



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

LOS ACTIVOS INEXCUSABLES DE UNA EXPRESIÓN CORPORAL EDUCATIVA

Manuel Villard Aijón

Profesor de Educación Física. IES Silena, Gilena (Sevilla). España.

Email: sidin78@gmail.com

Web: efexpresiva.wordpress.com; mvillard.wordpress.com

RESUMEN

Como parte del estudio llevado a cabo en la tesis “Percepciones del profesorado de Educación Física de Educación Secundaria sobre el papel de la Expresión Corporal en el Currículum de Andalucía”, se hizo necesario configurar qué se entendía por Expresión Corporal Educativa en la actualidad. Desde este conocimiento era imprescindible delimitar qué elementos, que denominamos “activos”, se harían irrenunciables para alcanzar una enseñanza-aprendizaje de calidad para este contenido dentro de la realidad educativa a la que enfocamos nuestra mirada. En el presente artículo situamos qué reconocemos como Expresión Corporal Educativa, y qué activos se muestran como inexcusables cuando se afrontan las actividades expresivas en las clases de Educación Física.

PALABRAS CLAVE:

Expresión Corporal, Educación Física, Activos, Dimensiones, Enseñanza

1. INTRODUCCIÓN.

Al afrontar un análisis de la situación de la Expresión Corporal en la realidad educativa se plantean varias interrogantes. La primera es situar qué entendemos por Expresión Corporal en este contexto, con las particulares que conlleva dicho contenido y las propias de la enseñanza-aprendizaje en Educación Física. La Expresión Corporal Educativa tiene que componerse como una línea de actuación pedagógica cuyo protagonismo sea manifiesto a la hora de afrontar la enseñanza-aprendizaje de este contenido dentro del currículo. Tanto en Primaria como en Secundaria debemos aspirar a alcanzar unos activos (considerados como bienes tangibles e intangibles) propios de la Expresión Corporal Educativa actual que aseguren reconocer qué actividades expresivas configurarían las clases de Educación Física.

2. DESARROLLO.

2.1. CONCEPTUALIZANDO LA EXPRESIÓN CORPORAL EDUCATIVA

La necesidad de delimitar el concepto de Expresión Corporal a nivel educativo para comprender la naturaleza del término que vamos a trabajar, se muestra como inexcusable y de gran complejidad por la polivalencia y multitud de influencias de las que se nutre (gimnasia, psicología, danza, teatro, etc.). Esto plantea varias posibilidades de enfoque a la hora de abordar el estudio del uso que se hace de la Expresión Corporal como reconocen diversos autores (Le Baron, 1982; Motos, 1983; Vázquez, 1989; Villada, 1997) recogidos por Learreta (2004, p. 31), optando, en nuestro caso, por centrarnos de entre el abanico existente, en la vertiente pedagógica que reconocemos inmersa en el paradigma expresivo del movimiento humano y que a su vez, en la Educación Física promueve la corriente físico-expresiva (Vázquez, 2001). Alcanzaremos de este modo, el objetivo inicial de delimitación conceptual específica para la Expresión Corporal Educativa, dentro de una línea de actuación con la que nos sentimos más reconocidos, de entre las presentes en el territorio nacional. Nos estamos refiriendo a una línea de actuación que parte desde Andalucía, cuyo enfoque lúdico y recreativo partió de otros ya existentes y en su evolución tiene un marcado carácter holístico.

Podemos comprobar en la siguiente tabla (1) la evolución y similitud en los planteamientos de Expresión Corporal de diversos autores seleccionados por su importancia y aportación, tanto en los objetivos como en las herramientas que se utilizan para su consecución, desde su conceptualización del contenido. Desde esta evolución nos iremos acercando a los enfoques actuales que la Expresión Corporal Educativa presenta en España y que han ido configurando una visión holística de este contenido en las aulas.

Tabla 1. Concepciones de Expresión Corporal (Elaboración propia)

AUTOR	OBJETIVO	HERRAMIENTAS
Stokoe (1982)	Integración del las áreas físicas, psíquicas y sociales	Los sentidos, la percepción y la motricidad. Arte y salud.
Romero (1999)	Expresar Comunicar Estético	Cuerpo, movimiento y sentimiento

Riveiro y Schinca (1992)	Interacción del cuerpo con el medio que le rodea	Gestos, miradas y posturas corporales
Sierra (1997)	Expresar Comunicar Crear	El cuerpo y sus posibilidades
Arteaga (2003)	Capacidad expresiva Exteriorizar sentimientos Comunicar interpersonalmente	Gestos, posturas y movimientos expresivos
Torres (2000)	Comunicar Relacionar Autoconocimiento	Acción, gesto o palabra
Ortiz (2002)	Expresar Comunicar Valor estético y artístico	Cuerpo y movimiento exteriorizando lo más interno
Motos (2003)	Comunicar Crear	Espontaneidad Técnica
Rueda (2004)	Crear y comunicar	Movimiento
Montávez (2011)	Desarrollo holístico Expresar Crear Comunicar Sensibilización artística	Salud holística Estrategias lúdicas Arte

La declaración de intenciones a la hora de afrontar la enseñanza-aprendizaje de la Expresión Corporal Educativa hacia la formación integral del individuo, debe entenderse como una línea ideológica de actuación. Este posicionamiento nos hace compartir inquietudes con autores como Learreta, Ruano y Sierra (2006, p. 61) al afirmar que entienden la educación como un “proceso orientado a la autonomía de un ser humano libre, crítico y creativo”.

Por tanto, mostramos identificación con una Expresión Corporal como materia de conocimiento capaz de aportar al alumnado las posibilidades y recursos para expresar, comunicar y crear, utilizando como vehículo para ello, su cuerpo y su movimiento (Sierra, 2000) o como expresa Montávez (2008, p. 81), cuando dice que “la expresión corporal fundamental o educativa construye experiencias vitales y situaciones irrepetibles fundamentales a través del cuerpo, el movimiento y su cómplice, los valores humanos, tomando como herramienta el juego, el arte, la salud y la reflexión.”

