

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El desarrollo de la expresión corporal en niños de educación inicial

Trabajo Académico

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional en Educación Inicial

Autor.

Betty Amparito Cabrera Salas

Jaén – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El desarrollo de la expresión corporal en niños de educación inicial

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

.....


Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....


Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....


Jaén – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El desarrollo de la expresión corporal en niños de educación inicial

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

Betty Amparito Cabrera Salas (Autor)

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (Asesor)

Jaén – Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Jaén a diecinueve días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Bracamoros, 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. Oscar Calixto La Rosa Feijoo, 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: *“El desarrollo de la expresión corporal en niños de educación inicial”*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial al señor (a) **CABRERA SALAS, BETTY AMPARITO**.

A las once 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 **15**.

Por tanto, **CABRERA SALAS, BETTY AMPARITO**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Siendo las doce 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. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

El desarrollo de la expresión corporal en niños de educación inicial

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	estrategiasmagisteriomalaga.wordpress.com Fuente de Internet	1%
3	brainly.lat Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	1%
5	Submitted to Universidad de Málaga - Tii Trabajo del estudiante	1%
6	es.slideshare.net Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad de Cádiz Trabajo del estudiante	1%
8	pdfs.semanticscholar.org Fuente de Internet	1%

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.

9	wiki.ead.pucv.cl Fuente de Internet	1 %
10	1library.co Fuente de Internet	1 %
11	www.coursehero.com Fuente de Internet	1 %
12	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.unicesmag.edu.co:8080 Fuente de Internet	<1 %
14	docobook.com Fuente de Internet	<1 %
15	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Anahuac México Sur Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Universidad del Istmo de Panamá Trabajo del estudiante	<1 %
18	www.analisisnoverbal.com Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to University of La Guajira Trabajo del estudiante	<1 %



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.

20	repository.uniminuto.edu Fuente de Internet	<1 %
21	Alejandro Carriedo, Antonio Méndez-Giménez, Javier Fernández-Río, José A. Cecchini. "Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales (New ways and resources for teaching body expression in physical education: internet and viral challenges)", Retos, 2019 Publicación	<1 %
22	Submitted to Universidad de Medellin Trabajo del estudiante	<1 %
23	coleccionistaencorto.wordpress.com Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	www.comunidad.madrid Fuente de Internet	<1 %
26	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	<1 %
27	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
28	Submitted to Colegio Isaac Rabin Trabajo del estudiante	<1 %



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.

29	Submitted to Universidad de Valladolid Trabajo del estudiante	<1 %
30	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1 %
31	emdr.nku.edu Fuente de Internet	<1 %
32	repositorio.umsa.bo Fuente de Internet	<1 %
33	Submitted to Universidad Rey Juan Carlos Trabajo del estudiante	<1 %
34	Submitted to Universidad San Marcos Trabajo del estudiante	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.

DEDICATORIA

A Yamileth y Luis, mis hijos quienes son el motor de mi vida.

ÍNDICE

RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	13
CAPÍTULO I.....	16
TIPOS DE COMUNICACIÓN	16
1.1. Antecedentes	16
1.2. Comunicación.....	17
1.3. Tipos de comunicación.....	18
1.3.1. Comunicación verbal.....	19
1.3.2. Comunicación no verbal.....	20
CAPÍTULO III.....	24
LA EXPRESIÓN CORPORAL	24
3.1. El lenguaje corporal	24
3.2. Expresión corporal	25
Corrientes de expresión corporal.....	27
Características de la expresión corporal.....	29
3.3. Los gestos en la expresión corporal	32
3.4. Consolidación de las habilidades expresivas.....	35
CONCLUSIONES	38
RECOMENDACIONES.....	39
REFERENCIAS CITADOS.....	40

RESUMEN

El fomento de un desarrollo adecuado de la expresión corporal en los niños durante la etapa preescolar tiene un impacto significativo en su capacidad para comunicarse de manera efectiva y armoniosa a través de gestos y movimientos. Además, esta habilidad puede sentar las bases para el desarrollo de destrezas artísticas que impliquen el uso del cuerpo como medio de expresión. En este sentido, compartimos la perspectiva de Davis, Ekman, Pease y Pease (citados en García, Pérez y Calvo, 2013), quienes afirman que "las personas que logran controlar su lenguaje corporal son capaces de superar barreras defensivas y establecer relaciones sociales más sólidas y significativas". Por esta razón, en este trabajo monográfico se ha decidido iniciar con el tema de la comunicación, ya que la expresión corporal es, ante todo, una forma de comunicación no verbal. Esta incluye gestos, posturas, miradas y otros elementos que nos permiten transmitir emociones, sentimientos y estados de ánimo sin necesidad de palabras. En la segunda parte del trabajo, se aborda el lenguaje y la expresión corporal, destacando que el cuerpo es un instrumento único e irremplazable para la expresión. A través de él, los individuos pueden conectarse con su entorno y establecer vínculos con los demás. Asimismo, se exploran las dimensiones de la expresión corporal, las cuales incluyen: Dimensión expresiva, Dimensión comunicativa y Dimensión creativa: Implica la utilización del cuerpo como herramienta para la creación artística, permitiendo la exploración de nuevas formas de expresión y movimiento.

Palabras clave: Expresión corporal, comunicación no verbal, desarrollo infantil, lenguaje corporal, habilidades sociales, creatividad.

ABSTRACT.

Promoting adequate development of body expression in children during the preschool stage has a significant impact on their ability to communicate effectively and harmoniously through gestures and movements. In addition, this ability can lay the foundation for the development of artistic skills that involve the use of the body as a means of expression. In this sense, we share the perspective of Davis, Ekman, Pease and Pease (cited in García, Pérez and Calvo, 2013), who state that "people who manage to control their body language are able to overcome defensive barriers and establish stronger and more meaningful social relationships." For this reason, in this monographic work it has been decided to begin with the topic of communication, since body expression is, above all, a form of non-verbal communication. It includes gestures, postures, looks and other elements that allow us to transmit emotions, feelings and moods without the need for words. In the second part of the work, language and body expression are addressed, highlighting that the body is a unique and irreplaceable instrument for expression. Through it, individuals can connect with their environment and establish links with others. Likewise, the dimensions of body expression are explored, which include: Expressive dimension, Communicative dimension and Creative dimension: It involves the use of the body as a tool for artistic creation, allowing the exploration of new forms of expression and movement.

Keywords: Body expression, non-verbal communication, child development, body language, social skills, creativity.

INTRODUCCIÓN

La comunicación es un proceso inherente al ser humano, esencial para la interacción social y el desarrollo personal. A través de ella, transmitimos ideas, emociones y conocimientos, estableciendo vínculos que fortalecen nuestra convivencia y comprensión mutua. Sin embargo, la comunicación no se limita únicamente a las palabras; también incluye un vasto universo de expresiones no verbales que complementan, enriquecen y, en ocasiones, sustituyen el lenguaje hablado. Dentro de este marco, la expresión corporal emerge como una disciplina fundamental, ya que permite explorar y exteriorizar el mundo interno a través del movimiento, los gestos y las posturas, convirtiéndose en una herramienta clave para el desarrollo integral del individuo.

