

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La expresión corporal en educación física

Trabajo Académico

Presentado para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en
Educación Física.

Autor:

Esquivel Vásquez, Heriberto Denis

Jaén – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La expresión corporal en educación física

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....

Jaén – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La expresión corporal en educación física

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma.

Esquivel Vásquez, Heriberto Denis. (Autor)

.....


Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

.....


Jaén – Perú

2019



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Jaén, al día siete del mes de agosto de dos mil diecinueve, se reunieron en la LE Teresa Otoyá Arres, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *La expresión corporal en educación física*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **ESQUIVEL VÁSQUEZ, HERIBERTO DENIS**

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 17.

Por tanto, **ESQUIVEL VÁSQUEZ, HERIBERTO DENIS**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Figueras Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A Dios que siempre está a mi lado iluminando mi vida con su amor y guiando mis pasos; a mi hijo quien me da fuerza para seguir adelante en mis metas.

ÍNDICE

DEDICATORIA	5
INDICE	6
RESUMEN.	8
ABSTRACT.	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	12
1.1. Definiciones	12
1.2 Competencias del área de educación física	12
1.2.1. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	12
1.2.2. Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	12
1.3. Enfoques del área de educación física	13
1.4. Aspectos en la práctica de la educación física	14
CAPITULO II. EXPRESIÓN CORPORAL	16
2.1. Definición	16
2.2 Características de la expresión corporal	17
2.3 Elementos básicos de la expresión corporal	18
2.4. Dimensiones	
CAPITULO III. ACTIVIDADES DE EXPRESIÓN CORPORAL.	21
3.1. Cuerpo - Cuerpo vivencial	21
3.2. Cuerpo - Cuerpo escénico	24
3.3. Cuerpo - Cuerpo texto	24
3.4. Objetos - Cuerpo vivencial	25
3.5. Objetos - Cuerpo escénico	25
3.6. Objetos - Cuerpo texto	26
3.7. Espacio - Cuerpo vivencial	27
3.8. Espacio - Cuerpo escénico	28
3.9. Espacio - Cuerpo texto	29
3.10. Tiempo - Cuerpo vivencial	30
3.11. Tiempo - Cuerpo escénico	31
3.12. Tiempo - Cuerpo texto	31
3.13. Relaciones - Cuerpo vivencial	32

3.14. Relaciones - Cuerpo escénico	33
3.15. Relaciones - Cuerpo texto	33
CONCLUSIONES	34
RECOMENDACIONES.	35
REFERENCIAS CITADAS	36

RESUMEN

El presente trabajo de investigación monográfico sobre expresión hace un recorrido por diversos conceptos claves sobre, la educación física orientada a educar, el aparato locomotor a partir de la acción corporal y motriz donde se desarrollan aprendizajes motores, cognitivos y socioemocionales más integradores y en situaciones reales, ya que se trabaja con seres humanos complejos y multidimensionales. Esta investigación sobre la expresión corporal en la educación física tiene el propósito general de conocer la importancia de la expresión corporal en el aprendizaje de los estudiantes ya que es un recurso pedagógico de gran eficacia y una opción excelente para el desarrollo de su conducta, personalidad, capacidad física e intelectual.

Palabras claves: Expresión, Motricidad, corporalidad

ABTRACT.

This monographic research work on expression makes a journey through various key concepts about, physical education oriented to educate, the locomotor system from body and motor action where more integrative motor, cognitive and socio-emotional learning are developed and in real situations, since it works with complex and multidimensional human beings. This research on corporal expression in physical education has the general purpose of knowing the importance of corporal expression in the learning of students since it is a highly effective pedagogical resource and an excellent option for the development of their behavior, personality, physical and intellectual capacity.

Keywords: Expression, Motor skills, corporality

INTRODUCCIÓN

La expresión corporal, es uno de los elementos que utiliza el hombre para la comunicación corporal. Para ello debe hacer uso de movimientos que permitan expresar o comunicar acciones que mediante movimientos ayudara ser entendido los mensajes que pueden enviarse a otros.

Desde que el hombre aparece en la tierra, hace usos de su cuerpo para sobrevivir, luego se convierte en el medio que le permite comunicarse con otros, para ello los movimientos fueron perfeccionándose con el fin de transmitir un mensaje, esto a su vez ayudo a mejora o incrementar sus niveles de inteligencia, pues solo con un desarrollo de inteligencia avanzado, se puede entender los mensajes que realiza el cuerpo.

En la actualidad, la educación física, tiene en sus propósitos mejorar los aspectos corporales para que pueda ser utilizado de manera adecuada así como también brinde movimientos adecuadas para comunicar y expresar belleza corporal, por esto, los profesores de educación física deben tener en cuenta todas las actividades posibles que permitan mejorar el lenguaje expresivo corporalmente, de esta manera desarrollamos el cuerpo y se genera en los estudiantes una forma más segura al momento de transmitir mensajes.

En el presente trabajo de investigación se ha abordado el tema de la expresión corporal en la educación física. Motivo por el cual se ha realizado la compilación de aportes teóricos de diversos autores, especialistas en el tema para relacionarlo en una secuencia lógica que permita comprender la importancia de la expresión corporal en la educación física.

Objetivo General:

Obtener conocimientos generales sobre la expresión corporal como parte fundamental de la Educación física.

Objetivos Específicos.

- ✓ Obtener información relevante sobre la Educación física como área curricular en el desarrollo integral de los estudiantes.

- ✓ Identificar acciones de la expresión corporal de los estudiantes que usan durante las actividades diarias.

- ✓ Determinar las dimensiones de la expresión corporal como componente importante del área de Educación física.

En el primer capítulo se aborda el tema de la expresión corporal a partir de principios básicos y aporte de teóricos que fundamentan la expresión corporal, dimensiones según bibliografía consultada.

En el segundo capítulo se da a conocer una definición amplia de la educación física, como son los enfoques, competencias actuales según el currículo nacional y aspectos de muy importancia en la práctica de la educación física.