Constataremos así un modo de entender el contenido expresivo actual dentro del currículo, otorgándole a éste, el protagonismo necesario para que conquiste un terreno necesario dentro de la Educación Física, donde de acuerdo con Learreta, Sierra y Ruano (2005), se prescinda de modelos de ejecución, no busque rendimiento estético y fomente la participación y la investigación corporal, entendiendo ésta como la “búsqueda, exploración, descubrimiento, conocimiento, comprensión, toma de conciencia y aceptación de la propia realidad personal y de las posibilidades corporales” (Learreta et al. 2005, p. 14).

Al situarnos, como antes dijimos en la corriente físico-expresiva, ésta se impregnará de aquello que la propia Educación Física toma como eje vertebrador, es decir, el *desarrollo integral* del alumnado (Cecchini, 1996; Contreras, 1998; Muñoz, 2003; Pérez y Delgado, 2004; Zagalaz, 2001), un aporte desde el área, y en particular desde el contenido expresivo, que fomenta en el alumnado un crecimiento social, psíquico, corporal, afectivo, etc. (González, 1982; López, 2002; Ortiz, 2000; Pelegrín, 1996; Riveiro y Schinca, 1992; Ruano, 2004; Sierra, 1997). Expresa esta idea Stokoe, citada por Torres (2000, p. 27), cuando dice que la “Expresión Corporal se basa en el desarrollo de los sentidos, de la percepción, de la motricidad y de la integración de las áreas física, psíquica y social de cada persona”.

También Rueda (2004, p.13) destaca el carácter globalizador e integrador de la expresión corporal al afirmar que “la educación a través del cuerpo y el movimiento no se reduce exclusivamente a aspectos perceptivo motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo”. Podríamos, por tanto, proponer la siguiente definición de Expresión Corporal Educativa en aras de identificar dentro del contexto educativo qué debemos alcanzar como conjunto de contenidos expresivos de calidad:

“Aquel conjunto de percepciones y sensaciones que desde lo más interno de la persona lleva a ésta a experimentar vivencialmente el desarrollo pleno mediante la acción del cuerpo creativo, expresivo, comunicativo, lúdico y estético, conduciendo a la esencia misma de su valor como enriquecimiento del ser humano en un contexto educativo.”

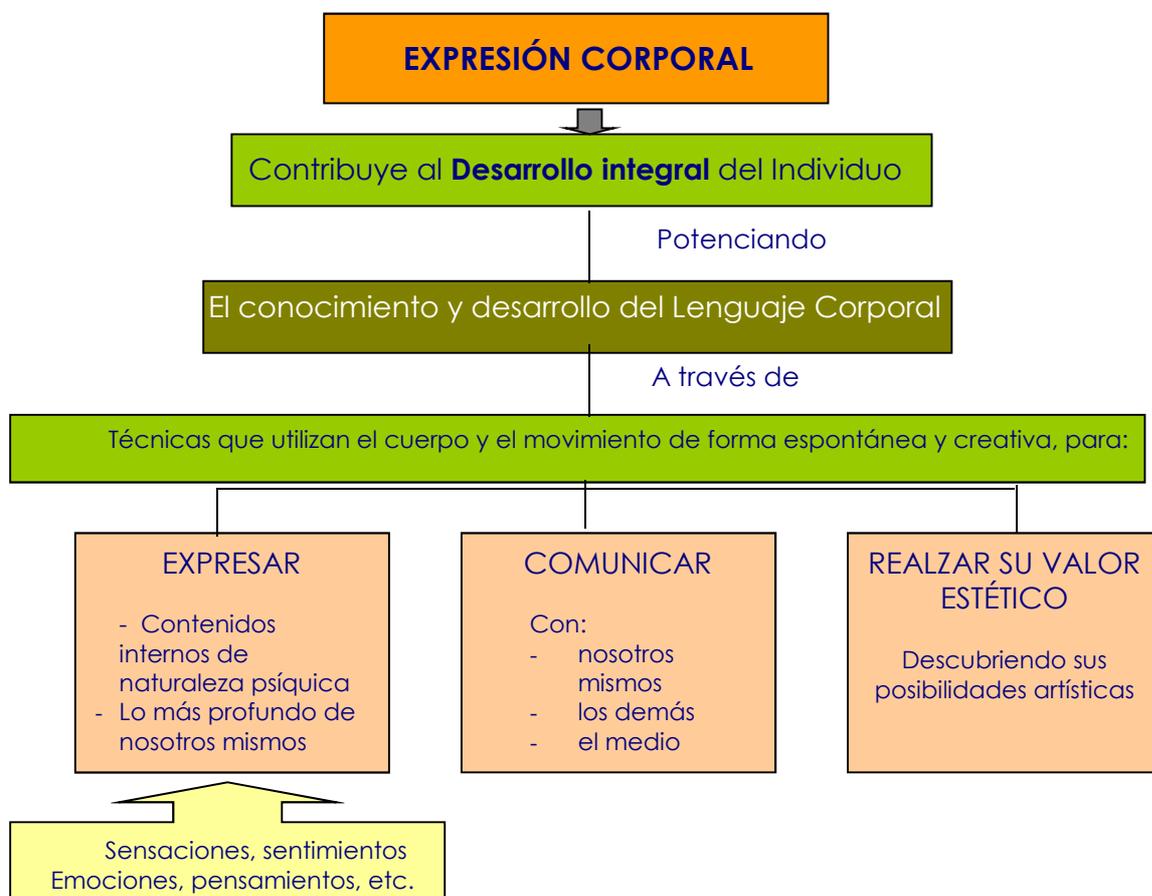


Figura 1. La Expresión Corporal en el ámbito de Educación Física. Adaptado de Ortiz (2002).