En el contexto educativo actual, existe una tendencia a priorizar el desarrollo de habilidades cognitivas y académicas, dejando en un segundo plano aspectos fundamentales como la expresión corporal y la comunicación no verbal. Esto ha llevado a que muchos niños y jóvenes carezcan de herramientas para expresar sus emociones, gestionar sus relaciones interpersonales y desarrollar su creatividad. Además, la falta de implementación de estrategias pedagógicas que integren la expresión corporal ha limitado su potencial como recurso para el desarrollo psicomotor y emocional. Esta situación plantea la necesidad de reevaluar el enfoque educativo, incorporando la expresión corporal como una disciplina esencial para el crecimiento integral de los estudiantes.

Este trabajo monográfico tiene como objetivo profundizar en los tipos de comunicación, con especial énfasis en la expresión corporal, su importancia y su aplicación en el ámbito educativo. A lo largo de los capítulos, se analizarán los antecedentes teóricos, las dimensiones y características de la expresión corporal, así como su impacto en el desarrollo psicomotor, emocional y social de los niños. Además, se explorará cómo los gestos y el lenguaje no verbal influyen en la comunicación, destacando su relevancia en la construcción de relaciones interpersonales efectivas.

La expresión corporal no solo es una herramienta para la comunicación, sino también un medio para el autoconocimiento, la creatividad y la socialización. En un mundo donde

la interacción humana se ve cada vez más mediada por la tecnología, es fundamental rescatar y valorar las formas de comunicación que nos conectan de manera auténtica y profunda. Este trabajo busca destacar la importancia de la expresión corporal en el ámbito educativo, demostrando cómo su implementación puede contribuir al desarrollo físico, emocional y social de los niños. Además, se pretende sensibilizar a docentes y educadores sobre la necesidad de integrar esta disciplina en sus prácticas pedagógicas, fomentando un enfoque más holístico en la formación de los estudiantes.

La realización de este trabajo se justifica por la necesidad de comprender y valorar la expresión corporal como un recurso pedagógico que no solo fomenta el desarrollo físico, sino también emocional y cognitivo. En un mundo cada vez más digitalizado, donde la comunicación verbal y escrita predominan, es crucial no perder de vista la importancia del lenguaje corporal y su capacidad para transmitir emociones y fortalecer la conexión humana. Este estudio busca contribuir al reconocimiento de la expresión corporal como una herramienta esencial en la formación integral de los individuos, especialmente en las etapas tempranas de la vida.

Objetivos

- Analizar los antecedentes teóricos sobre la comunicación verbal y no verbal.
- Definir el concepto de expresión corporal y su relevancia en el ámbito educativo.
- Clasificar los tipos de gestos y su papel en la comunicación no verbal.

Este estudio es relevante porque aborda un tema poco explorado en el ámbito educativo, pero de gran impacto en el desarrollo humano. La expresión corporal no solo permite a los niños y jóvenes expresar sus emociones y pensamientos, sino que también les ayuda a desarrollar habilidades sociales, como la empatía y la cooperación. Además, al fomentar la creatividad y la autoconfianza, la expresión corporal se convierte en una herramienta poderosa para enfrentar los desafíos de la vida. Este trabajo busca aportar una visión integral sobre la importancia de la expresión corporal, ofreciendo herramientas y estrategias para su implementación en el aula.

Este trabajo monográfico se estructura en tres capítulos principales:

Tipos de comunicación: En este capítulo se analizan los antecedentes teóricos sobre la comunicación verbal y no verbal, destacando sus diferencias y complementariedades. Se exploran las funciones de la comunicación no verbal y su impacto en la interacción humana.

La expresión corporal: Este capítulo se centra en la definición y dimensiones de la expresión corporal, destacando su importancia en el ámbito educativo. Se describen los elementos esenciales de esta disciplina, como el cuerpo y las emociones, y se analiza su papel en el desarrollo integral de los niños.

Los gestos en la expresión corporal: En este capítulo se clasifican los tipos de gestos y se analiza su papel en la comunicación no verbal. Se explora cómo los gestos contribuyen al desarrollo de habilidades expresivas y comunicativas, y se destacan sus funciones en la regulación de la interacción y la expresión emocional.

A través de este recorrido, se busca ofrecer una visión completa y detallada sobre la expresión corporal, resaltando su importancia como herramienta pedagógica y su impacto en el desarrollo humano.

CAPÍTULO I

TIPOS DE COMUNICACIÓN

1.1. Antecedentes

Garzón y Gitón (2011), de la Universidad de Cuenca, Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación, realizaron un estudio de licenciatura en Psicología Educativa con especialidad en Educación Temprana, titulado: "Propuestas sobre expresión corporal como recurso pedagógico para el desarrollo psicomotor en niños y niñas de 3 a 4 años". El objetivo principal de esta investigación fue demostrar la relación entre la expresión corporal y el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años. El estudio fue de tipo cuantitativo con un diseño correlacional, y la muestra consistió en 15 participantes. Como instrumento de recolección de datos, se utilizó una ficha de evaluación.

Entre las conclusiones más relevantes de esta investigación, se destaca que, a través de las encuestas aplicadas, se identificó que algunas educadoras planificaban metodologías que no se llevaban a la práctica de manera efectiva. Esto sugiere la necesidad de una mayor implementación y seguimiento de estrategias pedagógicas que integren la expresión corporal para favorecer el desarrollo psicomotor en los niños.

Por otro lado, Leyva (2008), de la Universidad Iberoamericana, llevó a cabo un estudio para obtener el grado de Maestría en Desarrollo Humano, titulado: "Expresión corporal para la exploración, manejo y comunicación de emociones en niños". El objetivo de esta investigación fue facilitar en los niños el proceso creativo, la libre expresión y la comunicación de sus emociones, a través del conocimiento de su cuerpo, la exploración de sus emociones, el desarrollo del autoconocimiento y el fortalecimiento de la autoconfianza.

Este estudio se basó en una metodología cualitativa de investigación-acción, siguiendo el enfoque de Kurt Lewin, y no se especificó el tamaño de la muestra. Como instrumento de recolección de datos, se utilizó una ficha de observación. Entre las conclusiones más destacadas, se encontró que el estudio permitió establecer una relación directa entre el desarrollo del autoconocimiento y la expresión corporal. Los niños comenzaron a formar un sentido de autoaceptación al tomar conciencia de su aspecto físico y al experimentar las capacidades de su cuerpo. Este proceso no solo les permitió explorar sus emociones, sino también fortalecer su autoconfianza y su capacidad para comunicarse de manera efectiva.

En conjunto, ambos estudios resaltan la importancia de la expresión corporal como una herramienta pedagógica fundamental para el desarrollo integral de los niños, tanto en el ámbito psicomotor como en el emocional y social.