Finalmente se presentan las conclusiones y resultado de la sistematización de los contenidos y proporcionar un material necesario para apoyar en el aprendizaje integral de los niños y niñas en donde sea fundamental el movimiento y el cuidado del cuerpo y de esta manera contribuir en el desarrollo de nuestra sociedad

CAPÍTULO I

MARCO TEÒRICO

1.1. Definición

Minedu (2010) La Educación Física utiliza al cuerpo y al movimiento como medios privilegiados para generar aprendizajes, mediante una práctica activa y reflexiva de actividades físico-deportivas, lúdico-recreativas y rítmico-expresivas, siempre tomando en cuenta el contexto sociocultural en el que se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje.

1.2. Competencias del área de Educación Física

Minedu (2017) menciona tres competencias:

1.2.1. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad

Esta competencia implica la combinación de las siguientes capacidades:

- Comprende su cuerpo, es decir interioriza su cuerpo en estado estático o en movimiento en relación al espacio, el tiempo, los objetos y demás personas de su entorno, representando mentalmente su cuerpo y desarrollando su identidad. (Minedu, s.f)
- Se expresa corporalmente, usa el lenguaje corporal para comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. Implica utilizar el tono, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos que ofrece el cuerpo y el movimiento. (Minedu, s.f)

1.2.2. Interactúa a través de sus habilidades socio motrices

Esta competencia implica la combinación de las siguientes capacidades:

- Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices supone interactuar de manera asertiva con los demás en la práctica lúdica y deportiva experimentando el placer y disfrute que ella representa. Por otro lado, desarrolla habilidades como el respeto a las normas de juego, liderazgo, tolerancia, actitud proactiva, la

resolución de conflictos interpersonales, la pertenencia positiva a un grupo, entre otras. (Minedu, s.f)

- Crea y aplica estrategias y tácticas de juego supone emplear los recursos personales y las potencialidades de cada miembro del equipo para el logro de un objetivo común, desarrollando y aplicando reglas y soluciones tácticas de juego en actividades físicas de colaboración, cooperación y oposición (Minedu, s.f).

1.2.3. Asume una vida saludable.

Esta competencia implica la combinación de las siguientes capacidades:

- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud, es analizar y comprender los procesos vinculados con la alimentación, la postura, la higiene corporal y la práctica de actividad física y cómo estos influyen en las diferentes actividades físicas o de la vida cotidiana, para el logro de un estado de bienestar integral (físico, psicológico y emocional), según sus recursos y entorno.
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida es asumir una actitud crítica sobre la importancia de hábitos saludables y sus beneficios vinculados con la mejora de la calidad de vida. Esto supone la planificación de rutinas, dietas o planes que pongan en práctica sus conocimientos sobre alimentación, higiene corporal, posturas y actividad física para la salud según sus propias necesidades, recursos y entorno.

1.3. Enfoque del área de Educación Física

Se basa en el desarrollo humano y concibe al hombre como una unidad funcional donde se relacionan aspectos cognitivos, motrices, sociales, emocionales y afectivos que están interrelacionados estrechamente en el ambiente donde se desarrollan los estudiantes y respeta todos los procesos particulares que configuran su complejidad para la adaptación activa del estudiante a la realidad. Es importante alejarse de las prácticas de ejercicios repetitivos o de la enseñanza exclusiva de fundamentos deportivos y apropiarse de una práctica formativa, repensando las prácticas pedagógicas que buscan un desarrollo psicomotor armónico desde etapas iniciales de la vida. (Minedu, s.f)

El área pone énfasis, además, en la adquisición de aprendizajes relacionados con la generación de hábitos saludables y de consumo responsable, no solo en la práctica de actividad física, sino también en el desarrollo de una conciencia sociocrítica hacia el cuidado de la salud que empieza desde la valoración de la calidad de vida. Es decir, estos aprendizajes implican un conjunto de conocimientos relacionados con el cuidado de la salud y el bienestar personal, los cuales van a permitir llevar a la práctica dichos aprendizajes. (Minedu, s.f)

1.4. Aspectos en la práctica de la Educación Física

Según Siedentop (1998), La práctica pedagógica de la Educación Física Los aprendizajes en la Educación Física se adquieren a partir de la práctica de acciones motrices, es decir, desde la vivencia de un conjunto de experiencias significativas relacionadas con las actividades físicas, que pueden ser de carácter lúdico, deportivo, expresivo, recreativo, etc. En estas actividades los estudiantes deben disfrutar practicando y poniendo en acción de manera integrada su cuerpo, movimientos, emociones y cognición, con la finalidad de desarrollar sus capacidades y actitudes.

- Los estudiantes participan en la sesión de Educación Física para satisfacer necesidades e intereses relacionados con el desarrollo de su corporeidad y motricidad: necesidad de movimiento, de desarrollo de sus capacidades físicas y habilidades motrices, de interactuar con los otros en actividades de diversa índole, de relajarse y vivenciar experiencias de aprendizaje de naturaleza diferente en relación con otras áreas. Esto significa que el docente, al diseñar actividades o tareas motrices, debe orientarlas a la atención de dichas necesidades.
- Los estudiantes son personas inteligentes que toman decisiones y, cada vez que realizan una acción motriz, movilizan integralmente su motricidad, afectividad y cognición. Las tareas, entonces, deberían estar dirigidas a activar de manera dinámica e integrada dichos aspectos. Es necesario superar la idea de que son meros

ejecutantes de movimientos, que solo reproducen y repiten respuestas y modelos de aquello que ha sido prescrito para la realización de una tarea motriz.

- Las interacciones docente-estudiante deben orientarse también a ayudarlos a desarrollarse y crecer como personas, a conocerse y dar lo mejor de sí mismos, mediante el movimiento en todas sus formas y expresiones. Ello supone brindar igualdad de oportunidades para que todos aprendan a tomar decisiones acertadas y desarrollen su autonomía y libertad de manera responsable.
- Hay que tener en cuenta que la autonomía implica ser libre, elegir opciones, ser creativo, tener iniciativas, aprender por sí mismo, afirmarse, ser auténtico, comunicar, escuchar, respetar al otro, ser tolerante, aprender a trabajar en equipo, etc. La autonomía, por lo tanto, se desarrolla en relación con los otros.

