

A EXPRESIÓN CORPORAL

como práctica habitual na educación primaria

María José Castro Girona

Mestra en Educación Física

REFLEXIÓN PREVIAS A MODO DE INTRODUCCIÓN

No presente artigo preténdese facer unha reflexión sobre a inclusión da expresión corporal na área da educación física e, ademais, relatar unha experiencia levada a cabo con alumnos e alumnas dos tres ciclos da Educación Primaria, pertencentes tanto ó ámbito rural coma ó urbano da provincia de Lugo.

Actualmente resulta máis ou menos fácil concebi-la educación física como parte dunha educación total e completa do individuo na que non se pode desliga-lo físico do psíquico ou mental e, como consecuencia, nela teñen cabida multitude de prácticas que, ata hai pouco, non se concibían como integrantes do ámbito educativo e moito menos da educación física. Non podemos nin debemos esquecer que todas e cada una destas prácticas van posibilita-

la consecución dos nosos obxectivos e, polo tanto, ningunha delas é rexeitable.

Sen embargo, a pesar de que o D.C.B. de Galicia recolle e outorga unha especial importancia na educación primaria ó bloque de obxectivos e contidos "O corpo: expresión e comunicación", a realidade é que na maioría dos casos non lle prestamo-la atención debida, o que, ata certo punto, non é de estrañar pois a súa inclusión nos programas é relativamente recente e xa sabemo-las dificultades que sempre xorden ó instaurar algo novo, que, no caso concreto que nos atinxe, se ve agravado polas características da propia actividade:

- Culturalmente, o devandito bloque está relacionado coa estética e vinculado ó mundo feminino. Isto, nalgúns casos, dá lugar ó rexeitamento por parte dos nenos.

- Require do participante unha actitude positiva de xeito que o que face-

mos terá sentido e significado sempre que as vivencias sexan enriquecedoras. As experiencias negativas supoñen un paso atrás substancial no proceso.

- Para o desenvolvemento da expresión corporal compre crear un “clima” axeitado de respecto mutuo e naturalidade, que permita a desinhibición dos membros que toman parte nela. É indispensable a colaboración de todo o grupo, pois este ha de aceptar como boas as distintas manifestacións expresivas que se dean nel.

- En xeral, os alumnos e alumnas cultivaron menos esta forma de comunicación ca outras nas que non se incide tanto na expresividade e na interpretación a través do corpo e do movemento dos propios sentimentos, estados de ánimo, pensamentos, etc.

- A creatividade e a imaxinación, pouco fomentadas ocupan aquí un primeiro plano.

Ante esta situación preguntámonos: ¿Como poderíamos programar este traballo nas nosas sesións para salvar estes obstáculos e conseguila participación espontánea do grupo? ¿Que facer para que esta actividade resulte agradable e atractiva ó tempo que acadamos os obxectivos que nos propoñemos con ela?

É evidente que o que perseguimos consiste en que as tarefas respondan axeitadamente ós intereses das nenas e dos nenos, que variarán en función da idade que teñan. Así, a expresión corpo-

ral sería motivante en si mesma, non imposta dende o exterior. Isto proporcionaranos un ambiente de traballo distendido que levará consigo a continuidade e progresión no movemento, que desembocará nunha elaboración propia e creativa. Pasaremos da simple imitación de modelos propostos, ou ben do desenvolvemento de variedades do mesmo, á involucración dos seus sentimentos e emocións, convertendo o corpo e o movemento en instrumentos cos que comunicarse, expresarse ou realizar creacións plásticas e estéticas. Chegaremos así a un punto de unión entre a adquisición dunhas técnicas e o cultivo dun mellor coñecemento de si mesmo e dos demais que, en definitiva é o que pretendemos.

Sabedores do que buscabamos, puxemos en marcha o noso traballo.

DESENVOLVEMENTO DA EXPERIENCIA

Como xa expuxen no principio do artigo, aplicamos a experiencia con nenos e nenas dos tres ciclos de educación primaria, ós que se lles presentou unha reducida enquisa coa que pretendiamos recoller información sobre a bagaxe de patróns físico-expresivos do propio corpo e en relación cos demais que posuían, pois criamos que poderían influír nos resultados obtidos.

Nela formulabamos unha serie de preguntas que clasificamos en tres apartados:

1º Recoñecemento das distintas facetas que abarca a expresión corporal: aerobic, danzas folclóricas, danzas de todo o mundo, deportes como ximnasia rítmica ou a patinaxe artística, teatro, mimo, xogos ...