1.2. Comunicación

Según la Fundación de la Universidad Autónoma de Madrid (2012), la comunicación es un proceso mediante el cual se transmiten y reciben datos, ideas, opiniones y actitudes con el fin de lograr comprensión y acción mutua. Etimológicamente, el término proviene del latín *communicare*, que significa "poner en común" o "compartir algo".

La comunicación es un elemento fundamental para la sociabilidad, ya que a través de ella el ser humano refuerza su naturaleza como un ser social y fomenta la convivencia. Además, promueve la solidaridad y el espíritu cooperativo entre los grupos, facilitando la interacción y el entendimiento mutuo.

Desde una perspectiva psicosocial, la comunicación es una actividad intrínseca de la psique humana, derivada del lenguaje, el pensamiento y el desarrollo de capacidades psicosociales que permiten relacionarse con los demás. Este proceso no solo permite al individuo conocerse mejor a sí mismo, sino también comprender a los otros y su entorno a través del intercambio de mensajes, principalmente lingüísticos. De esta manera, la comunicación influye y es influida por las personas que rodean al individuo.

Por otro lado, desde un enfoque evolutivo, la comunicación es crucial para la supervivencia de las especies gregarias. La capacidad de extraer información del entorno y transmitir mensajes de manera efectiva proporciona una ventaja competitiva en el medio ambiente, facilitando la adaptación y la cooperación entre los miembros de una especie.

En este contexto, Merleau-Ponty (citado en Brönstrup, Godoi y Ribeiro, 2007) ofrece una perspectiva profunda sobre la comunicación:

"El sentimiento de compartir es lo que define la comunicación, es construir con el otro un entendimiento común sobre algo. Es un fenómeno perceptivo en el que dos conciencias se encuentran en una frontera compartida. Este entendimiento común no implica una concordancia total con los enunciados intercambiados, sino que puede ser el resultado de conciencias que discrepan entre sí. El lenguaje emerge, entonces, como un objeto cultural de percepción del otro. Se convierte en el plano donde se diseña la zona de encuentro a través del diálogo" (p. 29).

1.3. Tipos de comunicación

Más allá del esquema básico que describe el proceso de transmisión de un mensaje, Corbin (s.f.) señala que existen diversos tipos de comunicación, los cuales varían según las características del emisor, la naturaleza de la información transmitida y el canal utilizado para su difusión. Es importante destacar que existen múltiples clasificaciones de la comunicación, dependiendo de los criterios que se tomen en cuenta.

Una de las clasificaciones más comunes es la dicotómica, que divide la comunicación en dos categorías principales: comunicación verbal y comunicación no verbal. Esta distinción se basa en si el mensaje es verbalizado (es decir, expresado a través de palabras) o no.

- Comunicación verbal: Incluye el uso de palabras, ya sea de forma oral o escrita, para transmitir un mensaje. Este tipo de comunicación es explícita y directa, ya que se apoya en el lenguaje estructurado para expresar ideas, emociones o información.

- Comunicación no verbal: Se refiere a todos aquellos mensajes que se transmiten sin el uso de palabras. Esto incluye gestos, expresiones faciales, posturas, tono de voz, contacto visual y otros elementos que complementan o, en algunos casos, sustituyen a la comunicación verbal.

Esta clasificación resalta la diversidad de formas en que los seres humanos nos comunicamos, ya sea a través del lenguaje hablado o escrito, o mediante señales no verbales que también juegan un papel crucial en la interacción humana.

1.3.1. Comunicación verbal.

La comunicación verbal se distingue por el uso de palabras en la interacción entre el emisor y el receptor. Este tipo de comunicación se divide en dos categorías principales, dependiendo de si el lenguaje se expresa de manera hablada o escrita:

- Comunicación oral: Este tipo de comunicación se lleva a cabo a través de signos orales o palabras habladas. Incluye no solo el habla convencional, sino también expresiones como gritos, llantos o risas, que transmiten emociones y mensajes sin necesidad de un lenguaje estructurado.
- Comunicación escrita: En este caso, la comunicación se realiza mediante códigos escritos. Esto abarca desde sistemas complejos como los jeroglíficos y los alfabetos hasta símbolos más simples como logotipos o iconos. La escritura permite transmitir mensajes de manera permanente y accesible a través del tiempo y el espacio.

Aunque la comunicación verbal es la forma más explícita y evidente de interacción, ya que está regulada por normas lingüísticas que tardamos años en dominar, es importante reconocer que no es la única forma de comunicación. Detrás de ella existe otra igual o incluso más significativa: la ****comunicación no verbal****. Esta última no solo complementa la comunicación verbal, sino que también puede modificar o enriquecer su significado.

La comunicación no verbal, que exploraremos en detalle en el siguiente apartado, incluye elementos como gestos, expresiones faciales, posturas, tono de voz y contacto visual, entre otros. Estos aspectos juegan un papel crucial en la transmisión de emociones, actitudes y mensajes implícitos que, en muchas ocasiones, son más poderosos que las propias palabras.

1.3.2. Comunicación no verbal

- La comunicación no verbal es un tipo de lenguaje que se lleva a cabo sin el uso de palabras y, en muchos casos, de manera inconsciente. Incluye elementos como movimientos corporales, posturas, miradas, la forma de sentarse o caminar, entre otros. En la mayoría de las situaciones, tanto la emisión como la interpretación de estos mensajes ocurren de forma automática e incluso involuntaria. Esto se debe a que la comunicación no verbal ha tenido un papel fundamental a lo largo de nuestra historia evolutiva, especialmente en etapas en las que el lenguaje verbal aún no existía.
- Sin embargo, los mensajes asociados a la comunicación no verbal suelen ser ambiguos y difíciles de interpretar. A diferencia de la comunicación verbal, que se rige por normas consensuadas y aprendidas de manera explícita, la comunicación no verbal carece de reglas claras y universalmente aceptadas, lo que puede generar múltiples interpretaciones (Corbin, s.f.).
- Como señala mheducation.es (s.f.), la comunicación no verbal es un lenguaje complementario al verbal, formado por gestos, posturas, miradas y otras expresiones que utilizamos —consciente o inconscientemente— para transmitir estados de ánimo o sentimientos. Su importancia es tal que, en una comunicación cara a cara, se estima que el componente verbal representa aproximadamente el 35 % del mensaje, mientras que el 65 % restante corresponde a la comunicación no verbal (gestos, movimientos, señales, etc.). Esto la convierte en la principal fuente de información en una interacción.
- La comunicación no verbal se divide en tres formas principales: paralingüística, kinesia y proxémica.

A. Partes de la comunicación no verbal

- a) Gestos, manos, posturas y miradas: Estos elementos transmiten emociones, actitudes e intenciones sin necesidad de palabras.
- b) Tono de voz y velocidad al hablar: Aunque no son palabras, estos aspectos influyen en cómo se percibe el mensaje verbal.
- c) Distancia personal: Se refiere al espacio físico que necesitamos para sentirnos cómodos y seguros durante una interacción. Esta distancia varía según los interlocutores y el contexto.