Esta conceptualización queda como propuesta de una corriente que se nutre de diversos autores, y que como ejemplo podemos observar en la anterior figura (1), cuando partiendo de Ortiz (2002), resumimos la búsqueda del espacio que la Expresión Corporal asume dentro la Educación Física, al facilitar el desarrollo integral desde la expresión, comunicación, estética, espontaneidad, creatividad, etc., coincidiendo con Learreta et al. (2006), al entender la Expresión Corporal como la disciplina que tiene por objeto el estudio, trabajo y desarrollo del cuerpo y el movimiento como elementos de expresión, comunicación y creación para la formación integral de la persona.

Esta vertiente nos lleva a definirnos hacia un modo de entender la Expresión Corporal en las aulas, donde de acuerdo con Archilla (2013, p.41), “el lenguaje corporal, a través de las actividades de la Expresión Corporal de la Educación Física, urge que sea estimulado y desarrollado en nuestro alumnado”.

Esta misma autora identifica en cinco puntos las claves necesarias para conseguir una Expresión Corporal Educativa, pues ayuda a la persona a que:

1. Le ayude a reconocerse y a valorar su propia imagen corporal.
2. Le favorezca el conocimiento de sus propios sentimientos y posibles miedos a manifestarlos.
3. Le ayude a pensar cómo transmitir esos pensamientos, emociones, vivencias e ideas, de una forma espontánea y libre, a través de los recursos que su cuerpo le ofrece al moverse. Complementando con ello su dominio en la utilización e interpretación del lenguaje, desde esta otra perspectiva: la corporal, sirviéndose de sus gestos, sus posturas, su mirada, sus movimientos, etc. Siendo él mismo quién crea y descubre su estilo único y personal, ofreciéndole una seguridad en sí mismo. Estas creaciones propias dejan en actitud pensante, o de reflexión, a aquel que contempla y observa el mensaje elaborado.
4. Le aporte mayor espontaneidad, creatividad e imaginación al realizar y componer sus mensajes expresivos.
5. Le promueven y le orienten hacia una práctica sistemática de este tipo de prácticas durante su tiempo de ocio y recreación con aumento del gusto por diferentes manifestaciones culturales artístico-expresivas.

Archilla (2013, p. 41).

La denominación de Expresión Corporal Educativa vendrá articulada por unas dimensiones que extraeremos de las diversas concepciones de Expresión Corporal que anteriormente expusimos.

2.2 DIMENSIONES QUE ARTICULAN LA EXPRESIÓN CORPORAL EDUCATIVA

Centrando nuestro discurso en la Expresión Corporal abordada desde una perspectiva pedagógica y educativa, la selección y estructuración de contenidos partirá desde cuatro dimensiones educativas (figura 2) que según Sánchez, Coterón, Padilla y Ruano (2008), ampliando las tres que sugieren Learreta et al. (2005): expresiva, comunicativa y creativa, configuran junto a la dimensión estética este contenido.

Para Montávez (2011, p. 41), aún siendo dimensiones explícitas de la Expresión Corporal, éstas “han de atender los valores humanos mínimos de convivencia a través de propuestas lúdicas saludables”. Estas dimensiones responderán a las capacidades que se deben desarrollar en la persona desde la materia y que llevará a asumir unos planteamientos educativos concretos y a adoptar una posición profesional al respecto como nos recuerdan Learreta et al. (2009).

- **Dimensión Expresiva:** contenidos hacia la toma de conciencia de las diferentes tipologías de movimientos existentes en función del uso personal que se haga del espacio, el tiempo, la intensidad, la gravedad, el uso del gesto o el sonido, etc. Se busca que desde el movimiento se llegue a la emoción y del mismo modo, desde ésta hacia el movimiento personal, auténtico y autónomo.
- **Dimensión Comunicativa:** contenidos que suponen la toma de conciencia del código corporal convencional que se utiliza para la interacción personal. Su descubrimiento, uso y reconocimiento en el otro incide en una mejora de la esfera social.
- **Dimensión Creativa:** desarrollo de estrategias para construir un pensamiento divergente que se materialice en producciones corporales que incidan en su capacidad de entender la realidad.
- **Dimensión Estética:** materialización del proceso creativo colectivo a través de un producto con rasgos reconocibles de equilibrio, composición y armonía.

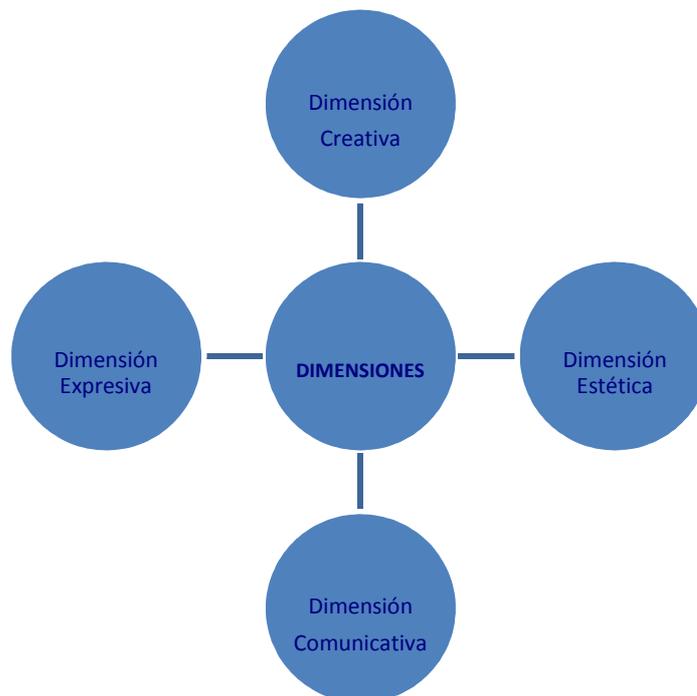


Figura 2. Dimensiones de la Expresión

Corporal (Sánchez et al., 2008).

