corporal, como materia educativa, profundiza en el conocimiento del cuerpo y lo utiliza como un significativo vehículo de expresión y comunicación a través del lenguaje corporal. Así, el conocimiento de las bases físicas y expresivas del cuerpo y del movimiento será el objetivo fundamental de esta materia, todo en orden a la manifestación de los aspectos expresivos y comunicativos de la conducta motriz. A través de la expresión corporal podremos potenciar la interacción del cuerpo con el medio que le rodea, a través del estudio y utilización intencionada de los gestos, miradas y posturas corporales. El cuerpo, sus posibilidades expresivas y el espacio y el tiempo en los que actúa, constituyen los canales básicos para conferir significado a las acciones humanas.

De esta forma, podemos afirmar que hay numerosos contenidos de la educación física que podemos desarrollar utilizando la expresión corporal como medio; tal y como pondremos de manifiesto a través de algunos ejemplos prácticos, que citaremos al final del presente artículo. Así, estaremos aportando importantes ventajas en la formación de nuestros alumnos y contribuiremos a su formación integral.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

2. CARACTERÍSTICAS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL:

- Escasa o inexistente importancia asignada a la técnica, o en todo caso ésta, no concebida como modelo al que deben llegar los alumnos. A veces se utilizan determinadas técnicas pero como medio no como fin.
- Finalidad educativa es decir tiene principio y fin en el seno del grupo sin pretensiones escénicas.
- El proceso seguido y vivido por el alumno es lo importante, desapareciendo la "obsesión" por el resultado final que aquí adquiere un segundo plano.
- El eje que dirige las actividades gira en torno al concepto de habilidad y destreza básica y con objetivos referidos a la mejora del bagaje motor del alumno.
- Las respuestas toman carácter convergente ya que el alumno busca sus propias adaptaciones.

Profundizando algo más en la definición dada de Expresión Corporal diremos que se trata de la Actividad Corporal que estudia las formas organizadas de la expresividad corporal, entendiendo el cuerpo como un conjunto de lo psicomotor, afectivo-relacional y cognitivo, cuyo ámbito disciplinar está en periodo de delimitación; se caracteriza por la ausencia de modelos cerrados de respuesta y por el uso de métodos no directivos sino favorecedores de la creatividad e imaginación, cuyas tareas pretenden la manifestación o exteriorización de sentimientos, sensaciones e ideas, la comunicación de los mismos y del desarrollo del sentido estético del movimiento.

Los objetivos que pretenden son la búsqueda del bienestar con el propio cuerpo (desarrollo personal) y el descubrimiento y/o aprendizaje de significados corporales; como actividad tiene en sí misma significado y aplicación pero puede ser además un escalón básico para acceder a otras manifestaciones corpóreo-expresivas más tecnificadas.

3. FINALIDAD DE LA EXPRESIÓN CORPORAL:

La Expresión Corporal tiene una doble finalidad: por un lado sirve como base de aprendizajes específicos y por otro, fundamentalmente tiene un valor en sí misma ya que colabora en el desarrollo del bagaje experimental del niño.

4.OBJETIVOS GENERALES DE LA EXPRESIÓN CORPORAL:

- Desarrollo personal, búsqueda del bienestar psico-corporal con uno mismo.
- Aprendizaje de códigos y significados corporales.

5.OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL:

Las tareas deberán pretender alguno de estos tres objetivos:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

- Manifestación y exteriorización de sentimientos, sensaciones, ideas, conceptos, etc.
- Comunicación de sentimientos, sensaciones, ideas, conceptos
- Desarrollo del sentido o intención estética (artística, plástica) del movimiento.