B. Actos no verbales

- Ekman y Friesen (citados en mheducation.es, s.f.) identificaron tres variables que influyen en los actos no verbales:

Origen:

- Fisiológico: Algunos actos no verbales son impulsados por el sistema nervioso, como una sonrisa involuntaria.
- Cultural o social: Otros actos son aprendidos y están influenciados por la cultura, las creencias o los hábitos sociales. Por ejemplo, llevarse las manos a la boca puede asociarse con el hambre.

Usos:

- Los actos no verbales pueden reforzar, repetir o ilustrar un mensaje verbal. Por ejemplo, asentir con la cabeza mientras se dice "sí".
- En otros casos, pueden no tener relación con el mensaje verbal o incluso contradecirlo. Por ejemplo, hacer gestos mientras se habla por teléfono, aunque el interlocutor no los vea, o cruzar los brazos debido al frío, sin que esto tenga relación con la conversación.

Codificación:

- Arbitraria: Cuando el acto no verbal no guarda una relación directa con su significado. Por ejemplo, cruzar los dedos índice y corazón para desear suerte.

- Icónica: Cuando el acto no verbal tiene una relación clara con su significado. Por ejemplo, cerrar el puño y levantarlo violentamente para amenazar con golpear a alguien.

En resumen, la comunicación no verbal es un componente esencial de la interacción humana, que complementa, enriquece y, en ocasiones, modifica el significado de la comunicación verbal. Su estudio y comprensión son clave para interpretar adecuadamente los mensajes en cualquier contexto social.

Funciones de la comunicación no verbal.

Según Benítez (2009), la paralingüística, la quinésica, la proxémica y la cronémica desempeñan un papel fundamental en la comunicación, ya que actúan como signos funcionales, a diferencia de la comunicación verbal, que tiene un carácter principalmente expresivo. La comunicación no verbal se emplea en diversos contextos de interacción social, como al saludar, presentarse, pedir disculpas, felicitar o agradecer. Además, cumple un rol clave en la estructura y regulación de la comunicación, por ejemplo, al solicitar turno de palabra, pedir que se repita algo o indicar que se hable más alto. Asimismo, es útil en la interacción comunicativa para identificar objetos, ubicar, dar instrucciones o solicitar que alguien realice una acción determinada.

Por su parte, Cestero (citado en Sánchez, 2009) destaca que los signos de comunicación no verbal son plurifuncionales, es decir, pueden cumplir una o varias funciones dentro de una interacción. Entre estas funciones se encuentran las siguientes:

1. Complementar o matizar el contenido verbal: Los elementos no verbales pueden añadir información o modificar el sentido de un enunciado verbal. Esto puede lograrse de diversas maneras:

- Especificando o reforzando un mensaje: Por ejemplo, al utilizar un tono de voz elevado en una expresión como "¿Qué haces?", se transmite desaprobación hacia la acción de la otra persona.
- Confirmando el contenido verbal: Un ejemplo clásico es el movimiento de la cabeza de lado a lado para expresar negación, acompañando frases como "No, no, de eso nada".

- Debilitando el mensaje: Esto ocurre cuando se emplea un tono más suave o se combina con una sonrisa al expresar algo que podría resultar incómodo, como decir "Yo no lo haría así" o "Creo que podrías mejorar este trabajo".
- Contradiciendo el mensaje verbal: Por ejemplo, al pronunciar con tono irónico y gestos de enfado una frase como "Muy bonito, ¡eh!", se transmite un significado opuesto al de las palabras.

2. Sustituir el lenguaje verbal: En ocasiones, los gestos o expresiones no verbales reemplazan por completo las palabras. Por ejemplo, se utilizan gestos manuales para indicar que alguien se acerque, para pedir la cuenta en un restaurante, para señalar que algo huele mal o para expresar agrado o desagrado.

3. Regular la interacción: La comunicación no verbal también sirve para gestionar el flujo de la conversación. Esto incluye el uso de pausas, cambios en el tono de voz, alargamiento de sonidos finales o el contacto visual para mantener o ceder el turno de palabra.

4. Compensar deficiencias verbales: Cuando surgen dificultades en la comunicación verbal, ya sea por falta de conocimiento o por olvido momentáneo, los elementos no verbales pueden ayudar a resolver estos problemas. Por ejemplo, se emplean sonidos como "Ee" o "Mm" para indicar que no se recuerda una palabra, o se recurre a gestos para explicar algo que no se puede expresar verbalmente.

5. Facilitar conversaciones simultáneas: En situaciones donde una persona necesita comunicarse con varias personas al mismo tiempo, como al hablar por teléfono mientras interactúa con alguien presente, la comunicación no verbal permite gestionar ambas interacciones de manera efectiva. (Sánchez, 2009).

CAPÍTULO III

LA EXPRESIÓN CORPORAL

3.1. El lenguaje corporal

Schinka (citado en Aguado & Navares, 1995) señalaba que el campo de acción del lenguaje verbal difiere notablemente del no verbal. Mientras que las palabras son el medio más efectivo para expresar ideas concretas, existen dimensiones del pensamiento y de la emoción que solo pueden transmitirse a través del lenguaje no verbal. Este último se convierte, por tanto, en un vehículo indispensable para comunicar aquello que las palabras no pueden capturar por completo.

El lenguaje no verbal se utiliza principalmente para expresar sentimientos, emociones y estados de ánimo. Aunque el vocabulario verbal nos permite transmitir ideas y contenidos, es a través de los gestos, las expresiones faciales y el lenguaje corporal que enfatizamos, matizamos o incluso negamos lo que decimos. En el extremo opuesto, la ausencia de gestos o expresiones suele asociarse con la falta de emociones o sentimientos. Un ejemplo claro de esto se observa en personajes de películas que encarnan a individuos fríos o distantes, cuyos rostros apenas muestran movimiento y cuyos gestos son mínimos o nulos. Esta falta de expresividad se interpreta como una carencia de emociones, lo que refuerza la idea de que el lenguaje no verbal es fundamental para transmitir lo que sentimos.

Si aceptamos que el lenguaje no verbal desempeña un papel central en la transmisión de emociones, surge una pregunta inevitable: ¿lo hacemos de manera consciente o inconsciente? En muchos casos, enviamos mensajes de forma deliberada a través de signos culturalmente consensuados, como asentir o negar con la cabeza, señalar con el dedo índice o utilizar gestos específicos para comunicar algo. Sin embargo, si nos detenemos a reflexionar, encontraremos innumerables situaciones en las que emitimos mensajes no verbales de manera involuntaria. Por ejemplo, cuando estamos nerviosos, nos movemos inquietamente; al sorprendernos, abrimos los ojos y

levantamos las cejas; o al sentir vergüenza, nos ruborizamos. Estos actos, que ocurren sin que nos demos cuenta, revelan aspectos de nosotros mismos que no siempre expresamos verbalmente.