Por tanto, Sánchez et al. (2008, p. 145), reconocen cuatro dimensiones (expresiva, comunicativa, creativa, estética) del movimiento expresivo que “abarca todas las manifestaciones motrices que impliquen intención de manifestar el mundo propio y ponerlo en común con los demás a través de procesos de creación originales con un componente estético significativo.”

Estas dimensiones que configuran de modo específico la Expresión Corporal, constituirán las principales líneas de trabajo que hay que seguir cuando se afronte este contenido, pues coexisten en la experiencia práctica.

2.3 HACIA UNA EXPRESIÓN CORPORAL EDUCATIVA ACTUAL, ACTIVOS INEXCUSABLES

La Expresión Corporal Educativa actual posee unos activos que no pueden quedar al margen de cualquier planteamiento educativo que se haga de este contenido en la enseñanza Secundaria. Al hacer un recorrido por elementos, dimensiones, contenidos, etc. que conforman la Expresión Corporal, podemos extraer aquellos activos, que tras un recorrido y revisión bibliográfica, consideramos inexcusables para tener en cuenta y que en sinergia, se deben trabajar en el contexto educativo que se afronte y asegurándonos obtener así una enseñanza de calidad.

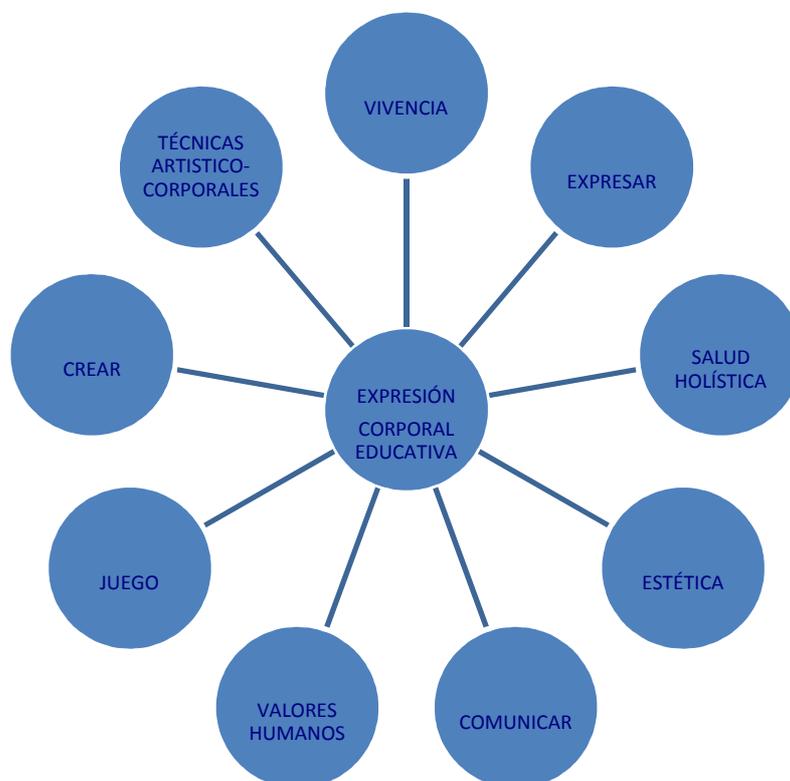


Figura 3. Activos de la Expresión Corporal Educativa actual.

La configuración de la dimensión integral como contenido expresivo dentro del currículo empezaba, como ya vimos, a ser reflejado por diversos autores (López, 2002; Ortiz, 2000; Pelegrín, 1996; Riveiro y Schinca, 1992; Ruano, 2004; Sierra, 1997), que ya destacaban su importancia. Se inicia la búsqueda de un espacio propio para la Expresión Corporal que sea capaz de penetrar más allá de una visión utilitaria del cuerpo, donde el movimiento se supeditaba a un modelo establecido, apartado de la psique del alumno (Rivero y Schinca, 1992; Vázquez, 2001), y pase a considerar el cuerpo como unidad funcional, reunión de los aspectos físicos, intelectuales, afectivos, sociales y espirituales (Ruano, 2004), y que será analizado cualitativamente junto al movimiento como hecho expresivo. Este hecho expresivo,

la expresividad, se nutre de las emociones, sentimientos, sensaciones, etc., (Arteaga, Viciano y Conde, 1997; González, 1982) de cada individuo, donde cuerpo y movimiento, como ejes esenciales de la acción educativa en Educación Física (Cachadiña, 2006; Sierra, 2001; Vázquez, 2001), se convierten en facilitadores de la experimentación, la exploración, de la vivencia en sí, nacida desde el interior para ser compartida.

Así, Pelegrín (1996) propone que este trabajo se haga a través de la espontaneidad, lúdicamente y enfocado a desarrollar las posibilidades creativas del individuo y del grupo. En un contexto abonado de libertad, flexibilidad, imaginación y originalidad, la espontaneidad y la creatividad florecerán como ejes de acción que guían el proceso de enseñanza-aprendizaje que decidimos llevar a efecto en cualquier actividad expresiva de clase con nuestros alumnos (Llopis, 2009; Trigo, 2001; Villada, 1997). Motos recoge la relación existente entre espontaneidad y la creatividad en expresión corporal y cita a diversos autores:

Se insiste en que la Expresión Corporal es una experiencia de movimiento libre y espontáneo, de creación con el cuerpo. En el sentido de saber encontrar de nuevo, lo imprevisto, lo no habitual; “de estar preparado para inventar instantáneamente una respuesta satisfactoria a situaciones nuevas” (Drosopy, 1982, p.104); de “dar salida a la espontaneidad creadora en bruto” (Salzer, 1984, p.49) y de descubrir todas las posibilidades que surgen del cuerpo. Expresión Corporal y creatividad siempre van unidas (Motos 2003, p. 101).