CAPITULO II.

EXPRESIÓN CORPORAL

2.1 Definición.

Brikman (2006), define como un proceso de enseñanza-aprendizaje donde el estudiante reconoce sus posibilidades, las ejercita en acciones y secuencias de manera sensible y consciente, acogiéndolas como vivencias que puede transferir a otras situaciones.

Ortiz (2002) desde el ámbito educación física menciona que la expresión corporal debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y desarrollo del lenguaje corporal a través de diferentes técnicas que favorezcan: “revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento, es decir, expresar”, “reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, es decir, comunicar” y “analizar el valor estético y artístico del cuerpo”

Stokoe (1967) señala que la expresión Corporal tiende a favorecer la lateralización del niño o niña en el espacio, permitiéndole conocer mejor el maravilloso instrumento que es su cuerpo para expresarse, a controlarlo, a mejorar sus posibilidades, tomando en cuenta las actitudes físicas propias de cada edad.

Bossu y Chalaguier (1986) sostienen que “es una forma original de expresión, que debe encontrar en sí misma sus propias justificaciones y sus propios métodos de trabajo”

MINEDU (2016) la expresión corporal es el uso del lenguaje corporal para comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. Implica utilizar el tono, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos que ofrece el cuerpo y el movimiento.

2.2. Características de la Expresión Corporal:

Poca o inexistente importancia asignada a la técnica, o en todo caso ésta, no está concebida como modelo al que deben llegar los estudiantes. En algunas ocasiones se utilizan determinadas técnicas o procedimientos, pero como medio no como fin.

- Propósito educativo es decir tiene principio y fin en el seno del grupo sin pretensiones escénicas.
- Las respuestas toman carácter convergente ya que el alumno busca sus propias adaptaciones.
- 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.
- El proceso seguido y vivido por el alumno es lo importante, desapareciendo la obsesión por el resultado final que aquí adquiere un segundo plano.

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 afán, pero puede ser además un escalón básico para acceder a otras manifestaciones corpóreo-expresivas más tecnificadas.

2.3. Elementos básicos de la expresión corporal

Para Motos (1983:55) una de las definiciones de expresión corporal es la del arte del movimiento, por lo que define el movimiento y describe el valor expresivo de las partes en las que se divide este: cuerpo espacio, tiempo y energía. (Motos 1983 citado por Castillo y Rebollo, 2009)

Rueda (2004), los ejes referenciales de la expresión corporal responden a cuatro interrogantes básicos ¿qué ¿dónde? ¿cómo? ¿cuándo? que se desarrollan de manera global. Cuerpo, espacio, tiempo y energía. El conocimiento de cada uno de estos aspectos sería la base del desarrollo de la expresión corporal, aunque interrelacionados entre sí. Siguiendo a esta autora, vamos a resumir los rasgos de cada uno de estos elementos. (Rueda 2004 citado por Castillo y Rebollo, 2009)

A. Exploración del cuerpo.

Se trata de conocer el propio cuerpo y su relación con el entorno. Tendríamos el cuerpo expresivo, que parte de la propiocepción de reconocimiento del propio cuerpo, hasta el cuerpo adjetivado, reconocido por los demás, pasando por el cuerpo prolongado que nos proporciona la percepción de los objetos y material inanimado.

Dentro de este eje incluiríamos las conductas cinéticas (Castillo y Rebollo, 2009):

- “Educación postural”
- “El gesto”
- “La voz”
- “La mímica facial y la mirada”
- “Respiración y relajación”

B. Exploración del espacio:

Como afirma Rueda (2004) el movimiento corporal no puede entenderse sin comprender la dimensión espacial. Esta exploración del espacio establece tres fases (Rueda 2004 citado por Castillo y Rebollo, 2009):

- “Orientación espacial como pilares básicos de la percepción del espacio.”

- “Estructuración del espacio, en relación con los demás y con los objetos.”
- “Organización del espacio en cuanto a la creación de relaciones espaciales de mayor complejidad.”
- “Interpretación del espacio, donde se puede dividir entre componente vertical y componente horizontal del espacio.

El componente vertical se refiere a la cantidad de articulaciones que intervienen y a la calidad de los apoyos. El componente horizontal se refiere al recorrido que se establece (adelante, diagonal, etc.).

Combinando los dos se puede explorar el espacio mediante las habilidades motoras en función de las figuras (abiertas, cerradas, circulares, etc.) y los diseños espaciales. (Castillo y Rebollo, 2009)

C. Exploración del tiempo

Rueda (2004) basándose en Fraisse (1967), plantea la división:

- Orientación temporal
- Estructuración temporal
- Ritmo

Con los niños y niñas vamos a trabajar parámetros cualitativos y cuantitativos del tiempo, mediante el juego y relacionado con espacio y el cuerpo. (Castillo y Rebollo, 2009)

D. Exploración de la energía

La energía o intensidad hace referencia a la tonicidad y control del tono postural en el lenguaje expresivo. Es un eje referencial que supone la puesta en práctica de elementos como la fluidez del movimiento y amplitud, elementos contrastados desde la tensión y relajación, recorrer trayectorias espaciales con diferentes dinámicas (Rueda, 2004 citado por Castillo y Rebollo, 2009)

Vamos a experimentar las distintas posibilidades de movimiento de nuestro cuerpo, dentro de un espacio determinado y con diferentes intensidades. (Castillo y Rebollo, 2009)

Estos cuatro elementos, cuerpo, espacio, tiempo y energía suponen la base de la expresión corporal. Los alumnos deben experimentar y desarrollar las posibilidades de esos aspectos interrelacionados entre sí, dando lugar a las calidades de movimiento (Castillo y Rebollo, 2009)

2.4. Dimensiones de Expresión Corporal

Dimensión 1: Estructura del Esquema Corporal

Para le Boulch (1992) el esquema corporal lo definió con bastante acierto como:

Una intuición global o conocimiento inmediato que nosotros tenemos de nuestro cuerpo, tanto en estado de reposo como en movimiento, en relación con sus diferentes partes y, sobre todo, en relación con el espacio y con los objetos que nos rodean (p.65). (Dávila, 2017)

Coste (1980) siguiendo la misma dirección sostiene que el esquema corporal es el Resultado de la experiencia del cuerpo, de la que el individuo toma poco a poco conciencia, y constituye la forma de relacionarse con el medio con sus propias posibilidades”, con esto se dice que el esquema corporal se construye a través de las experiencias motrices, a través de informaciones sensoriales (propioceptivas, interoceptivas y exteroceptivas) que provienen del ambiente en el que se desenvuelve el niño y que son perceptivas por el cuerpo (p.25). (Coste 1980 citado por Dávila, 2017)

Picq y Vayer (1977) considera a la lateralización inmersa dentro de las conductas psicomotrices ya que se encuentran ligada a la, maduración del sistema nervioso. Se dice que la lateralidad es el uso más frecuente y efectivo de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra, por esta razón se debe hacer referencia al eje corporal en el cual divide al cuerpo en dos mitades idénticas, distinguiendo dos lados, derecho e izquierdo y los miembros repetidos se distinguen de acuerdo el lado del eje en el que

se encuentran (brazo, pierna, mano, pie, derecho o izquierdo) (p.59). (Picq y Vayer 1997 citado por Dávila, 2017)

Dimensión 2: Eje Corporal.

Gerber, Walsh, Leray y Maucouvert (1991) es importante en un conocimiento profundo del cuerpo que se exploren todas las posibilidades de movimiento. Se reagrupan, siguiendo en: Movimientos en relación al eje corporal: flexiones, extensiones, alargamientos, rotaciones, traslaciones, aberturas, cerraduras, Movimientos locomotores: marcha, carrera, arrastrarse, cuadrupedia, deslizar, girar, subir, baja. (Dávila, 2017)

Dimensión 3: Ubicación Espacio-Temporal

Para Acredolo (1978) la capacidad para la localización en el espacio de nuestro propio cuerpo en relación a los objetos o la localización de estos en función de nuestra posición. Lo anteriormente señalado incluye un variado conjunto de manifestaciones motrices, las cuales capacitan a la persona para el reconocimiento topográfico del espacio. Efectivamente se ha demostrado el efecto facilitador del movimiento en el cambio del sistema de referencia que utilizan los niños para orientarse en el espacio. (Acredolo 1987 citado por Dávila, 2017)

CAPITULO III.

ACTIVIDADES DE EXPRESIÓN CORPORAL.

Garcia Y Bores (2004) nos dice que en la expresión corporal se trabaja cuerpo, espacio, objeto, tiempo, relaciones y cuerpo vivencial, cuerpo texto, cuerpo escénico.

“Enseguida se muestra algunos ejemplos de actividades a partir de las cuales se trabaja los contenidos de Expresión Corporal”:

3.1. Cuerpo - Cuerpo vivencial

“Buscamos situaciones que provoquen el contraste de estados o que acentúen la información que recibimos de alguna parte de nuestro cuerpo” (Expresiva, s.f)

Algunos posibles ejemplos serían:

- Realizar un juego de desplazamientos de cierta intensidad: ir en parejas, uno se mueve por el espacio libremente y el otro intenta mantener la misma distancia siempre con él El primero puede frenar, arrancar, cambiar de dirección súbitamente para cambiar la distancia. En un momento determinado el profesor puede pedir que paren y cierren los ojos para sentir el estado de alteración, las partes del cuerpo que más sienten, las zonas en las que notan más calor, etc. y pasar esas sensaciones a un dibujo en el que las zonas de las que reciben más información se resalten con el color o con el tamaño. (Expresiva, s.f)
- Se pueden comentar los dibujos haciendo hincapié en las sensaciones y la imagen de uno mismo. También se pueden dejar boca abajo en el suelo, escoger el de alguien e intentar buscar los movimientos que realizaría el personaje del dibujo. Podría ser el inicio de un proceso de creación. (Expresiva, s.f)
- Colocar una cuerda enrollada a uno de los pies, o meter unas bolitas de papel entre los pies y el calcetín. Realizar desplazamientos por la sala. Podemos haber colocado algún circuito con bancos, colchonetas, espalderas por el que

circulen. Tras unos minutos detener la acción, retirar el objeto de los pies y notar las sensaciones que emanan. Esto se puede hacer también con otras partes del cuerpo o limitando la movilidad de alguna zona. Podemos pedir que pasen las sensaciones a un dibujo o, con los ojos cerrados, buscar movimientos libres, sin pensar y que surjan del miembro del que emanan las sensaciones. A partir de ahí se pueden establecer intercambios con otras personas o se pueden buscar secuencias de movimientos que deriven en una creación. (Expresiva, s.f)

- Colocar cascabeles en diferentes partes del cuerpo y moverse intentando que no suene. (Expresiva, s.f)
- Tono emocional: Por parejas, uno con los ojos cerrados intenta, palpando, saber el estado de ánimo que refleja el otro guiándose por la tensión o relajación de sus músculos. Si así es muy difícil se pueden permitir pequeños movimientos. Se puede facilitar también adoptando diferentes actitudes posturales. Si esto resulta muy difícil para el alumnado, nos podemos conformar con pedirles que tocando la zona de los hombros y espalda de diferentes compañeros vayan sensibilizándose y apreciando los diferentes tonos y actitudes. (Expresiva, s.f)
- Influencia del estado de ánimo en el cuerpo y viceversa: De pie, con los ojos cerrados, o ante un espejo (si lo hubiere), imaginar emociones y el efecto corporal que producen, zonas que se contraen o relajan. Cuando esto esté entrenado se puede probar lo contrario: poner una actitud corporal triste, alegre, intranquila, asustada, etc. y ver el efecto interior que produce, incluso intentar, sin cambiar la apariencia externa, lograr el estado de ánimo inverso. Se comprobará la profunda interrelación entre acción y emoción y lo difícil que es que un cuerpo alegre se sienta triste, por ejemplo (Expresiva, s.f):
- Sensaciones sobre la propia voz: Sentados cómodamente, con los ojos cerrados intentar decir algo para escucharlo uno mismo y ver las sensaciones que provoca el oír la propia voz. Como indicadores de no estar en la tarea o de buscar la evasión del compromiso de la misma tenemos: la risa, el decir cosas graciosas para que las oigan otros, el susurrar o el emitir sonidos rápidamente que impidan el auto escucha. (Expresiva, s.f)