Es precisamente esta dimensión inconsciente e incontrolada del lenguaje no verbal lo que le confiere una importancia tan significativa y lo convierte en un objeto de estudio fascinante. A nivel cultural, el lenguaje corporal opera en un plano informal, aprendido por imitación y asimilado sin que nos percatemos de cómo o cuándo lo adquirimos. Sin embargo, cuando comenzamos a analizar sus componentes, sus causas y sus efectos, estamos dando un salto de lo informal a lo técnico, avanzando hacia un entendimiento más profundo de su funcionamiento.

Afirmar que gran parte de la comunicación no verbal ocurre de manera inconsciente no significa restarle importancia. Por el contrario, en muchos casos, el conocimiento inconsciente puede ser más eficaz que el consciente. No es necesario traer a la conciencia todos los procesos que subyacen a nuestra comunicación no verbal, al igual que no necesitamos pensar en cada movimiento al escribir en un teclado. Estos automatismos, lejos de ser irrelevantes, son esenciales para la fluidez y eficacia de nuestra interacción cotidiana. En definitiva, el lenguaje no verbal, tanto en su dimensión consciente como inconsciente, es una pieza clave en el complejo rompecabezas de la comunicación humana.

3.2. Expresión corporal

La expresión corporal se fundamenta en la idea de que todo ser humano, ya sea de manera consciente o inconsciente, se manifiesta a través de su cuerpo, utilizando este como un instrumento único e insustituible para expresarse, conectarse con el entorno y relacionarse con los demás. El cuerpo se convierte así en un medio de expresión natural que las personas emplean en su comunicación cotidiana. Sin embargo, esta capacidad puede ser potenciada mediante el aprendizaje de herramientas que enriquezcan la expresividad, la creatividad y la sensibilidad estética del individuo.

Una de las características distintivas de la expresión corporal es la ausencia de modelos rígidos o respuestas predefinidas. En su lugar, se emplean métodos que fomentan la creatividad y la imaginación, siendo estos de carácter no directivo. Los objetivos principales de la expresión corporal incluyen la búsqueda del bienestar personal a través del propio cuerpo (desarrollo personal) y el descubrimiento o aprendizaje de significados corporales. Como actividad, la expresión corporal tiene un valor intrínseco y aplicaciones prácticas, pero también puede servir como base para acceder a otras formas de expresión corporal más especializadas o tecnificadas. (García, Pérez, & Calvo, 2013).

Por su parte, Arteaga (2003) define la expresión y comunicación corporal como un lenguaje que se convierte en materia educativa, utilizado para desarrollar el potencial expresivo del ser humano. Este enfoque promueve el autoconocimiento, la comunicación interpersonal y la exteriorización de los sentimientos internos (comunicación introproyectiva) a través de gestos, posturas y movimientos expresivos. En otras palabras, la expresión corporal es un medio que permite al individuo transmitir sus emociones, sentimientos y pensamientos, al tiempo que facilita un mayor conocimiento de sí mismo (p. 25).

Desde una perspectiva educativa, Rueda (2004) ofrece una definición que enfatiza el papel de la expresión corporal como un ámbito de conocimiento dentro de la educación física. Según este autor, la expresión corporal investiga y experimenta con las posibilidades del cuerpo y la inteligencia emocional como vehículos para transmitir sentimientos, pensamientos y actitudes. Su objetivo final es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo actúa como un eje globalizador e integrador, sirviendo de puente entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. El fin último de la expresión corporal reside en el proceso expresivo en sí mismo (p. 12).

En el contexto de la educación física, se busca que los estudiantes exploren y experimenten las posibilidades que su cuerpo les ofrece para comunicar, así como desarrollar su inteligencia emocional. Para Rueda, el cuerpo es el nexo que une la

funcionalidad de la actividad física con la expresividad artística, y su propósito principal es fomentar la expresión como un proceso enriquecedor y transformador. A través de este enfoque, se promueve no solo el desarrollo físico, sino también emocional y creativo, permitiendo a los individuos descubrir nuevas formas de conectarse consigo mismos y con los demás.

Corrientes de expresión corporal

Mateau (1993) Establece “cuatro ámbitos en los que se desarrolla la expresión corporal” (p. 31).

- ✓ Social
- ✓ Psicológico
- ✓ Artístico
- ✓ Pedagógico

Contreras (1998) identifica tres corrientes principales dentro de la expresión corporal: terapéutica, escénica y pedagógica (p. 45). Estas tres vertientes representan los grandes campos en los que se desarrolla y aplica la expresión corporal, cada una con sus propios objetivos y enfoques, pero siempre con el cuerpo como eje central de expresión y comunicación.

Por su parte, Motos (1983) amplía esta perspectiva al señalar que las corrientes de la expresión corporal incluyen la psicológica o terapéutica, la escénica, la orientada hacia la danza y la escolar (p. 41). Estas corrientes buscan, desde diferentes ámbitos, potenciar el desarrollo integral del individuo a través del uso consciente y creativo del cuerpo, ya sea para fines terapéuticos, artísticos, educativos o de crecimiento personal.

Rueda (2004), por otro lado, enfatiza el carácter globalizador e integrador de la expresión corporal (p. 13). Esto significa que la expresión corporal no se limita a un aspecto específico del desarrollo humano, sino que abarca al individuo en su totalidad. A diferencia de otras disciplinas que pueden trabajar de manera segmentada, la

expresión corporal busca un desarrollo integral, donde el estudiante no solo adquiere control sobre su cuerpo, sino también sobre sus emociones y sentimientos, logrando transmitirlos de manera efectiva al espectador o interlocutor. En este sentido, la expresión corporal se convierte en una herramienta poderosa para fomentar la conexión entre el cuerpo, la mente y las emociones, promoviendo un crecimiento holístico en los individuos.

Elementos de la expresión corporal.

Dentro de los elementos esenciales de la expresión corporal, destacan el cuerpo y las emociones, ambos pilares fundamentales para comprender y desarrollar esta disciplina.

- **El cuerpo como herramienta expresiva**

El cuerpo es el principal instrumento de expresión, ya que a través de él se manifiestan los estados de ánimo, tanto para quien expresa como para quien observa. Como señala García (1997), el cuerpo no solo es un medio de comunicación, sino también una herramienta que permite aprender sobre la anatomía y su funcionamiento, así como sobre la actitud corporal iconográfica, es decir, el esquema corporal. Este concepto, definido por Le Boulch (1981) como "la intuición global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, ya sea en reposo o en movimiento, en función de la interacción de sus partes y de la relación con el espacio y los objetos que nos rodean" (p. 55), se complementa con la idea de Serra, quien destaca "la toma de conciencia del cuerpo, de sus posibilidades y limitaciones".

Diversos autores han analizado los momentos en los que el cuerpo adquiere un papel protagónico en el ámbito educativo. Vaca (2009) identifica varias situaciones en las que se observan presencias corporales durante la jornada escolar, las cuales los docentes deben considerar al trabajar en las aulas (p. 55). Estas situaciones son:

Cuerpo implicado: Se refiere a los momentos en los que los estudiantes realizan tareas sin restricciones motrices, como al llegar al aula, participar en talleres o realizar prácticas que, además de perfeccionar el proceso de enseñanza-aprendizaje, fomentan el desarrollo corporal.