6. POSIBILIDADES Y BENEFICIOS QUE APORTA LA UTILIZACIÓN DE LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO.

Trabajar con la persona integral tiene una gran importancia y es vital para el contacto con los alumnos: su intelecto, su afectividad, su cuerpo, las actitudes y valores con las que se mueve en la vida, su sentido de la estética, etc. Todo esto intentaremos de una u otra forma tratarlo en nuestro contacto diario con los alumnos, y podemos hacerlo con la Expresión Corporal. Como bien dice el nombre de la "Expresión Corporal", es una actividad que se realiza a través del cuerpo; lo cual, puede suponer problemas con nuestros alumnos. Aunque, el cambio frecuente de compañeros normaliza con gran rapidez tales impulsos irracionales; jugar, bailar, tocarse, cogerse de la mano o por los hombros, bailar a un mismo ritmo con un compañero del sexo opuesto, ayuda a evitar cualquier tipo de problema, incidiendo a su vez sobre un tema transversal como es la educación sexual (Hernández; Rodríguez, 1996). Además, en la etapa de Primaria, estos problemas suelen ser mucho menores que en la de Secundaria, debido a los cambios producidos con motivo de la adolescencia. Eso sí, será necesaria una concienciación y un trabajo continuo desde las primeras edades, para evitar que suponga una novedad o un problema el hecho de relacionarse a través del cuerpo.

Siguiendo a Schinca (1988), podemos decir que existe un lenguaje del cuerpo manifestado diariamente, en la vida cotidiana. En la expresión corporal el lenguaje no está ya hecho sino que hay que inventarlo, crear uno nuevo. Dentro de esta disciplina no se busca ahondar en la gestualidad cotidiana, sino trascenderla, para que el movimiento o gesto corporal cobre una validez subjetiva y creadora. Y que no sea un sustitutivo de palabras sino que tenga valor expresivo por sí mismo, por su calidad. De este modo acción y expresión van unidos: son signos cargados de contenido o intención. La Expresión Corporal es una disciplina que permite encontrar mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo, un lenguaje propio. Este lenguaje corporal puro, sin códigos preconcebidos, es un modo de comunicación que encuentra su propia semántica directa más allá de la expresión verbal conceptualizada. Es una disciplina que partiendo de lo físico conecta con los procesos internos de la persona, canalizando sus posibilidades expresivas hacia un lenguaje gestual creativo.

Teniendo esto en cuenta, puede parecer paradójico elaborar una técnica de expresión concreta para el alumno, dado que el niño vive en la expresión espontánea, es su propio maestro. El adulto debe proporcionarle los medios para desarrollar sus posibilidades. Estimulando sus facultades receptoras y su sensibilidad creadora, el adulto llegará a una pedagogía orientada hacia su autonomía. Consideramos el juego como fundamental en esta búsqueda del surgir personal del niño, surgir en base a la espontaneidad y a la creación libre y gratuita. Así, el maestro debe ser capaz de entrar plenamente



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 9 – AGOSTO DE 2008

en el universo del niño, de comprender su lenguaje y de hacerse comprender por él, permitiéndole profundizar en las pistas abiertas. El educador debe facilitar el juego y la preparación del mismo, partiendo de su creatividad. Este clima de juego se instaura, pues, a través de un diálogo Educador - Educado, donde se trata de que el niño quiera, no de que el adulto se imponga. Al contrario que en la enseñanza escolar tradicional, el pequeño se halla presente para descubrir y no para aprender, para crear y no para reproducir. Pasando por el placer de expresarse, encuentra a los demás, se socializa y se descubre como individualidad en el seno de un grupo. Los materiales que utiliza el educador no son más que soportes para la expresión del niño, ya se recurra a ejercicios, juegos o temas de creación. Hay que procurar también que aproveche sus propias posibilidades. (Bossu & Chalaguier, 1986)

A pesar de todo, debemos ser conscientes de las dificultades que podemos encontrarnos en la utilización de la expresión corporal. Ya que, según Romero Martín (1999:71-72), hablar de expresión corporal es hablar de un área infravalorada, por los siguientes motivos:

- Se trata de un área de expresión y la mayoría de las áreas relacionadas con esta función, concretamente en el ámbito educativo, han sido tradicionalmente relegadas en los currículos oficiales.
- Por ser del ámbito de la expresión no verbal; puesto que, si la expresión es ya relegada de por sí, mucho más si el lenguaje utilizado no es el verbal.
- Si las áreas de expresión no verbal han tenido dificultades en cuanto a su consideración, esto es aún más evidente al hablar del lenguaje que utiliza como medio el cuerpo.
- Abundando en la idea anterior, más aún si las propuestas están muy relacionadas con los sentimientos íntimos.
- Si además el tratamiento metodológico del área gira en torno a lo lúdico, vivencial, recreativo, es todavía más explicable la poca valoración de que es objeto.

De hecho, la expresión corporal suele ser un contenido que se introduce escasamente en las programaciones del área de educación física, a pesar de estar obligados a ello; y, quizás, pudiese ser debido al desconocimiento o al miedo que nos produce diseñar una sesión de expresión corporal y que esta no funcione como la habíamos previsto. Esto hace que, algunos profesores limiten en gran medida la introducción de este contenido en sus sesiones. Pero, estamos seguros, que un pequeño esfuerzo en el conocimiento e introducción de este contenido, así como su utilización como medio, proporcionará al maestro la satisfacción suficiente para seguir adentrándose en este ámbito.

Nuestro objetivo, será que el alumno llegue a desarrollar un lenguaje corporal propio, característico y alejado de pasos y cánones prefijados. Su forma de andar, de levantarse de una silla, sus gestos, deben ser propios; además, al moverse de nuevas formas no habituales lo hace imprimiendo su sello particular e inconfundible. Va desarrollando y conformando poco a poco su estilo propio como progresivo es el afianzamiento de su personalidad y su soltura con el movimiento. A través de la expresión corporal, según Hernández y Rodríguez (1996), podremos fomentar numerosos elementos que otros medios no nos proporcionan con tal magnitud.

Estos mismos autores destacan la importancia de la actitud del profesor; que sea una actitud de escucha, de apertura y sensibilidad a lo que el alumno puede aportar, crear un ambiente de distensión, comodidad y confianza de forma que cada uno se sienta libre de opinar por saber ser escuchado y



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

seguro de que su aportación va a ser tenida en cuenta. El profesor intentará reforzar siempre las acciones del grupo y de cada uno en particular, especialmente la de aquellos que más necesidades de autoestima y aislados se encuentren. El papel que desempeña el profesor es muy importante en las sesiones de expresión corporal, de tal forma que cambia su papel por el de animador. Al mismo tiempo, el clima que se crea en la sesión depende fundamentalmente de él, de si es capaz de mostrarse cercano, de transmitir su entusiasmo por la actividad, por el juego.

7. DESARROLLO DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA, A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

El movimiento en las primeras etapas del desarrollo psicológico del niño está en su estado puro, presenta una finalidad intrínseca a la propia persona y sus necesidades, tiene como fin descubrir su cuerpo y el mundo que le rodea. En el proceso de socialización, la dependencia afectiva y las constantes intervenciones pseudo educativas que hacemos los padres van sesgando las posibilidades creativas de los niños. (Monfort, 1999: 360)

La expresión corporal constituye un medio esencial para la estimulación de la capacidad creativa del niño; así como, del resto de elementos que hemos destacado en el apartado anterior. Además, su utilización como medio nos va a permitir el éxito de metodologías indagativas, que tanto valoramos en la actualidad. Si sesgamos esa capacidad creativa, cómo va a tener sentido la aplicación de estilos de enseñanza como la resolución de problemas, descubrimiento guiado y libre exploración. Además, son numerosos los contenidos, propios del área de educación física, que podemos trabajar utilizando la expresión corporal como medio. De esta forma, estaremos aprovechando mejor el escaso tiempo de que disponemos en el ámbito escolar para alcanzar los objetivos previstos para la etapa de educación Primaria; así como, podremos fomentar la educación integral de nuestros alumnos.