Os resultados foron homoxéneos e semellantes: resultáballes doado recoñece-las facetas que lles indicamos, aínda que algunha delas, especialmente tódalas danzas e os deportes, non os vinculaban á expresión corporal.

2º A práctica desas facetas na escola, ben na educación física, ben noutras áreas tales como a lingua, a música,...

3º A práctica fora do horario escolar, ben en actividades extraescolares, ben noutras institucións públicas ou privadas.

Nestes dous apartados faciamos fincapé na idade que tiñan cando a realizaran, así coma no tempo que lle adicaron a cada unha delas.

Os resultados nestes apartados, polo contrario, mostraban grandes diferencias:

- Na cidade relatan prácticas anteriores realizadas na escola, tanto en educación física coma en música ou en lingua. Tamén describen talleres organizados polo propio centro.

- No medio rural, os nenos e nenas ven as súas prácticas limitadas á

educación física, pois carecen de música no seu currículo.

- Fóra do horario escolar ocurría exactamente o mesmo: as posibilidades no ámbito rural vense mermadas.

ELABORACIÓN DO MATERIAL

A continuación elaboramos unha unidade didáctica por ciclo, en total tres, para máis tarde levalas á práctica e observa-la resposta e o grao de aceptación que cada actividade motiva. Estes resultados terémolos en conta en futuras ocasións á hora de programar e desenvolver unha axeitada progresión nas nosas sesións. Estas unidades didácticas propuxéronse de acordo cos obxectivos e contidos esixidos polo D.C.B.

Ímolas describir brevemente:

Unidade didáctica do primeiro ciclo.

1ª Sesión: ritmo.

2ª Sesión: imitación de personaxes, oficios e tarefas.

3ª Sesión: representación de situacións.

4ª Sesión: encher espazos e traectorias no espacio.

5ª Sesión: movemento lento.

6ª Sesión: contos vivenciados.

7ª Sesión: posibilidades expresivas dos brazos.

Material: Radiocasete, cassetes, elementos do espacio, e na 7ª sesión empregamos gasas.



Nenos e nenas de Primeiro Ciclo de Primaria representando un home cun gran bandullo e fumando un puro

Unidade didáctica de segundo ciclo.

1ª Sesión: adaptar ritmo ó do compañeiro.

2ª Sesión: representacións de situacións con globos.

3ª Sesión: o obxecto imaxinario.

4ª Sesión: posibilidades expresivas da cara.

5ª Sesión: bailes individuais e por parellas.

6ª Sesión: bailes colectivos sinxelos.

7ª Sesión: danzas folclóricas e danzas galegas.

Material: radiocasete, cassetes, distintos instrumentos musicais; e na sesión número dous, globos.

Unidade didáctica de terceiro ciclo.

1ª Sesión: expresión e comunicación por parellas.

2ª Sesión: posibilidades expresivas da man.

3ª Sesión: movemento ondulado e crebado.

4ª Sesión: xogos.

5ª Sesión: aerobic e jazz

6ª Sesión: bailes de salón.

7ª Sesión: danzas de todo o mundo.

8ª Sesión: pequena coreografía.

Material: radiocasete, cassetes, e na sesión segunda, guantes.

Elixímo-lo segundo trimestre para aplicarlas, pois o grupo coñécese, e por riba o trato coa profesora non é frío, pois existe unha certa familiaridade, xa que levamos un trimestre xuntos.

O papel do profesor quedou restrinxido, en gran parte, ó de espectador, posto que o máis do tempo adicouno á observación, aínda que isto no evitou que nalgún momento interviria para introducir algún elemento ou pauta nova na tarefa.

No referente ó material, especificámolo en cada unidade; e como pode verse, en todas elas hai unha sesión na que traballamos con material alternativo. A súa inclusión non é casual, senón que foi deseñada así, co obxectivo de contrasta-los seus resultados cos das outras.

A instalación na que se desenvolveron as sesións foi sempre do mesmo tipo: un ximnasio con fiestras ó exterior, no que o chan é duro e algo frío. Aínda que non se cumprían as condicións ideais, por desgracia, tampouco contabamos con outras posibilidades. Decidimos que era mellor levalo a cabo alí, ca non facelo.



Nenas e nenos de Segundo Ciclo, na segunda sesión da unidade adicada a representación de situacións con globos.