Cuerpo silenciado: Son instantes en los que el cuerpo pasa a un segundo plano, requiriendo silencio e inmovilidad para facilitar la atención y participación, como durante las asambleas, la lectura o la escritura.

Cuerpo instrumentado: Aquí el cuerpo y el movimiento se utilizan para comprender conceptos, como estirarse o agacharse para entender las nociones de "arriba" y "abajo".

Cuerpo objeto de atención: Son momentos en los que se atienden las necesidades básicas de los niños, como la higiene y la alimentación.

Cuerpo objeto de tratamiento educativo (motricidad y sala de psicomotricidad): En este caso, la práctica motriz se convierte en una herramienta educativa a través de juegos, canciones y movimientos que fomentan el desarrollo psicomotor (p. 11).

Las emociones como expresión auténtica

Las emociones juegan un papel crucial en la expresión corporal, ya que se manifiestan de manera genuina a través de gestos, movimientos y la voz. Como indica García (2011), desde temprana edad, los seres humanos son capaces de reconocer diversas emociones observando expresiones faciales, la entonación de la voz, su intensidad, ritmo y acento (p. 485). Darwin fue uno de los primeros científicos en destacar que las emociones tienen una base evolutiva, lo que subraya su importancia en la comunicación no verbal.

En la etapa de Educación Infantil, el desarrollo de lazos afectivos y la regulación progresiva de la expresión de sentimientos y emociones son aspectos de gran relevancia. Por ello, como docentes, es fundamental guiar a los estudiantes para que reconozcan y experimenten los recursos expresivos de su propio cuerpo. García (2011) enfatiza que esta etapa es crucial para que los niños aprendan a transmitir sus sentimientos y emociones a través de la expresión corporal, lo que les permitirá comunicarse de manera más efectiva (p. 163).

Características de la expresión corporal.

Tras analizar las características y dimensiones de la expresión corporal, se puede concluir que esta disciplina se configura como un campo multidimensional que integra aspectos físicos, emocionales, creativos y comunicativos. A continuación, se sintetizan las características y dimensiones clave según los autores citados:

Características de la expresión corporal según Ruiz (2014):

- **Escasa importancia asignada a la técnica:** La técnica no se concibe como un modelo a alcanzar, sino como un medio para facilitar la expresión. En algunos casos, se utilizan técnicas específicas, pero siempre como herramientas, no como fines en sí mismas.
- **Finalidad educativa:** La expresión corporal tiene un propósito educativo, centrado en el proceso grupal y sin pretensiones escénicas. Su valor radica en la experiencia vivida dentro del grupo.
- **Importancia del proceso sobre el resultado:** Lo fundamental es el proceso que vive el alumno, dejando de lado la obsesión por el resultado final, el cual pasa a un segundo plano.
- **Enfoque en habilidades y destrezas básicas:** Las actividades giran en torno al desarrollo de habilidades y destrezas motoras, con el objetivo de mejorar el bagaje motor del estudiante.
- **Respuestas convergentes:** Los alumnos buscan sus propias adaptaciones y soluciones, lo que fomenta la autonomía y la creatividad.

Dimensiones de la expresión corporal según Learreta, Sierra y Ruano (2009):

Las dimensiones de la expresión corporal se dividen en tres grandes áreas: expresiva, comunicativa y creativa. Cada una de ellas aborda aspectos específicos del desarrollo personal y social a través del cuerpo.

A. Dimensión expresiva:

Esta dimensión se centra en la toma de conciencia de las posibilidades del movimiento y del cuerpo como medio de expresión personal. Según Learreta, Sierra y Ruano (2009), incluye dos contenidos principales:

Alfabeto expresivo: Estudio y uso del movimiento y el sonido, explorando cómo estos despiertan sensaciones en quien los ejecuta.

Mundo interno: Expresión de ideas, emociones y conceptos personales a través del movimiento y el sonido, con el fin de exteriorizar la intimidad y promover el bienestar.

Enguianados (2004) destaca la importancia de la conciencia corporal, entendida como el reconocimiento de lo que ocurre dentro de uno mismo. Además, se trabaja con la forma corporal, analizando cómo el cuerpo se posiciona en el espacio y cómo se relaciona con él.

Villada (1997) y Romero (1997) coinciden en que esta dimensión debe fomentar la exploración de las sensaciones corporales, la interiorización del movimiento y la expresión de emociones, permitiendo a los estudiantes tomar conciencia de sus posibilidades expresivas.

B. Dimensión creativa:

Esta dimensión se enfoca en desarrollar recursos que permitan al individuo comunicarse a través del movimiento de manera comprensible para los demás. García (2011) señala que el objetivo es que los estudiantes utilicen recursos creativos y libres para expresarse.

Los contenidos que abarca esta dimensión son:

- Alfabeto creativo: Incluye fluidez, flexibilidad, originalidad y elaboración.
- Técnicas creativas corporales: Como la lluvia de ideas corporal, la improvisación y la sinéctica corporal.
- Proceso creativo: Se fomenta la rapidez de respuesta, la diversidad de soluciones y la originalidad en las propuestas.

Sierra (2003) y Quintana (2007) destacan la importancia de incorporar materiales diversos para enriquecer el trabajo creativo.

C. Dimensión comunicativa:

Esta dimensión busca perfeccionar la capacidad de componer, idear y construir secuencias con una finalidad expresiva y comunicativa. Según Gros (1997), se trabaja en tres áreas principales:

Alfabeto comunicativo: Incluye el lenguaje corporal gestual (actitud, contacto físico, gestos, etc.), componentes sonoros (entonación, intensidad, pausa) y el ritmo comunicativo.

Mundo externo: Simulación de estados de ánimo, ideas y sentimientos, así como la organización de acciones con una estructura dramática.

Interacción personal: Diálogo corporal, sincronización y complementariedad en la comunicación no verbal.

Expresividad:

Kalmar (2003) y Montávez (2012) aportan una visión profunda sobre la expresividad, entendida como la capacidad de conectar emociones, pensamientos y experiencias a través del cuerpo. Kalmar invita a reconsiderar los hábitos de percepción y sensación, explorando nuevas formas de ser y experimentar el mundo. Por su parte, Montávez propone un proceso de tres fases para desarrollar la expresividad:

- Toma de conciencia del cuerpo (bases físicas).
- Vivencia emocional (bases expresivas).
- Consolidación de habilidades expresivas.

3.3. Los gestos en la expresión corporal

La expresión corporal y el lenguaje no verbal son herramientas fundamentales en la comunicación humana, ya que permiten transmitir emociones, ideas y estados de ánimo de manera más profunda y auténtica que las palabras. Según Schinca (citado en García, Pérez & Calvo, 2013), un ****gesto**** puede definirse como el resultado inmediato y espontáneo de los movimientos articulados del cuerpo, especialmente aquellos realizados con la cabeza, los brazos y las manos. Es importante distinguir entre ****gesto**** y ****gesticulación****: mientras el primero es un movimiento natural y expresivo, la gesticulación se refiere a movimientos artificiales, desorganizados y carentes de significado. La expresión corporal busca

trascender la comunicación cotidiana, ayudando a cada persona a descubrir un lenguaje propio que le permita expresarse y comunicarse de manera más efectiva.