3.2. Cuerpo - Cuerpo escénico

- Cuerpos imaginarios: A partir de las características de algún animal conocido no habitual (insecto, anfibio, ave...), incluso un vegetal, analizar algunos parámetros de su acción como la forma de desplazamiento, los matices en su calidad de movimiento (rápido-lento, súbito-sostenido, directo-indirecto) y sus trayectorias de desplazamiento. Tras ello explorar sobre la transformación corporal para llegar a los nuevos movimientos. Se pueden mezclar características de varios animales para lograr uno nuevo. Para definir más el personaje se pueden proponer reacciones ante situaciones imaginarias de acoso, depredación, huida. (Expresiva, s.f)
- Caracterización de personajes: A partir de la descripción literaria de un personaje, darle vida atendiendo a su actitud corporal (erguido, corvado, hombros adelantados, hombros caídos, pecho fuera, brazos separados, brazos laxos, brazos agarrotados, caderas adelantadas, atrasadas, piernas abiertas...), la expresión de su cara (relajada, tensa, triste...), su forma de desplazarse, la calidad dominante en sus movimientos (flotante, punzante, brusca...) o su forma de contactar con otras personas (distancia, seguridad, inseguridad...). (Expresiva, s.f)

3.3. Cuerpo - Cuerpo texto

- “Actitud corporal y registros de comunicación: A partir de fotos o textos con la descripción de alguna persona que el alumnado haya traído, cada estudiante elegirá uno sin que los demás sepan cuál es. ” (Expresiva, s.f)
- “Deberán dar vida a esa imagen o texto buscando qué actitud corporal tendría (estirado, encorvado...), cómo se movería (rápido, lento, zancadas amplias, cortas, rígido, suave, relajado...), cómo miraría, etc. Tras un rato pueden intentar adivinar qué imagen o descripción representa cada uno. ” (Expresiva, s.f)
- “Este es un punto de partida para comenzar a identificar las variables que afectan a los registros de comunicación o a variables en función de clase social, cultura o género. ” (Expresiva, s.f)
- “Signos y emblemas: Tras pedir al alumnado que recopile el máximo número de gestos con significado (v de la victoria, índice hacia arriba indicando

número uno, pulgar hacia arriba indicando todo va bien , guiñar un ojo...). Se les puede pedir que entablen una conversación sin palabras utilizando estos emblemas. Podemos poner limitaciones como la de no permitir que utilicen gestos descriptivos de acciones, objetos o gestos ilustradores de un diálogo normal. ” (Expresiva, s.f)

- “Calidades de movimiento y significado del mensaje: A partir de un gesto determinado, hacerlo pasar por modificaciones de los diferentes parámetros del movimiento (flojo-fuerte, súbito-sostenido o continuo, directo-indirecto) para ver cómo cambian los significados de la acción. Por ejemplo, un gesto con la mano como el dedo índice extendido y el resto recogidos: apuntando a alguien flojo, sostenido y directamente o fuerte, súbito y tras una trayectoria curva. O con el mismo gesto con el índice apuntando al techo moviéndolo de un lado a otro flojo, sostenido y directo (resulta una acción como de hipnotizar a alguien) o fuerte, súbito e indirecto (negación tajante). ” (Expresiva, s.f)
- “Significados de las diferentes partes del cuerpo: A partir de la recopilación de metáforas corporales (frases hechas en las que se haga referencia a alguna parte del cuerpo como: ser su mano derecha , tener mano izquierda , hacer de tripas corazón , meter la pata ...) se puede jugar a adivinar por gestos de qué frase se trata, para analizar posteriormente los valores atribuidos a cada parte del cuerpo, llegando a hacer un dibujo de la anatomía metafórica del cuerpo que sirva de base para una creación escénica, por ejemplo.” (Expresiva, s.f)

3.4. Objetos - Cuerpo vivencial

- “Sensaciones de la ropa: Cada alumno traerá de casa dos prendas de vestir limpias. dejamos todas las prendas dentro de un espacio. El alumnado, con los ojos cerrados, se acercará a la ropa e irá explorando lo que les agrada y desagrada (texturas, formas, olores, abrigo...). Tras un rato deberán escoger aquella que más les guste. ” (Expresiva, s.f)

3.5. Objetos - Cuerpo escénico

- “Transformación con los objetos: En un tiempo limitado buscar el máximo número de usos o atribuciones imaginarias que se le pueden dar a un objeto.

Por ejemplo, con un pañuelo buscar el máximo número de disfraces que se pueden hacer en dos minutos: pirata, baturro, agricultor, atracador, camarero.” (Expresiva, s.f)

- “Objetos de apoyo deslizamientos impulsos o suspensión para provocar nuevos movimientos” (Expresiva, s.f):
- “Hacer un arnés de cadera con cuerdas y unirlo, por la espalda, con otra cuerda a un peldaño de las espalderas a una altura que permita que los pies toquen el suelo en posición normal. Buscar con una música los posibles movimientos que permite el descargar parte del peso sobre la cuerda de sostén.” (Expresiva, s.f)
- “Significados imaginarios de los objetos: A partir de un objeto (tela, periódico, pica, cuerda, silla, escoba...), intentar darle vida haciendo que baile al son de alguna música.” (Expresiva, s.f)
- “Sonidos de los objetos: Con algún material deportivo (balones, palas y pelotas) intentar seguir el ritmo de diferentes músicas explorando sus posibilidades sonoras (botes, golpes, roces, choques contra la pared, contra bancos, contra otros balones...). Se puede jugar apagando la música e intentando seguir el ritmo para, luego, llegar a nuevos ritmos. ” (Expresiva, s.f)