En sintonía con esta idea se expresa Sierra (2001, p. 33), al considerar la Expresión Corporal como “contenido de la Educación Física caracterizado por la concienciación, aceptación, interiorización y utilización del cuerpo y todas sus posibilidades, para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como por un marcado objetivo de creatividad.” Este enfoque de Expresión Corporal Educativa también debe verse impregnada de todo el potencial que nos asegura la inteligencia creadora (Marina, 1993), como generadora de prácticas y vivencias más significativas, más críticas, desde la relación que establecemos entre cuerpo y creatividad (Romero, 2001; Trigo, 2001). En este sentido se expresa Montávez cuando dice que

en todas las expresiones artísticas y educativas es de gran interés el movimiento creativo expresivo en todas sus manifestaciones. En el ámbito de la educación física éste habita, principalmente, en la expresión corporal, la cual seduce al cuerpo con proyectos de libertad, siendo un vehículo inmejorable para el desarrollo de la creatividad personal (Montávez, 2001, p.1).

Debemos no sólo tener en cuenta la expresividad que surge del interior para salir hacia fuera, sino también su complemento externo, en aquellas manifestaciones del entorno que no hacen sino enriquecer el proceso mismo, complementándose para conseguir la dimensión social, fundamentalmente la comunicación, como la salud social del sujeto objeto de ese diálogo expresivo que en todo momento estará presente en cada una de nuestras acciones, en su relación con los otros, teniendo presente que la motricidad expresiva pasará de ser algo que tiene lugar entre nosotros a algo que tiene lugar con los otros y hacia los otros

(Castañer, 2000). Al añadir la dimensión social (Arteaga, 2003; Mateu, 1993; Ruano, 2004; Vázquez, 2001) vamos consiguiendo acercarnos de un modo significativo a la aparición del bloque de contenidos de Expresión Corporal en las clases de Educación Física, siendo capaz de abordar en su conjunto, muchos de los beneficios que por separado se han ido buscando con los contenidos llamados clásicos, más preocupados por la visión mecanicista del cuerpo, o con intereses de éxito deportivo en sus planteamientos iniciales como ya expresamos anteriormente.

Se va dando respuesta a las demandas personales y sociales, que aunque presentes desde siempre en el ser humano, no encontraban su espacio pedagógico con el suficiente peso específico como para ser considerado importante, pues se pensaba en la Expresión Corporal Educativa, más como añadido esporádico y de corte marginal con algún que otro beneficio, que como praxis de indudable estabilidad dentro del currículo escolar (García, Boreas y Martínez, 2007). Romero (1999, p. 80) ya asentaba el papel social de la Expresión Corporal al decir que “el conjunto de manifestaciones socioculturales que abordan el cuerpo desde una perspectiva expresiva, comunicativa o estética, siendo el propio cuerpo junto con el movimiento y el sentimiento los instrumentos de los que se sirven para sus prácticas”

No se olvida tampoco, aunque pueda parecer al margen de la corriente pedagógica de inicio y más cercana por otro lado a la visión escénica-espectáculo, el valor artístico de las creaciones que llevamos a cabo en nuestras prácticas expresivas de aula, la educación corporal (física) artística que denomina Mateu (2006), considerándola necesaria e imprescindible para una educación global de la persona.

La importancia de la estética estará presente en todo momento como un aspecto más a considerar a la hora de buscar una Expresión Corporal Educativa. Así, Mateu (2006, p. 90) afirma que “la mirada del espectador, del compañero que comparte la visión, se hace poética, se vuelve estética”. No será considerada una expresión estética que busque la excelencia en su manifestación, sino que residirá su valor en la plástica en sí, la creación por la creación, como una fase más del proceso de enseñanza-aprendizaje donde el alumno puede ver reflejado su trabajo, ya sea o no presentado a los compañeros en ese diálogo corporal que pueda llegar a ser compartido; como dice Stokoe (1974, p. 9) “...es un lenguaje que permite al ser humano ponerse en contacto consigo mismo y, como consecuencia de ello, conocerse, expresarse y comunicarse con los demás seres”.

Toda expresión lleva implícita una apreciación de lo bello, su valor artístico se configura por la sensibilidad que desprenderá lo conseguido a cada paso del proceso, aunque sin desechar el objetivo final, lo destacable se encontrará en el camino que se recorre y que supone un avance constante. Mateu (2006, p. 91) apoyándose en Eisner, manifiesta, por tanto, que la educación física artística deberá ayudar a “la creación de una cultura cognitiva que vea el mundo estéticamente, desarrolle la imaginación y lo describa con sensibilidad artística”. Es por ello, que en la Expresión Corporal Educativa se hace presente una finalidad expresiva y comunicativa, existiendo así el componente estético-expresivo de modo implícito en la propia actividad (Mateu y Torrents, 2012).

Como otro de los aspectos que no debemos dejar al margen de un modelo expresivo educativo, encontramos el talante lúdico que debe envolver nuestra práctica. Herramienta fundamental en el trabajo de Educación Física (Gutiérrez, 2004; Lavega, 2003; López-Ros y Eberle, 2003), concebiremos el juego como propuesta abierta y dinámica, donde es la estrategia metodológica protagonista, siendo un objetivo en sí mismo, jugar por jugar, poniendo en acción la esencia del ser (Montávez, 2010). En esta línea ya se manifestaban como expone Ruano (2004), autores como Bossu y Chalaguier (1986), Sanuy, Leal, Pelegrín y Ochoa (1976) o Stokoe (1990). Así, Bossu y Chalaguier (1986), conciben la Expresión Corporal como el conjunto de técnicas que movilizan a la persona de manera lúdica y permite su expresión. En una Expresión Corporal Educativa, el juego es primordial para la propuesta de vivencias, tal y como recogen Miranda y Camerino (1996, p. 38) cuando citan a New Games Foundation, “cómo jugamos es mucho más importante de lo que nos podamos imaginar, ya que esto significa, ni más ni menos, nuestro modo de estar en el mundo”.