Davis (citado en García, Pérez & Calvo, 2013) destaca que el control del lenguaje corporal puede ser una herramienta poderosa para superar barreras defensivas y establecer relaciones sociales más sólidas. Esto subraya la importancia de comprender y dominar los diferentes tipos de gestos y su impacto en la comunicación.

Tipos de gestos según Pease & Pease (citado en mheducation.es, s.f.):

Emblemas:

Son gestos que equivalen a palabras o frases cortas reconocidas por una comunidad específica. Suelen realizarse principalmente con las manos y el rostro. Por ejemplo, el gesto de levantar el pulgar para indicar "todo está bien" o mover la cabeza de lado a lado para decir "no". Estos gestos tienen un significado claro y universal dentro de un contexto cultural.

Ilustradores:

Son gestos que acompañan y refuerzan el mensaje verbal. Por ejemplo, mover las manos para enfatizar una idea o señalar algo mientras se habla. Los ilustradores son especialmente importantes en comunicaciones cara a cara o frente a una cámara, ya que añaden énfasis y claridad al mensaje. Cuando estos gestos se formalizan y generalizan, pueden convertirse en emblemas.

Reguladores:

Son gestos que organizan o dirigen una conversación. Incluyen movimientos como asentir con la cabeza para indicar acuerdo, levantar la mano para pedir la palabra o hacer un gesto con la mano para pedir que alguien hable más despacio. El uso adecuado de los reguladores es esencial para mantener una conversación fluida y para transmitir una impresión positiva. Además, permiten controlar situaciones como negociaciones, debates o discursos.

Adaptadores:

Son movimientos o gestos que realizamos de manera inconsciente para manejar emociones o controlar respuestas. Se dividen en tres categorías:

- Adaptadores sociales: Surgen de las relaciones interpersonales, como dar la mano o hacer una reverencia.
- Adaptadores instrumentales: Son gestos aprendidos para realizar tareas específicas, como remangarse para indicar que se está listo para trabajar.
- Adaptadores de subsistencia: Están relacionados con necesidades orgánicas o emocionales, como tocarse la cara cuando se está nervioso o frotarse las manos ante una situación de tensión.

Importancia de los gestos en la comunicación:

Los gestos no solo complementan el lenguaje verbal, sino que también pueden sustituirlo en ciertas situaciones. Según Schinca, la expresión corporal busca ir más allá de la comunicación cotidiana, permitiendo a las personas descubrir un lenguaje propio que les facilite la conexión con los demás. Davis, por su parte, enfatiza que el dominio del lenguaje corporal puede mejorar significativamente las relaciones sociales, ya que ayuda a superar barreras y a transmitir confianza y empatía.

Tipo de gestos	Descripción del gesto	Ejemplos
Gestos emblemáticos	<ol style="list-style-type: none">1. Son señales emitidas intencionalmente.2. Su significado es específico y muy claro.3. El gesto representa una palabra o conjunto de palabras bien conocidas.4. Son gestos traducibles directamente en palabras.	Agitar la mano en señal de despedida o sacar el pulgar hacia arriba indicando OK.
Gestos ilustrativos	<ol style="list-style-type: none">1. Se producen durante la comunicación verbal.2. Sirven para ilustrar lo que se está diciendo.3. Son gestos conscientes que varían en gran medida en función de la cultura.4. Son gestos unidos al lenguaje, pero a diferencia de los emblemas, no tiene un significado directamente traducible (la palabra a la que van unidos no les da su significado).	Cualquier tipo de movimiento corporal que desempeñe un papel auxiliar en la comunicación no verbal, es un gesto ilustrador.

Gestos que expresan estados emotivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Este tipo de gestos también acompañan a la palabra y le confieren un mayor dinamismo. 2. Reflejan el estado emotivo de la persona (el ilustrador es emocionalmente neutro). 3. El gesto patógrafa es resultado del estado emocional del momento. 	A través de este tipo de gestos se expresan la ansiedad o tensión del momento, muecas de dolor, el triunfo, la alegría, etc.
Gestos reguladores de la interacción	<ol style="list-style-type: none"> 1. Son movimientos producidos por quien habla o por quien escucha con la finalidad de regular las intervenciones en la interacción. 2. Son signos para tomar el relevo en la conversación. 3. Tienen un papel importante al inicio o finalización de la interacción (por ejemplo, darse la mano en el saludo o la despedida). 4. Pueden ser utilizados para frenar o acelerar al interlocutor, indicar que debe continuar o darle a entender que debe ceder su turno de palabra. 5. Los gestos reguladores más frecuentes son las inclinaciones de cabeza y la mirada fija. 	Las inclinaciones rápidas de cabeza llevan el mensaje de apresurarse y acabar de hablar. Las inclinaciones lentas de cabeza llevan el mensaje de que el interlocutor continúe.
Gestos de adaptación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Son gestos utilizados para manejar emociones que no se quieren expresar. 2. Se utilizan cuando el estado de ánimo es incompatible con la situación interaccional particular y no se pueden expresar las emociones reales directamente con la intensidad con la que realmente se sienten. 	Gestos de este tipo son pasarse los dedos por el cuello de la camisa cuando alguien se siente ahogado por la tensión de la situación o tocarse el pelo cuando alguien se siente nervioso.

Lenguaje de gestos. Propuesta taxonómica, tomado de (García, Pérez, & Calvo, 2013)

3.4. Consolidación de las habilidades expresivas

La expresión corporal y el movimiento son herramientas fundamentales para la manifestación del mundo interno de cada individuo, permitiendo la exteriorización de emociones, ideas y estados de ánimo. Como señalan Learreta, Sierra y Ruano (2005), a través del movimiento nos conectamos con el mundo, compartiendo nuestra vida interior y nuestra relación con el entorno, independientemente de que los demás lo comprendan o no. Este proceso de expresión no solo facilita la comunicación, sino que

también contribuye al bienestar personal, ya que, como afirma Ruano (2009), el desarrollo de la expresividad permite revelar la intimidad, evadirse y, en última instancia, ser uno mismo (p. 44).

Coterón (2007) profundiza en esta idea al destacar que todo movimiento está impregnado de la personalidad de quien lo realiza. Cuando este movimiento surge de la necesidad de expresar el mundo interno, se convierte en un acto significativo, cargado de simbolismo y emoción (p. 43). Es en este contexto donde cobran relevancia las habilidades expresivas, definidas como conductas motrices conscientes que la persona utiliza de manera significativa para manifestarse plenamente. El desarrollo de estas habilidades implica la integración de las bases físicas y expresivas en la personalidad, lo que constituye el fin último de la expresividad (p. 148).