3.6. Objetos - Cuerpo texto

- “Significados de los objetos, cómo nos condicionan: Solicitar al alumnado que traiga algún objeto para cubrir la cabeza (sombrero, boina, casco, pañuelo, gorro, etc.). Colocarlos objetos sobre una mesa o banco para que cada uno se pruebe el que quiera. Podemos colocar una cámara de vídeo para analizar posteriormente las reacciones del alumnado también podemos pedirles que caminen delante del resto para que los demás vean qué cambia (voluntariamente o en cuanto a imagen) de la persona que hace de modelo. ” (Expresiva, s.f)
- “Es fácil en estas propuestas irse hacia el cuerpo escénico (la transformación corporal con el objeto: el disfraz), por ello, puede ser interesante que el objeto no sea de vestir: una escoba, un paraguas, una silla.” (Expresiva, s.f)

3.7. Espacio - Cuerpo vivencial

- “Kinesfera, eje y dimensiones: Con ojos cerrados buscar una posición estable (se podría hacer con sombras, proyectando una luz, de un proyector de diapositivas, por ejemplo, sobre una pared), sentir hasta dónde podemos desequilibrarnos en las diferentes direcciones, intentar sentir el eje de estabilidad y simetría. ” (Expresiva, s.f)
- “Buscar, despacio, movimientos simétricos de nuestros brazos, apreciando el máximo recorrido en todas las direcciones y el mínimo. ” (Expresiva, s.f)
- “Realizar cambios de peso primero y mover los apoyos de pies, luego, para que, sin desequilibrarnos podamos llegar más lejos. Imaginar la máxima esfera que describen nuestros movimientos y también la mínima. La búsqueda de la kinesfera se puede hacer con el movimiento de los hombros, el tronco, la pelvis (¿hasta dónde llegan sin desequilibrarnos). ” (Expresiva, s.f)
- “Descubrimiento sensorial del espacio: Cada alumno entrega al educador un objeto. Con los ojos cerrados, avanzando en cuadrúpeda, deben encontrar dónde lo ha dejado el docente. Se puede poner como consigna que, después de encontrar el objeto deben dibujar el recorrido que han realizado, o deben apuntar los lugares fríos, cálidos, rugosos, etc. ” (Expresiva, s.f)
- “El espacio con otros: Tras pedir a los estudiantes que exploren con los ojos cerrados la sala intentando descubrir algún rincón interesante, sin hablar pueden juntarse con alguien e intentar llevarle a ese lugar especial (al estar con los ojos cerrados tendrán que llegar a acuerdos para ver dónde van y tendrán que responsabilizarse de no perder al otro por el camino). Tras un rato de exploración en común, se les pedirá que paren y se sienten cómodamente pegados el uno al otro para intentar escuchar el máximo número de sonidos posible. Después se despedirán sin revelar su identidad y al poco pararán para escuchar de nuevo e intentar contrastar la sensación actual (si escuchan más o menos que cuando estaban con la otra persona, si se sienten mejor solos o echan en falta al otro...). Este ciclo se puede repetir más de una vez. ” (Expresiva, s.f)

3.8. Espacio - Cuerpo escénico

- “Composiciones: A partir de un cuadro buscar nuevos cuadros y significados jugando con la distribución de los personajes (simétrica, mismo nivel-diferentes niveles, orden-desorden, concentrados-dispersos, mismo plano-diferentes profu
- “Espacios imaginarios: Desplazarse caminando por la sala atentos a las consignas del docente. El educador les pedirá imaginar el desplazamiento por suelos viscosos, pegajosos, resbaladizos, tenebrosos, reducidos, ventosos.” (Expresiva, s.f)
- “Espacios para la escena: Pedir que cada escolar lleve una o dos linternas. En un aula que se pueda oscurecer explorar por parejas sobre formas de auto enfocarse con las linternas para que no se reconozca el movimiento del cuerpo. Nos podemos ayudar de cinta adhesiva o cuerdas para fijar las luces a diferentes partes del cuerpo. Se puede sugerir que uno se mueva y el otro le ilumine desde fuera o que entre los dos busquen una unión de la que surja un único cuerpo imaginario. ” (Expresiva, s.f)

3.9. Espacio - Cuerpo texto

- “Significados sociales de las distancias y las aproximaciones: Explorar por parejas las distancias permitidas y las no permitidas en diferentes situaciones y contextos (en un ascensor, en un espectáculo deportivo, en un autobús abarrotado, en la práctica de diferentes deportes, en un lugar público, entre amigos, entre familiares...). ” (Expresiva, s.f)
- “Se puede jugar a intentar invadir el espacio del otro. Se elige una situación (un ascensor o una conversación entre dos personas, por ejemplo), se parte de la distancia convencional para ese caso y uno romperá, discretamente, el espacio personal del otro. Éste, a su vez, intentará recolocarse para recuperar la distancia inicial.” (Expresiva, s.f)
- “Significados sociales de las distribuciones espaciales: A partir de una distribución del grupo en corro (o en fila), explorar los significados de colocaciones diferentes: todos sentados y uno de pie, todos de pie y uno

sentado, uno en el centro rodeado por los otros, todos en un corro cerrado y uno fuera apartado, unos en corro y otros en segunda fila.” (Expresiva, s.f)

- A partir de ahí se pueden buscar y representar situaciones sugeridas por estas distribuciones. Se pueden analizar los valores transmitidos por algunos juegos y danzas populares en las que aparecen estas distribuciones.” (Expresiva, s.f)
- “La actividad puede ser a la inversa. El docente apunta una serie de situaciones en la pizarra (acoso, rechazo, poder, pertenencia, adoración, comunicación...) y dibuja diferentes distribuciones. El grupo experimenta con las distribuciones hasta lograr asociar cada una a un significado. ” (Expresiva, s.f)