Algunas de las claves que van configurando la Expresión Corporal Educativa que presentamos ya las recogía Rueda (2004), a modo de recapitulación por entre las conceptualizaciones que a lo largo del tiempo van otorgando a la Expresión Corporal escolar una identidad de presente por explotar y futuro prometedor. Así nos dice:

Es el ámbito de conocimiento, como contenido de educación física que investiga y experimenta las posibilidades corporales y la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, y cuyo fin último es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo como eje globalizador e integrador es el nexo de unión entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. Su fin está en el propio proceso expresivo (Rueda, 2004, p. 12).

Introduce esta autora otro de los activos que consideramos destacables para una Expresión Corporal Educativa, el trabajo en valores. La aparición de la tolerancia, el respeto, la cooperación, etc., debe estar presente en el momento de afrontar el proceso expresivo en el aula. Desde un diálogo personal-social, irá intrínseco el trabajo en valores, que aunque ya en la actividad física se dan por hechos (Gutiérrez, 1998) el potencial educativo de la Expresión Corporal hace que se muestre como necesario dentro de la misma, porque como dice Montávez (2003), ésta es una vía para el auge de los valores, ya que en su esencia está el desarrollo de las potencialidades enriquecedoras del ser humano. Para esta autora, los “valores humanos a través de la Expresión Corporal viajan por el camino de la creatividad, la libertad, el amor y la felicidad. El vehículo es artísticamente lúdico y saludablemente educativo” (Montávez, 2003, p.168).

Aparece en estas palabras el concepto de salud, siendo necesario que se oriente la Expresión Corporal Educativa hacia la consecución de una salud holística, dotando a la persona de una mayor seguridad en sí misma y desarrollando sus capacidades y competencias para la socialización que le permitan desarrollarse íntegramente en la sociedad, garantizando así una mayor y mejor calidad de vida (Stokoe, 1990; Learreta, Sierra y Ruano, 2005; Montávez, 2005 y Delgado, Tercedor y

Torre, 2008). El protagonismo de la salud holística conlleva ser considerado como objetivo educativo implícito en una Expresión Corporal Educativa de calidad.

Como hemos ido viendo, dos activos como expresar y comunicar, ayudarán a nuestro alumno a introducirse en sí mismo, descubriendo de un modo vivencial las posibilidades que se ofrece a sí mismo, y que no sólo repercutirá en él, sino, por extensión, también al resto de compañeros. Idea que encuentra en la pedagogía de la situación un referente, definiéndose ésta como:

una pedagogía de la vivencia, que explota cada momento del aquí y del ahora en su diversidad aleatoria, azarosa e imprevisible, que se arriesga a responder a las urgencias del momento, incluso si son expresadas por los estudiantes, sobre todo si son expresadas por los estudiantes, por fin, implicados, motivados para manifestarse, sin miedo a la divergencia, a la diferencia, espontánea...(Barret, 1995, p. 9).

La importancia de la vivencia ha ido destacándose por numerosos autores (Cardona, 2012; Montávez, 2011; Sánchez y Coterón, 2010; Sierra, 2010), poniendo de relieve la necesidad de nutrirse en la Expresión Corporal de momentos experimentados de forma libre por el alumnado, pasando a formar parte de su propio carácter.

Son los gestos, las miradas y las posturas corporales quienes aproximarán a la necesidad de una técnica básica de trabajo para apoyar toda actividad que realicemos en clase, un componente técnico necesario para fortalecer desde la creatividad las posibilidades de comunicación y expresión con el mundo que rodea al alumno, participe del proceso de enseñanza-aprendizaje, o como llama De la Torre (1991), Técnicas Creativas Corporales.

Motos (1983, p. 53) considera la técnica como uno de los pilares básicos de la Expresión Corporal, llegando a decir que “la expresión sin reglas es una especie de prostitución y la técnica llevada hasta sus últimas consecuencias deshumaniza”. Desde esta idea, en nuestra consideración a la hora de incorporar las técnicas artístico-corporales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, debe verse reflejado el equilibrio que predicen Motos y García (2001), donde la metodología sea la adecuada para no inhibir y obstruir el proceso de aprendizaje pero a su vez sustente el mismo. Una técnica dirigida a un sentido global que enriquezca la formación integral del individuo para que interactúe mejor con el medio; “como vía para expresar mejor su yo interno, sus actitudes, sentimientos y emociones y como resultante logra una determinada imagen propia que lo caracterice dentro de su entorno social y familiar” (Pérez, 2005, p. 23).

Por tanto, el componente técnico se muestra como necesario en un planteamiento práctico, pero sin llegar a ser considerado eje principal ni aislado, sino como un soporte más dentro del contexto educativo que permita las manifestaciones motrices expresivas que buscamos día a día. Coincidimos de este modo, con autores como Motos y García (2001, p. 15) cuando afirman que “la expresión surge de la dialéctica equilibrada entre la creatividad y la técnica, entre la espontaneidad y la regla establecida” o como Dobbelaere y Saragoussi, citados

por Llopis (2010, p. 181), cuando señalan que “sin espontaneidad la obra queda fría y sin vida. Sin técnica, queda confusa”.

Se concibe así una Expresión Corporal como contenido de la Educación Física, de acuerdo con Montesinos, donde es considerada “un conjunto de técnicas corporales, espaciales y temporales que permiten de forma artística expresar al otro contenidos de mi mundo interior” (Montesinos, 2004, p. 15).