Montávez (2012) enfatiza que la expresión corporal entiende la comunicación como un proceso intencional de interrelación con los demás a través del lenguaje corporal. Aunque el gesto es la unidad básica de esta comunicación, reducirla únicamente a él sería simplificar su complejidad. El gesto actúa como un puente simbólico entre las ideas y la realidad corporal, de manera similar a cómo la palabra funciona en el lenguaje oral. Sin embargo, el lenguaje gestual se basa en usos sociales y culturales, y su estudio se enmarca en el ámbito de la comunicación no verbal. Además, existen otras funciones de codificación y simbolización corporal que pertenecen al ámbito educativo y artístico, lo que amplía su alcance (p. 11).

Arteaga, Viciano y Conde (1997) clasifican los componentes del lenguaje gestual en dos categorías: no verbales o paralingüísticos (elementos sonoros como fluidez, velocidad, pausa y volumen) y corporales (gestos, posturas, miradas, distancias, orientación, etc.). Estos elementos complementan y refuerzan el mensaje, enriqueciendo la comunicación. Motos (2003) añade que la construcción del lenguaje corporal requiere un proceso cognitivo que implica planificación y toma de decisiones para seleccionar los movimientos más adecuados que codifiquen las ideas o sentimientos que se desean comunicar (p. 102).

En el ámbito educativo, Montávez (2001) sostiene que la creatividad es un componente esencial para la formación holística de la persona, ya que contribuye al desarrollo personal y prepara para la vida (pp. 1-2). Por ello, el sistema educativo debe fomentar la capacidad creativa, comenzando por el profesorado. La meta es formar personas investigadoras, curiosas y creativas, capaces de resolver problemas de manera innovadora. Marín (2000) coincide en que la educación creativa busca formar individuos con iniciativa, recursos y confianza, preparados para enfrentar desafíos (p. 135).

La creatividad se caracteriza por cuatro indicadores principales: originalidad, flexibilidad, fluidez y elaboración. Según Cachadiña (2009), el proceso creativo en la expresión corporal se estructura en cinco fases: preparación, climatización, incubación, iluminación y comunicación (p. 35). Este proceso debe fomentarse a través de métodos abiertos y de producción, donde las respuestas de los estudiantes sean de carácter divergente, es decir, que exploren múltiples soluciones y enfoques en lugar de limitarse a la reproducción de modelos preestablecidos (Montávez, 2012, p. 111).

CONCLUSIONES

PRIMERA: Para el proceso de transmisión de un mensaje existen distintos tipos de comunicación, pues los emisores pueden ser diferentes y la información que se envía y el canal por el cual circula ésta también, una de estas clasificaciones es la dicotómica, que hace referencia a la comunicación verbal y la comunicación no verbal.

SEGUNDA: Mediante la expresión corporal se toma conciencia del propio esquema corporal, se logra su progresiva sensibilización y se aprende a utilizar el cuerpo plenamente para lograr la exteriorización de ideas y sentimientos. En general, la expresión corporal es una disciplina que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo.

TERCERA La expresión corporal es de suma importancia porque trae consigo beneficios físicos, desarrollo de su imaginación, de su creatividad al permitirles su libre expresión de sus emociones, los mismos que fomentan el desarrollo de sus capacidades cognitivas y sus ganas de aprender, asimismo la expresión corporal se convierte para los niños en un agente socializador, que a su vez les permite promover la empatía, la cercanía al otro y la conciencia del entorno que los rodea.

RECOMENDACIONES.

- Diseñar actividades que combinen ambos tipos de comunicación, como juegos de roles, dramatizaciones o ejercicios de interpretación de gestos y expresiones faciales. Esto ayudará a los estudiantes a comprender la importancia de ambos lenguajes y a utilizarlos de manera complementaria para transmitir mensajes de forma efectiva.
- Crear espacios dentro del horario escolar donde los estudiantes puedan explorar y desarrollar su esquema corporal a través de actividades como danza, teatro, yoga o ejercicios de movimiento libre. Estos talleres deben fomentar la toma de conciencia del cuerpo y su uso como herramienta de expresión personal.
- Diseñar actividades grupales que utilicen la expresión corporal para promover la empatía, la cooperación y la creatividad. Por ejemplo, organizar juegos cooperativos, coreografías grupales o representaciones teatrales que requieran la participación activa de todos los estudiantes. Estas actividades no solo fortalecerán sus habilidades sociales, sino que también les permitirán expresar sus emociones y desarrollar su imaginación.

REFERENCIAS CITADOS

- Arteaga, F. (2003). *La expresión corporal*. Montevideo: NIDDM.
- Cachadiña, R. (2009). *Expresión corporal*. España: ESDANT.
- Contreras, J. (1998). *La danza*. Bogota : UNILIBRE.
- Corbin, J. (s.f.). *Los 28 tipos de comunicación y sus características*:
<https://psicologiymente.com>. Obtenido de
<https://psicologiymente.com/social/tipos-comunicacion-caracteristicas>
- Coterón, A. (2007). *La expresión corporal*. España: SPANIS.
- Enguianados, F. (2004). *La expresión corporal*. Costa Rica: UCOES.
- Fonseca, M. D. (2005). *Comunicación oral*. Mexico: PEARSON EDUCACIÓN.
- García, I., Pérez, R., & Calvo, Á. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos*, 19-22.
- García, I. (2011). La expresión corporal en el desarrollo integral de la personalidad del niño de edad preescolar. *Varona*, 58-66.
- García, R. (1997). *Expresión corporal y danza dentro de la educación*. España : ESPANIS.
- Gros, G. (1997). *Dimensiones de la expresión corporal*. Maruecos: MARUGOS.
- Kalamar, K. (2003). *Expresividad de la comunicación*. Madrid: GLOBALKM.
- Learreta, M., Sierra, M., & Ruano, D. (2009). *Didáctica de la expresión corporal*. Venecia : EMAF.
- Marín, R. (2000). *Los activos inexcusables de una expresión corporal*. Lima: Adventdn.
- Mateu, R. (1993). *Desarrollo de la expresividad*. Tijuana: TAUJA.
- mheducation.es. (s.f.). *La comunicación no verbal*: <https://www.mheducation.es>. Obtenido de <https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448175743.pdf>
- Montávez, M. (2001). La expresión corporal y la creatividad. Un camino hacia la persona. *Tandem*(3), 1-19.
- Montávez, M. (2012). *La expresión corporal en la realidad educativa. Descripción y análisis de su enseñanza...* Universidad de Córdoba, Córdoba.
- Motos, T. (1983). *La expresión corporal*. Madrid : MADRITLIBRA.
- Romero, P. (1997). *El cambio educativo*. Lima : UNISANMARCOS.
- Rueda, A. (2004). *Expresión y comunicación corporal*. Santiago : DIALNET.

Ruiz, O. (2014). *La expresiòn corporal en educaciòn infantil*. Noruega: UVaDOC.

Sánchez, G. (2009). La comunicaciòn no verbal. *Suplementos MarcoELE*, 1-16.

Vaca, F. (2009). *Expressiòn corporal*. Suiza: UNISUIDA.