

**Original**

**LA ACTIVIDAD LÚDICA PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL**

**Playful activity for the development of corporal expression**

Lic. Nancy Cristina Mera-Ramos. Licenciada en Educación Parvularia, Escuela Alfonso Ricardo Troya. Latacunga, [cristymera03@hotmail.com](mailto:cristymera03@hotmail.com) , Ecuador

Lic. Mónica Alexandra Santamaría-Rodríguez, Licenciada en Educación Parvularia, Unidad Educativa Guayaquil. Ecuador.

Recibido: 7/11/2017

Aceptado: 18/12/2017

**RESUMEN**

La presente investigación hace referencia a las actividades lúdicas y su incidencia en el desarrollo de la expresión corporal en niños/niñas de 4-5 años de la Unidad Educativa Alfonso Ricardo Troya. A partir de la participación del director, maestros y niños de la institución, se concluyó que existe una escasa aplicación de estas como estrategia metodológica para el desarrollo de la expresión corporal, haciendo de las clases un tanto monótonas, desaprovechando la riqueza cultural, pedagógica, y la creatividad de los infantes. Una vez detectado el problema a partir de la investigación exploratoria se elaboraron los instrumentos adecuados para la recolección y el procesamiento de la información. En función de lo revelado por la investigación se procede a plantear la propuesta de solución, que contempla un manual de actividades para desarrollar la expresión corporal. El uso de este manual permitió determinar que existe una correlación directa entre las actividades lúdicas, los juegos y el desarrollo de la expresión corporal.

**PALABRAS CLAVES:** actividad lúdica; expresión corporal; manual de juegos

**ABSTRACT**

This research refers to recreational activities and their impact on the development of corporal expression in children of 4-5 years of the educational unit Alfonso Ricardo Troya. With the participation of the Director, teachers and children of the institution, it was concluded that there is a scarce application of the games as a methodological strategy for the development of corporal expression, making the classes somewhat monotonous, taking advantage of the Cultural richness, pedagogical, and the creativity of small students. Once the problem was detected from exploratory research, appropriate tools were developed for the collection and

processing of information. Depending on what is revealed by the research, the proposal for a solution, which includes a manual of games to develop corporal expression, is preceded. It was determined that there was a direct correlation between the games and the development of corporal expression.

**KEY WORDS:** recreational activity; corporal expression; games manual

## **INTRODUCCIÓN**

La expresión corporal como manifestación artística se basa y se nutre de la expresión corporal cotidiana, pero que como toda actividad de este tipo reelabora lo cotidiano para presentar un producto artístico con una gran carga emocional y estética. Como componente de la educación musical garantiza la vivencia e interiorización de la música y su corporización. Cada gesto, movimiento, quietud, debe tener un sentido propio, que ayuda a que la persona sienta, piense, se emocione, con una visión educativa, y contribuye al desarrollo estético. La expresión corporal coadyuva a la formación de valores, pues atañe muy de cerca a la espiritualidad.

En el caso específico de los niños contribuye a la adaptación a cambios físicos y psíquicos que se experimentan en estas edades. Ayuda a evitar la fatiga por cuanto constituye un factor de equilibrio y relajación con relación a las tareas intelectuales. La expresión corporal a la vez que utiliza el cuerpo como su medio expresivo lo educa y permite el descubrimiento de sus posibilidades gestuales, movilizativas, sonoras; lo cual incluye no solo la voz sino también la percusión corporal y los sonidos internos del organismo. (Morales, X. 2012)

Es importante destacar que el desarrollo exitoso de esta actividad solo es posible si está acompañado de un enfoque lúdico pues mediante el juego se pueden lograr con mayor efectividad los objetivos de la educación de los niños de las primeras edades. Por ello, si el juego es la herramienta de la infancia, con la cual los pequeños aprehenden el mundo, también debe ser la herramienta del educador para que tenga un efecto sobre esa infancia. Es necesario, pues, que aprenda y domine la utilización de esa herramienta, que conozca todas sus potencialidades y la aplique con inteligencia, y profesionalidad.