Una vez expuestos los diferentes activos que hemos considerado inexcusables, imprescindibles en la concepción de una Expresión Corporal Educativa actual, podemos recapitular en palabras de Archilla todos ellos, de modo que podamos reconocer qué actividades expresivas debemos albergar dentro del contexto educativo.

Cualquier actividad que tenga presente el matiz expresivo sería válida para ir creando así un bagaje vivencial y experimental en la persona, repleto de recursos para que luego den su fruto dejando fluir finalmente la propia creatividad y generando el lenguaje corporal propio, válido cuando se enfrenten a un reto personal comunicativo en cualquier situación, o simplemente para vivir en la sociedad de manera más integral (Archilla, 2013, p. 15).

3. CONCLUSIÓN.

Como docentes debemos abrirnos a propuestas expresivas que permitan experimentar estos activos, desde la inquietud, la curiosidad o el intercambio con otros. Una Expresión Corporal Educativa se convertirá, tanto en camino como en meta, para ubicar este bloque de contenidos en el espacio propio y necesario dentro no sólo de las clases de Educación Física sino de la propia existencia vital.

La aspiración como docente es buscar la enseñanza-aprendizaje de calidad en nuestras clases de Educación Física, y en el caso de este bloque de contenidos se hace aún más necesario para alcanzarlo con garantías. El trabajo apoyado en los activos presentados permitirá al docente caminar firmemente por una Expresión Corporal realmente educativa, acorde al contexto donde se encuentra y alejada de otros modelos que no hacían más que adaptar y “parchear” propuestas exclusivas de otros ámbitos.

Con estos activos se pretende orientar al docente hacia la Expresión Corporal Educativa de calidad, que buscando el desarrollo integral del alumnado, no debe dejar de lado la esencia propia como conjunto de contenidos expresivos que representan dicho bloque dentro del currículo escolar.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Archilla, M.T. (2013). *Dificultades del profesorado de Educación Física con los contenidos de Expresión Corporal en Secundaria*. Tesis doctoral. Valladolid: Universidad de Valladolid.

Arteaga, M. (2003). *Fundamentos de la Expresión Corporal. Ámbito pedagógico*. Granada: Grupo Editorial Universitario.

Arteaga, M., Viciano, V., y Conde, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal: tratamiento globalizador de los contenidos de representación*. Barcelona: Inde.

Barret, G. (1995). *Pedagogía de la situación en expresión dramática y en educación*. Montreal, Canadá: Recherche en Expresión.

Bossu, H. y Chalaguier, C. (1986). *La expresión corporal. Método y práctica*. Barcelona: Martínez Roca.

Cachadiña, P. (coord.), et al. (2006). *Expresión Corporal en clase de Educación Física*. Sevilla: Wanceulen.

Cardona, A. (2012). Expresión corporal: individuos sanos, sociedades sanas. *EmásF. Revista digital de Educación Física*, 14, 4-8.

Castañer, M. (2000). *Expresión corporal y danza*. Barcelona: Inde.

Cecchini, J.A., Fernández, J.J., et al. (1996). *Personalización en la Educación Física*. Madrid: Ediciones Rialp.

Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. Barcelona: Inde.

De la Torre, S. (1991). *Manual de la creatividad. Aplicaciones educativas*. Barcelona: Vicens Vives.

Delgado, M., Tercedor, P. y Torre, E. (2008). Métodos y técnicas para el conocimiento y mejora de la comunicatividad. En M.J. Cuéllar y M.C. Francos (Coords.), *Expresión y comunicación corporal para la educación, recreación y calidad de vida* (pp. 213-228). Sevilla: Wanceulen.

García, A., Bores, N., y Martínez, L. (2007). Innovación educativa. Aprender en la Expresión y Comunicación Corporal escolar. *Ágora XX la Educación Física y el Deporte*, 4(5), 131-169.

González, S. (1982). *Psicomotricidad profunda. La expresión sonora*. Valladolid: Miñón.

Gutierrez, M. (2004). La bondad del juego, pero... *Escuela Abierta: revista de investigación educativa*, 7, 153-182.

Lavega, P. (2003). El juego en la Educación Física; en busca de una estrella Polar. En *Tandem*, 10, 7-10.

Le Baron, B. (1982). L'expression corporelle. *Éducation Physique et Sport*, 178, 58-62.

Learreta, B. (2004). Los paradigmas educativos como punto de partida para la comprensión de la Expresión Corporal. *Kronos* 5, 31-36.

Learreta, B., Ruano, K., y Sierra, M.A. (Coords.) (2006). *Didáctica de la Expresión Corporal. Talleres monográficos*. Barcelona: Inde.

Learreta, B., Sierra, M.A., y Ruano, K. (2005). *Los contenidos de Expresión Corporal*. Barcelona: Inde.

López, A. (2002). *El desarrollo de la creatividad a través de la expresión corporal*. Tesis doctoral: UNED.

López-Ros, V., y Eberle, T.S. (2003). Utilizar los juegos para aprender a resolver conflictos. *Tandem* 10, 41-51.

Llopis, A. (2010). Creatividad y re-creatividad corporal. En M^a E. García (Coord.) *Dinámicas y estrategias de re-creación* (pp. 179-196). Barcelona: Graó.

Marina, J.A. (1993). *Teoría de la inteligencia creadora*. Barcelona: Anagrama.

Mateu, M. (1993). Los elementos básicos de la Expresión Corporal. En VVAA. *Fundamentos de Educación Física para Educación Primaria*. Vol I. (pp. 355-412). Barcelona: INDE.

Mateu, M. (2006). La corporalidad en las artes escénicas. En M. Castañer (Coord.) et al. *La inteligencia corporal en la escuela* (pp.83-105). Barcelona: Graó.