A continuación, como ejemplo de lo expuesto con anterioridad, citamos algunas actividades prácticas que muestran las posibilidades de la expresión corporal como medio de enseñanza de la educación física en Primaria. La mayor parte de ellas, las hemos utilizado muchas veces en nuestras clases, sin ser conscientes de los beneficios que pueden aportar a nuestros alumnos. Además, servirán para desmitificar el "miedo" de algunos profesores a introducir estos contenidos en sus clases; puesto que, son muy sencillas de poner en práctica y podemos "inventar" (o que el propio niño invente) un gran número de ellas. Por ello, junto con una breve descripción de la actividad indicamos los contenidos del área de educación física que puede desarrollar, obviando que evidentemente estamos desarrollando también el contenido de expresión corporal de forma conjunta; ya que, en ninguna de le permitiría a los alumnos utilizar la expresión verbal.

Actividad 1. Individualmente, cada alumno representa lo que hace antes de irse a la cama, acompañando con una respiración cada vez más pausada, hasta quedarse dormido. Es importante que el ambiente sea agradable y silencioso.

Contenidos que desarrolla: Respiración y relajación corporal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

Actividad 2. Por parejas, uno de los alumnos con los ojos cerrados tiene que ir tocando al compañero y nombrando las diferentes partes del cuerpo que este le va acercando a sus manos. En el caso, de que exista timidez por tener que tocar y/o ser tocado, se podría sustituir por un muñeco, elaborado previamente.

Contenidos que desarrolla: Conocimiento del cuerpo y percepción táctil.

Actividad 3. Por grupos, representar una película de acción durante un minuto ante el resto de compañeros, que lo valorarán mediante el tiempo de aplausos que proporcionan a cada una de las representaciones. No se dispondrá de ningún tipo de material, para hacer mayor hincapié en la expresión no verbal.

Contenidos: Habilidades básicas (prácticamente todas).

Actividad 4. Se distribuyen distintos tipos de materiales por el espacio y cada alumno debe inventar diferentes formas de lanzamientos, con pies y manos. Simulando los que se realizan en diferentes deportes.

Contenidos: Lateralidad (afianzamiento) y habilidades básicas (lanzamientos). En niveles más avanzados se podría realizar por parejas, al objeto de aumentar el trabajo perceptivo y la práctica de habilidades genéricas como el pase-recepción.

Actividad 5. Todo el grupo se distribuye por el espacio y van sonando diferentes tipos de música. Cada alumno deberá, siguiendo el ritmo, representar lo que le sugiera la música.

Contenidos: Ritmo y coordinación dinámica general.

4. CONCLUSIONES

Uno de los objetivos básicos de la educación actual es la educación integral del individuo; en lo cual, la educación física tiene mucho que decir. Y, como no, estamos convencidos, según lo expuesto con anterioridad, que la expresión no verbal va a incidir aún más en esa formación integral de nuestros alumnos.

Somos conscientes de la escasez de tiempo de enseñanza-aprendizaje de que disponemos; con lo cual, la utilización de la expresión corporal como medio aporta todos los beneficios de su introducción como contenido, favoreciendo el desarrollo de otros contenidos de forma conjunta y atractiva para el alumnado.

La utilización de música, disfraces realizados a partir de material de desecho (figura 2) y otros elementos, pueden ayudar a crear ese ambiente motivante y creativo que tan positivo es para el buen desarrollo de este tipo de actividades. Favoreciendo, a su vez, el éxito de la utilización de la técnica de



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

enseñanza de indagación y estilos de enseñanza como la libre exploración; que, de esta forma, nos proporcionará los mejores resultados.

Autoría

· Nombre y Apellidos FRANCISCA GARCIA MONTILLA

· E-MAIL: pakimontilla@hotmail.com