Dada a configuración das sesións, tivemos sempre en conta que os métodos e as estratexias de intervención desan a máxima participación ó alumno/a con pautas pouco específicas, sempre que nolo permitise a situación, aínda que é evidente que nalgúns casos tivemos que recorrer a tarefas definidas, claras e precisas, ilustradas en determinados momentos co modelo e a demostración do profesor, co fin de garantir-la comprensión. É o caso, por exemplo, dalgunha danza ou coreografía predeterminadas. Disto despréndese que os métodos foron, maiormente, aqueles que permiten a busca e a exploración, aínda que outros máis directivos tamén tiveron a súa oportunidade.

Gustaríanos parar un intre para falar da estrutura das sesións. Poderíamos dicir que nelas se distinguen as seguintes fases:

1º De información: o alumno/a ten dereito a posuír información sobre o traballo que vai realizar, onde pretendemos chegar; e tamén, sempre que sexa do seu interese, datos sobre os recursos expresivos e xestuais que debe empregar. Todo isto foi sempre levado a cabo de forma sinxela e breve, para non embarullar moito.

2º Quentamento ou adaptación á nova situación: Hai que pensar que pasamos da inactividade ó movemento, e cómpre ter en conta tódolos aspectos da conducta, é dicir, o cognitivo, o motor e o afectivo-social. Para isto cremos que o

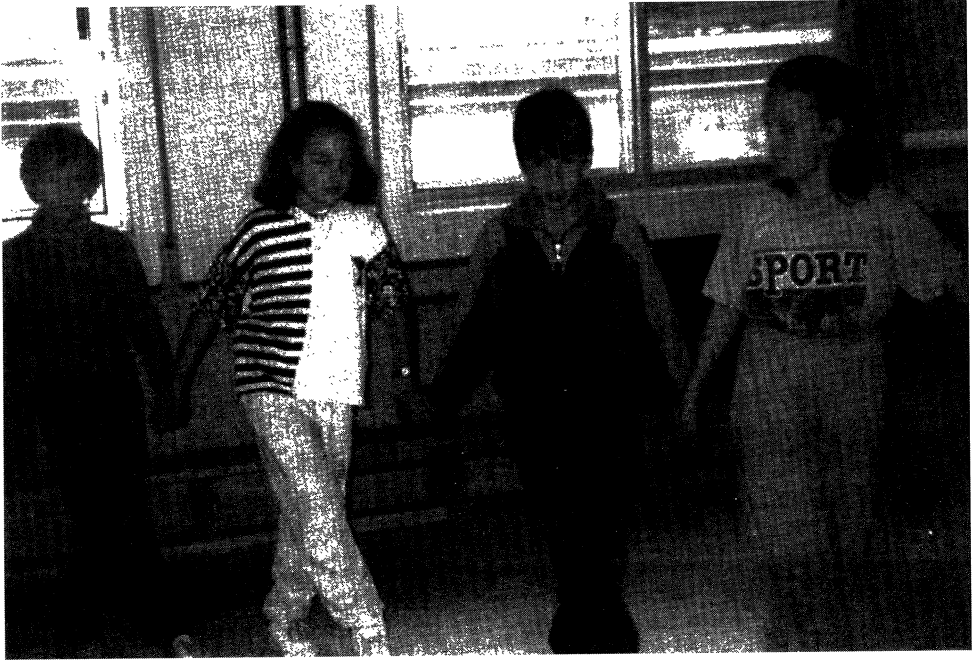
máis axeitado eran os xogos e as tarefas lúdicas.

3º Desenvolvemento do tema en cuestión: momento de traballo para os alumnos e de observación para o profesor.

4º Adaptación á calma: volta de tódolos parámetros á situación normal.

5º Análise dos resultados: cómpre adicarlle un certo tempo, pois xunto coa observación permítenos tira-las nosas conclusións. Empregámo-la *verbalización*, na que os alumnos e alumnas expoñen as súas emocións, medos, sentimentos, etc. Deixamos que se expresen libremente, para rematar preguntando ó grupo sobre aquilo do que non se falou con espontaneidade, que normalmente é o que eles atoparon negativo. Ademais, cando o ambiente nolo permitiu, interrogamos prudentemente e de xeito persoal a aqueles que non se expresaron, ou ben que ó longo da sesión non entraron de cheo nas situacións propostas.

Para rematar, temos que matizar que o tempo do que dispuxemos para executar estas fases nuns casos foi de cincuenta minutos e noutros dunha hora, ós que hai que desconta-lo tempo de desprazamento á instalación. Como as nenas e os nenos do primeiro ciclo, que son os que dispoñen dunha hora, se atopan noutro edificio e tardan máis no desprazamento, na práctica o tempo útil dispoñible foi o mesmo para todos.