Mateu, M. y Torrens, C (2012). Lógica interna de las actividades físicas artístico-expresivas. *Tándem*, 39, 48-61.

Miranda, J. y Camerino, O. (1996). *La recreación y la animación deportiva, sonrisa y esencia de nuestro tiempo*. Salamanca: Amaru.

Montávez, M. (2003). Los valores humanos a través de la expresión corporal. En G. Sánchez, et al. (Coords.), en *Actas del I Congreso Internacional de Expresión Corporal y Educación: Expresión, Creatividad y Movimiento*, (pp. 155-169). Zamora: Amaru.

Montávez, M. (2005). La Danza como actividad físico-artística saludable. En M. Guillén (Coord.), *El Ejercicio Físico como alternativa terapéutica para la salud* (pp. 271-292). Sevilla: Wanceulen.

Montávez, M. (2008). Expresión Corporal, un camino hacia la excelencia. En G. Sánchez, F.J. Coterón, A. Sánchez y J. Gil (Coords.), *Actas del II Congreso Internacional de Expresión Corporal y Educación: El Movimiento Expresivo* (pp.73-104). Zamora: Amaru.

Montávez, M. (2011). *La Expresión Corporal en la realidad educativa. Descripción y análisis de su enseñanza como punto de referencia para la mejora de la calidad docente en los centros públicos de Educación Primaria de la ciudad de Córdoba*. Tesis Doctoral. Córdoba: Universidad de Córdoba.

Montesinos, D. (2004). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona: Inde.

Motos, T. (1983). *Iniciación a la Expresión Corporal. Teoría, técnica y práctica*. Barcelona: Humanitas.

Motos, T. (2003). Bases para el taller creativo expresivo. En G. Sánchez et al. (Coords.) *I Congreso Internacional de Epxresión Corporal y Educación: Expresión, creatividad y movmiento*. (pp. 101-117). Salamanca: Amarú.

Motos, T., y García, L. (2001). *Práctica de la Expresión Corporal*. Ciudad Real: Ñaque.

Muñoz, J.C. (2003). La educación física en el marco educativo. *La revista de Educación Física de Pila Teleña* N° 14.

Ortiz, M. M. (2000). *Comunicación y Lenguaje Corporal*. Granada: Proyecto Sur.

Ortiz, M. M. (2002). *Expresión Corporal; Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo Editorial Universitario.

Pelegrín, A. M. (1996). Expresión corporal. En García, V. *Personalización en EF* (pp. 337-353). Madrid: Rialp.

Pérez, D. M. (2005). *La Expresión Corporal en el curriculum: una propuesta integradora desde la formación del profesorado hasta el primer ciclo de la enseñan primaria*. Tesis doctoral. Granada. Universidad de Granada.

Pérez, J. y Delgado, M. (2004). *La salud en secundaria desde la Educación Física*. Barcelona: Inde.

Riveiro, L., y Schinca, M. (1992). *Optativas. Expresión corporal*. Madrid: MEC.

Romero, CH. (2001). Cuerpo y creatividad. Reflexiones sobre la creatividad en educación física. *Tándem*, 3, 25-38.

Romero, R. (1999). La Expresión y Comunicación corporal desde el ámbito de la Educación Física: elementos, características y enfoque globalizador de la misma. En D. Linares, F. Zurita y J.A. Iniesta (Coord.) *Actas de las I Jornadas Andaluzas Interuniversitarias sobre Expresión Comunicación Corporal en Educación Física. Fundamentos de la didáctica del lenguaje corporal: aportaciones a su desarrollo desde los lenguajes plástico y musical* (pp. 69-98). Granada: Grupo Editorial Universitario.

Ruano, T. (2004). *Influencia de la Expresión Corporal sobre las emociones: Un estudio experimental*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Politécnica.

Rueda, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física. En E. Castillo, M. Díaz. *Expresión Corporal en Primaria* (pp. 11-29) Huelva: Servicio de publicaciones Universidad de Huelva.

Sánchez, G. y Coterón, J. (2010). Educación artística por el movimiento: la Expresión Corporal en Educación Física. *AULA, Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 16, 113-134.

Sánchez, G., Coterón, J., Padilla, C., y Ruano, K. (coords.) (2008) *Expresión Corporal. Investigación y acción pedagógica*. Salamanca: Amarú.

Sanuy, M., Leal, R., Pelegrín, A. y Ochoa, C. (1976). *Música y Dramatización*. Madrid: UNED.

Sierra, M.A. (1997). La Expresión corporal como contenido de la Educación Física escolar. *Revista Electrónica Áskesis*, nº 1.

Sierra, M.A. (2000): *La Expresión Corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física*. Tesis Doctoral. Madrid: UNED.

Stokoe, P. (1982). *La Expresión Corporal y el niño*. Buenos Aires: Ricordi.

Stokoe, P. (1990). *Expresión corporal: Arte, Salud y Educación*. Buenos Aires: Humánitas.

Torres, J. (2000). *La actividad física para el ocio y el tiempo libre. Una propuesta didáctica*. Granada: Proyecto Sur.

Trigo, E. (2001). Cuerpo y creatividad. *Tándem*, 3, 5-24.

Vázquez, B. (1989). *La Educación Física en la Educación Básica*. Madrid: Gymnos.

Vázquez, B. (2001). *Bases Educativas de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: Síntesis.

Villada, P. (1997). Expresión Corporal. En F.J.Castejón, (Coord.). *Manual del maestro especialista en Educación Física* (pp. 101-135). Madrid: Pila Teleña.

Zagalaz, M.L. (2001). *Corrientes y tendencias de la Educación Física*. Barcelona: Inde.

Fecha de recepción: 2/12/2014

Fecha de aceptación: 5/1/2015