Sin embargo la práctica de los juegos en las primeras edades ha ido decayendo, el desconocimiento de los docentes y el inapropiado uso de dichos juegos y actividades lúdicas para el trabajo con la expresión corporal, han provocado un bajo desarrollo integral de los niños, por ello es necesario trabajar y favorecer el dominio de su expresión corporal, para que puedan

desenvolverse con autonomía en su contexto, e inculcarles un infinito conocimiento de nuestra cultura y así fortalecer su identidad.

La inadecuada vinculación de juegos y actividades lúdicas, al desarrollo de la expresión corporal, provoca el desinterés en niños/niñas de 4-5 años para desarrollar la expresión corporal. Por ello, para comprender mejor el proceso educativo relacionado con el juego y las actividades lúdicas es necesario partir de una categoría importante y generalizadora que es la lúdica.

La lúdica es una actitud, una predisposición del ser frente a la cotidianidad, es una forma de estar en la vida, de relacionarse con ella, en esos espacios en que se producen disfrute, goce y felicidad, acompañados de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego, la chanza, el sentido del humor, la escritura y el arte. También otra serie de actividades en las cuales existen interacciones sociales, se pueden considerar lúdicas como son el baile, el amor y el afecto.

La lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica existe antes de saber que el profesor la va a propiciar. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas. El proceso educativo de los niños de las primeras edades debe poseer un enfoque lúdico ya que aplicar la pedagogía de lo lúdico significa hacer del proceso educativo un viaje a lo desconocido, donde los niños son los principales personajes; en el que el educador logre que su presencia, actuación, conducta, lenguaje, su personalidad sean lúdicos; establezca un equilibrio en las actividades, sin rupturas, sin fronteras rígidas y piense en su trabajo como algo serio y divertido.

El juego es acción lúdica, porque justamente permite como ninguna otra la construcción de un modelo simbólico de la realidad, sumergido en el cual, el ser humano de cualquier edad, sexo o clase social, podrá comprender mejor dicha realidad. Facilita el aprendizaje sin efectos traumáticos por los errores que se cometan durante el proceso, pues siempre será posible variar las reglas para hacer posible la aceptación de las alternativas que pudieran surgir sobre la marcha, lo que le confiere una posibilidad singular a los efectos de la educación y el desarrollo de la creatividad desde las edades más tempranas.

Es importante entonces, que el niño se eduque y aprenda en un ambiente lúdico ya que el juego ocupa un espacio importante en la vida del niño; al realizar acciones lúdicas con objetos crea bases para procesos intelectuales generales. El juego proporciona alto grado de placer, le permite conocer el mundo y recrearlo. Le da la posibilidad de manifestarse y satisfacer

significativamente su curiosidad, imaginación, su necesidad de actividad. Desarrolla la independencia, la autonomía, genera sentimientos, emociones y actitudes positivas. Es elemento potenciador del desarrollo de las diversas esferas que configuran la personalidad del niño. Es una actividad desarrolladora. Es una actividad modeladora por excelencia.

Durante el juego los niños ejercitan todo su cuerpo y ponen en práctica todas sus posibilidades que se hacen efectivas cuando los pequeños se sumergen en esta maravillosa actividad.

De ahí que sea tan importante que el niño se eduque, aprenda y se desarrolle integralmente en un ambiente lúdico, por lo que se necesita crear un entorno armonioso, un ambiente lúdico en el proceso educativo que exprese la actitud lúdica del educador.



Fig.1 Extraído de Enfoque lúdico, elaborado por Franco, Olga (2011).

Se puede afirmar que la modernización del sistema educativo permite considerar a los infantes como un ser integral, participativo, de manera tal que lo lúdico deje de ser exclusivo del tiempo de ocio y se incorpore al tiempo efectivo de todo proceso educativo.