3.10. Tiempo - Cuerpo vivencial

- “Ritmo personal: Cada alumno realiza una acción sencilla como caminar intentando buscar el ritmo que le apetezca en ese momento. A ello le puede añadir un pequeño movimiento de manos o brazos. Otros pueden imitarlo durante un tiempo, pero, al rato, volver al suyo. ” (Expresiva, s.f)
- “Cuando todos tengan cogido su ritmo individual se pueden colocar en parejas, en las que uno realizará el movimiento y el otro intentará ponerle sonido (palmas, pitos, sonidos vocales, pandero...). ” (Expresiva, s.f)
- “Se podría hacer que, cuando todos hayan visto a los demás, la mitad del grupo cierra los ojos y emparejándose con alguien, cogidos a su espalda, intenten adivinar de quién se trata por el ritmo que lleva.” (Expresiva, s.f)
- “Otra opción sería intentar reconocer el ritmo personal en el movimiento de otro que nos imite.” (Expresiva, s.f)
- “Ritmos corporales, respiración: Con ojos cerrados, centrar la atención en la respiración. ” (Expresiva, s.f)
- “Imaginar el recorrido de una partícula que entrase por nuestra nariz. Apreciar los lugares en los que circula con fluidez, en los que se atasca, en los que revolotea, la velocidad con la que se mueve, etc. Intentar representar con las manos ese recorrido de la partícula. Cuando se tenga cogido, abrir los ojos y, sin perder el movimiento, observar otras respiraciones. A partir de aquí se pueden entablar diálogos, simbiosis, imitaciones, se pueden incorporar elementos de otros, etc. Ello puede continuar en un proceso de creación de

diálogos no verbales o en uno de creación de representaciones a partir de una música.” (Expresiva, s.f)

3.11. Tiempo - Cuerpo escénico

- “Composiciones: En grupos de cuatro uno dirige al resto. Determinan algunos movimientos sencillos de piernas y brazos. Pactarán algún código que permita al director regular si las intervenciones van a ser simultáneas, consecutivas o alternativas. Pueden fijar otras señales para reglamentar la velocidad, los acentos, la fuerza, etc.” (Expresiva, s.f)

3.12. Tiempo - Cuerpo texto

- “Silencio y turnos en el diálogo no verbal: Por parejas uno frente a otro debe llegar a acuerdos de desplazamiento sin palabras. Por ejemplo, intentar mantener siempre la misma distancia entre ellos haciendo diferentes desplazamientos (caminar hacia delante, hacia atrás, a los lados, en diagonal, en el suelo...). No se puede llegar a pactos sobre quién dirige y quién imita, ambos deben escuchar corporalmente, ceder y decir con su acción.” (Expresiva, s.f)
- “Secuencia y ritmo de los protocolos de interacción: Pediremos al alumnado que antes de la lección tomen nota de diferentes protocolos de interacción como saludos, despedidas y abordajes (acercamientos a alguien para solicitarle algo como pedir la hora, venderle algo, conocerle...). A partir de las situaciones que hayan traído les proponemos que por tríos escojan alguna de ellas e investiguen cómo cambia el significado en función de la velocidad con la que se desarrolle el protocolo. ” (Expresiva, s.f)
- “Dos de ellos realizarán la acción y el tercero les comentará qué significado se deduce. Se puede jugar con el contraste entre el movimiento rápido de uno de los interlocutores y el lento del otro. Por ejemplo, si dos personas se dan un abrazo para saludarse y éste se produce de una forma rápida, nos puede dar idea de que hace mucho tiempo que no se ven; si lo hacen de forma lenta puede reflejar una condolencia.” (Expresiva, s.f)

3.13. Relaciones - Cuerpo vivencial

- “El descubrimiento del otro a través del tacto: Palpar la cara del otro con los ojos cerrados e ir la dibujando en un folio. Dibujar sólo aquello que se toca, e intentar hacerlo por la sensación que nos produce el tacto y no por la imagen que se tenga en la cabeza sobre la zona palpada. ” (Expresiva, s.f)
- “La mirada del otro: Jugar con acercamientos y distanciamientos manteniendo la mirada con otra persona. Después, uno puede permanecer quieto y el otro intenta adivinar, a través de la mirada, si quiere que se acerque o se aleje. ” (Expresiva, s.f)
- “El contacto con el otro: La mitad del grupo cierra los ojos y se sienta ofreciendo una mano para que alguno de los que está con los ojos abiertos la tome con una de las suyas.” (Expresiva, s.f)
- “estarán un rato manteniendo este contacto antes de despedirse, sin palabras, e ir a otra mano. El alumnado con los ojos cerrados tratará de ver las sensaciones que les transmiten las diferentes manos (temperatura, textura, tranquilidad, nerviosismo...). ” (Expresiva, s.f)
- “La responsabilidad y compromiso: Por parejas, uno de los dos se mueve libremente con los ojos cerrados por la sala. El otro va de su mano y solamente interrumpirá el movimiento del que no ve cuando éste corra peligro de choque. Si la responsabilidad es la suficiente puede intentarse sin ir cogidos de la mano.” (Expresiva, s.f)
- “La confianza y la empatía: En parejas. Uno de la pareja cierra los ojos, relaja sus brazos y junta sus pies. Su espalda queda rodeada por una toalla o tela fuerte. El compañero, colocado frente a él, agarra los extremos de la toalla de manera que el peso del otro quede sostenido por él a través de la toalla. Desde esta situación, el que hace de sostén comenzará a realizar pequeños balanceos notando que el otro se va sintiendo a gusto y no transmite tensión (despegar las puntas de los pies, tensar los brazos, abrir los ojos...). En la medida que vea que va obteniendo la confianza de la pareja podrá hacer más grandes los balanceos, intentando que el reto motor no le haga perder la tranquilidad del otro. ” (Expresiva, s.f)

3.14. Relaciones - Cuerpo escénico

- “Composiciones: Por parejas, uno dirige con sus manos a otro que va con los ojos cerrados. Explorarán las formas de manipular al otro comenzando con empujes por la espalda, un hombro, brazos, cabeza, cadera. Los movimientos, en principio, deberán ser lentos, suaves y claros (mantenidos y firmes). Además de buscar diferentes manipulaciones, pueden investigar sobre las zonas en las que se transmite mejor la información y la manipulación es más eficaz.” (Expresiva, s.f)