Corresponde á sétima sesión adicada ás "Danzas de todo o mundo", desenvolvida no Terceiro Ciclo.

CONCLUSIÓNS

Ademais da observación sistemática na aula e da verbalización, a práctica pedagóxica diaria indúcenos en tira-las seguintes conclusións:

- As unidades didácticas foron deseñadas cun fin concreto, e polo tanto cada unha das sesións está adicada a un único tipo de actividade e non inclúe actividades de tódolos tipos, como sería conveniente. Pese a isto, acadámo-los obxectivos correspondentes a cada ciclo e poderíamolos empregar nos nosos programas, ou en calquera caso servirannos de guía.

- A actitude dos nenos e das nenas non cambiou en función da práctica ou do coñecemento que tiñan da expresión corporal, pero os logros motrices, non en canto ó rendemento senón en canto ó proceso, son máis satisfactorios naqueles que contan cunha certa bagaxe expresiva. Dentro do grupo dos que nunca fixeran este tipos de actividades, hai que salientar que se involucran en maior medida e máis espontaneamente os de menor idade. A medida que avanzamos na idade cústalles máis participar, pois inhíbense. En consecuencia, diremos que é importante comezar dende pequenos.

- Vense máis identificados con determinados temas ou sensacións. Así:

1º Ciclo: nas representacións fascinaos o mundo dos animais, dos safaris, da natureza, etc. Isto dá lugar a que se xan eles mesmos os que collan a iniciativa e fagan as súas propostas.

2º Ciclo: vense máis atraídos polos temas de batalla, indios, vaqueiros, heroes, lendas...

3º Ciclo: encántanlles todo tipo de danzas e coreografías. Prefiren expresividade e a comunicación por parellas ós grupos ou a realizalas individualmente.

- E prexudicial varia-la tarefa, aínda que esta sobrepasase o tempo que lle iamos adicar, sempre que o alumno estea entregado á súa realización, ledo ou creando. No caso contrario, tampouco debemos esforzarnos en mante-la actividade se observamos que non participa, non se involucra...

- Os enfoques lúdicos e expresivos producen respostas satisfactorias dende un principio. Sen embargo as pautas abertas, nas que o mecanismo de decisión entra en funcionamento, precisan dun adestramento corporal. Debemos comezar con cousas moi sinxelas, a poder ser coñecidas e con poucos elementos expresivos para ir progresando a modiño neles.

- O traballo verase facilitado pola selección dunha boa música (rítmica, motivante,...), pois ocupa un lugar privilegiado.

REFLEXIÓNS FINAIS

Antes de rematar e seguindo a liña do presente artigo, no que mesturámo-la reflexión, os datos obxectivos e as valoracións persoais, praceríamos facer unhas observacións finais.

É responsabilidade nosa incluí-los obxectivos de expresión corporal no Proxecto Educativo de Centro, pois a nova Lei de Educación danos liberdade para facelo, e non podemos deixar pasar esta oportunidade. Cando así o fagamos, non debemos esquecer que a través dela conseguimos moitos dos obxectivos do bloque "O corpo: imaxe e percepción".

Lembremos que a "expresión" podemos e debemos afrontala dende distintas áreas, pois admite a interdisciplinariedade, da que sempre estamos a falar pero que na realidade educativa poucas veces practicamos.

En calquera caso e como resume, hai que dicir que a coherencia é importante, de tal forma que se pensamos que a expresión corporal é un contido que interesa, poñámo-los medios para que ocupe un lugar axeitado no noso quefacer.

BIBLIOGRAFÍA

Cervera, J. (1989): *Cómo practicar la dramatización con niños de 4 a 14 años*, Cincel, Madrid.

Faure, G., e S. Lascar (1989): *El juego dramático en la escuela*, Cincel, Madrid.

Joyce, M. (1987): *Técnica de danza para niños*, Martínez Roca.

Laban, R. (1984): *Danza educativa moderna*, Paidós, Buenos Aires.

Mateu, M., C. Durán, e M. Troguet (1992): *Mil ejercicios y juegos aplicados a las actividades corporales de expresión*, Paidotribo, Barcelona.

Rodríguez, J. (1993): *Desarrollo curricular de educación física. Primer ciclo de Educación Primaria*, Escuela Española, Madrid.

Rodríguez, J. (1993): *Desarrollo curricular de educación física. Segundo ciclo de Educación Primaria*, Escuela Española, Madrid.