De esta forma la actividad lúdica juega un importante papel en el desarrollo de la expresión corporal, entendida como una actividad que desarrolla la sensibilidad, la imaginación, la creatividad y la comunicación humana. Es un lenguaje por medio del cual el individuo puede sentirse, percibirse, conocerse y manifestarse. La práctica de la expresión corporal proporciona un verdadero placer por el descubrimiento del cuerpo en movimiento y la seguridad de su dominio.

Porstein, A. (2009) Expresa que la expresión corporal se puede definir como la capacidad que posee el alumno para expresar sentimientos, sensaciones, pensamientos, con el cuerpo, es decir, para comunicarse sin palabras a través de gestos y movimientos.

No debe dejar de mencionarse que la expresión corporal posee diversas fuentes: el cuerpo como objeto y sujeto de la actividad, la música, los sonidos, los diseños, las formas, el color, la plástica, los movimientos naturales de locomoción, las calidades de movimientos, los instrumentos musicales, los objetos, los juegos sociales y la naturaleza. Estas fuentes son diferentes estímulos que pueden servir de inspiración, de motivación y de orientación a la actividad. Aspectos que se tienen en cuenta por los educadores, en la dirección del proceso educativo de los niños/niñas. (Morales, X., 2012)

Para la autora antes citada la expresión corporal tiene como fines generales:

- Lograr una correcta coordinación neuro-muscular.
- Fortalecer el desarrollo anátomo-fisiológico.
- Estimular la coordinación del movimiento corporal como respuesta a los distintos estímulos.
- Desarrollar emociones éticas y estéticas positivas.
- Desarrollar la capacidad de sentir y disfrutar la música, el movimiento, el silencio y la quietud.
- Propiciar la expresión y comunicación de los estados anímicos y vivencias personales, transformándolas en imágenes estéticas.
- Lograr la integración al grupo y el esfuerzo dirigido a un fin estético común.
- Asumir una actitud consecuente ante los cambios físicos y psíquicos que se experimentan en las distintas edades.
- Estimular la búsqueda de nuevas formas de expresión y de comunicación que lo acerquen al grupo sin perder su individualidad.
- Eliminar rasgos de individualismo o inhibiciones que puedan darse en el desarrollo de la personalidad.
- Desarrollar hábitos y normas de convivencia social.
- Desarrollar capacidades, habilidades y hábitos del pensamiento lógico, comunicativo y de trabajo con las fuentes del conocimiento.

Gispert C. (1993) considera que la expresión corporal consiste en el encuentro y la exploración de nuevos movimientos más que el dominio de nuevas técnicas y vocabulario, se pretende ayudar a que el cuerpo piense, se emocione y transforme la actividad psicoactiva en movimientos, gestos y ademanes cargados de sentido.

La expresión corporal se debe incluir en Educación Inicial porque está estrechamente relacionada a determinadas características de los niños de este nivel:

- Espontaneidad y frescura en las respuestas motoras.
- Un alto nivel de desinhibición.
- La curiosidad por explorar lo nuevo y crear situaciones imaginarias
- Su capacidad de jugar simbólicamente
- Su inclinación natural a exteriorizar sus emociones y sensaciones a través del cuerpo y del movimiento. (Porstein, A., 2009).

La expresión corporal es de vital importancia en el nivel inicial, el desarrollar el lenguaje corporal desde tempranas edades favorecerá a que los niños/niñas sean entes expresivos, comunicativos, sociables; sin ningún prejuicio, sin ningún recelo; personas capaces de desenvolverse de manera segura y autónoma en su medio.

La expresión corporal tiene una doble finalidad: por un lado, sirve como base de aprendizajes específicos y por otro, fundamentalmente tiene un valor en sí misma ya que colabora en el desarrollo del bagaje experimental del niño. (Ridocci, 2009). pág. 38. La finalidad de la expresión corporal es que a través de ésta el estudiante aprenderá a conocer su cuerpo, sus alcances y limitaciones, lo que le brindará confianza y seguridad en sí mismo.