3.15. Relaciones - Cuerpo texto

- “Calidades del movimiento y significado de los contactos: Por parejas, elegir un gesto de contacto e ir modificando los diferentes parámetros del movimiento (flojo-fuerte, súbito-sostenido o continuo, directo-indirecto) para ver cómo cambian los significados de la interacción. Por ejemplo, una palmada en la espalda: fuerte, sostenida y directa (hacia dentro, sin deslizar por la espalda) frente a una fuerte, súbita e indirecta (como un latigazo) ” (Expresiva, s.f)
- “Significado social de los diferentes contactos: Explorar por parejas los contactos permitidos y los no permitidos en diferentes situaciones y contextos (en un autobús abarrotado, en la práctica de diferentes deportes, en un lugar público, entre amigos, entre familiares...). Hacer una lista de las zonas corporales prohibidas, las más promiscuas y las olvidadas.” (Expresiva, s.f)
- “Diálogo y acuerdos no verbales: Por parejas, uno frente a otro. Cada uno sujeta un bolígrafo, una pica o una cuerda. Los objetos están paralelos. Se trata de ir cambiando la posición de los objetos sin que dejen de estar paralelos. No hay un director y un dirigido prefijados, se trata de un diálogo abierto en el que cada uno lleva la voz cantante cuando quiere y, a su vez, escucha las acciones del otro. Se puede jugar con diferentes desplazamientos y parámetros espaciales (distancias y niveles). ” (Expresiva, s.f)

CONCLUSIONES

PRIMERA: La expresión corporal es de suma importancia en el aprendizaje tanto motor, expresivo, emocional y cognitivo ya que a partir de la expresión corporal los estudiantes transmiten sus sentimientos y pensamientos. Implica utilizar el tono, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos que ofrece el cuerpo y el movimiento.

SEGUNDA: Que el conocer el marco teórico de la expresión corporal y su incidencia en la educación física permitirá tomar conciencia en los docentes para aplicar de una manera preparada y planificada en los estudiantes para el logro pleno de sus habilidades.

TERCERA: Los docentes deben de trabajar en el área de educación física estas actividades de expresión corporal en donde los estudiantes utilizan su cuerpo, espacio, objeto, tiempo, relaciones y cuerpo vivencial, cuerpo texto, cuerpo escénico necesarios para desarrollar y conocer su corporalidad de una manera integral.

CUARTA: Los docentes que enseñan el área de educación física tienen que ser personas capacitadas o de la especialidad en donde los estudiantes puedan lograr adquirir nociones de tiempo, espaciales y de posición ayudándole de esta manera a expresar sentimientos e ideas con su cuerpo.

RECOMENDACIONES.

Se recomienda lo siguiente:

- Brindar capacitaciones a docentes sobre el manejo de estrategias en el desarrollo y enseñanza de la expresión corporal en lo estudiante de educación básica regular.
- Brindar charlas a los padres de familia sobre la importancia de la expresión corporal en lo niños y niñas.
- Que se promueva actividades donde se desarrollen la expresión corporal en los niños.

REFERENCIAS CITADAS

- Bossu, H. y Chalaguier, C. (1986). La Expresión Corporal, Método y Práctica. Barcelona: Científico Médica.
- Boulch, J (1992). Hacia una ciencia del movimiento humano. Ediciones Paidós Ibérica.
- Brikman, L. y Yantorno, N. (2006) En movimiento la vida continúa. Buenos Aires: Dunken
- Castillo, E., y Rebollo, J. (2009). Expresión Y Comunicación Corporal En Educación Física. Revista Wanceulen E.f. Digital. N° 5. Recuperado de:<http://docplayer.es/8972806-Wanceulen-e-f-digital.html>
- Dávila, N. (2017). Música infantil y expresión corporal en estudiantes de primer grado de primaria de la institución educativa n° 21012-Barranca 2015 (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo. Perú.
- Expresiva. (s.f). La EC en EF Obligatoria. Recuperado de:https://www.expresiva.org/files/PDF_Articulos/X016_La_EC_en_EF_obligatoria.pdf
- Garcia y Bores (2004). La expresión corporal en la Educación Física obligatoria. Madrid.
- Gerber, Walsh, Leray y Maucouvert (1991). Dance. Madrid
- MINEDU (2010). Educación física. Lima: Biblioteca nacional
- MINEDU (2016). Currículo nacional. Lima: Biblioteca nacional.

- MINEDU (2016). Programa curricular de educación primaria: Lima, Perú.
- Minedu. (s.f). Currículo Nacional de Educación Básica Regular del nivel de Primaria.
Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/311719534/Programa-Nivel-Primaria-Ebr>
- Motos, T. (1983). Iniciación a la expresión corporal. Humanitas. Barcelona.
- Ortiz, M. (2002). Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física. Grupo Editorial Universitario. Granada.
- RUEDA, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física.
- Castillo, E.; Díaz, M. (2004). Expresión Corporal en Primaria. Servicio de publicaciones. Universidad de Huelva.
- Picq y Vayer (1977). Educación psicomotriz y retraso mental. España
- SIEDENTOP, Daryl (1998) Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona. Editorial Inde.
- Stokoe, P. y Harf, R. (1980) La expresión corporal en el jardín de infantes: cómo soy y cómo era. Buenos Aires: Paidós.

La expresión corporal en educación física

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	2%
2	Submitted to Universidad Nacional de Educacion Enrique Guzman y Valle Trabajo del estudiante	2%
3	Submitted to Universidad Nacional de Trujillo Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	www.ispchota.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	docplayer.es Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	1 %
12	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1 %
13	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1 %
14	repositorio.utc.edu.ec Fuente de Internet	1 %
15	amautaenlinea.com Fuente de Internet	<1 %
16	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
17	zaguan.unizar.es Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
19	Submitted to Universidad Nacional de Piura Trabajo del estudiante	<1 %
20	Submitted to Universidad Catolica de Avila Trabajo del estudiante	<1 %

21 www.siteal.iiep.unesco.org <1 %
Fuente de Internet

22 docslide.us <1 %
Fuente de Internet

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía Activo



Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.