Es importante enfocar el desarrollo psicomotor de los niños, la construcción de espacios lúdicos, la adecuada selección de materiales según el nivel del grupo, la importancia de la observación del docente y su registro, favorecerá un próspero y efectivo desarrollo de la expresión corporal en el alumnado. (Porstein A., 2009).

Porstein, A. (2009) se refiere a la importancia de la expresión corporal desde que el niño construye en cada actividad la solución a la tarea y no simplemente a repetirlo. Da importancia a la reconstrucción de acciones, esta forma de entender los aprendizajes hace que aumenten y se fijen los conocimientos y se afiancen. De esta manera, la retención de los aprendizajes será mayor, porque la implicación de la persona en la actividad aumenta. Es importante entonces que los docentes sean capaces de tener en cuenta los conocimientos previos de sus alumnos, así como las posibilidades reales del aprendizaje, además, tener un panorama de las peculiaridades de cada niño, para de ese modo poder trabajar adecuadamente en el contexto educativo.

La expresión corporal es muy beneficiosa para el desarrollo de la autopercepción, la conciencia del cuerpo y habilidades comunicacionales diversas, constituye una forma diferente de ejercitar

el cuerpo, aunque este no sea realmente su finalidad, es un instrumento para conocerse, percibirse, manifestarse, permitiendo el desarrollo de capacidades físicas, emocionales, creativas, sociales, contribuyendo al desarrollo integral de la persona. (Lioi, J.L., 2013)

Según Lioi, J.L (2013:5) “la expresión corporal para niños, es un recurso pedagógico de gran eficacia y una opción excelente para el desarrollo de su conducta, personalidad, capacidad física e intelectual. En la etapa infantil, gran parte del aprendizaje se asimila corporalmente. En la infancia, el cuerpo toma un protagonismo central en el desarrollo evolutivo. La expresión corporal para niños, puede entonces convertirse en una herramienta de enseñanza-aprendizaje”.

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

La propuesta que se presenta se centra en solucionar el problema detectado, a través de un manual de juegos que fortalece y mejora el desarrollo de la expresión corporal, aportando nuevas ideas para la enseñanza-aprendizaje de los niños/niñas. La propuesta presenta novedad ya que se trabaja el rescate de juegos tradicionales y diversas acciones lúdicas para desarrollar la expresión corporal de los niños/niñas lo que le permitirá su fortalecimiento desde el punto de vista físico, cognitivo y emocional y promover un adecuado desenvolvimiento social. Se aplicó con tres docentes y quince niños/niñas de 4-5 años de la Unidad Educativa Alfonso Ricardo Troya.

El manual de actividades lúdicas para desarrollar la expresión corporal consta de: portada, introducción, índice y diversas actividades a trabajar, que se pueden aplicar en diferente orden. Cada actividad consta de: objetivo, desarrollo en expresión corporal, tiempo, reglas, materiales, desarrollo de juegos, acciones lúdicas y evaluación. Está dividido en 4 partes: En la primera parte se incluyen actividades lúdicas con objetos, estos son:

- El trompo.
- La rayuela.
- Saltando la soga.
- La perinola.
- El yoyo.

En la segunda parte se incluyen a los juegos tradicionales con partes del cuerpo, estos son:

- El zumbambico.
- Las canicas.

- La resortera o flecha.
- 3 piernas.
- Los tillos.

En la tercera parte se incluyen a los juegos de percusión, estos son:

- El gato y el ratón.
- El balero.
- La macateta.
- La lobito o juguemos en el bosque.
- Las cintas.

En la cuarta parte se incluyen a los juegos verbales, estos son:

- La gallinita ciega.
- El florón.
- Esconder el trapo.
- El rey manda.
- El elástico.

El manual da pautas a seguir para mejorar las posibilidades motrices, expresivas y creativas de los niños/niñas, también permite integrar sus interacciones a nivel del lenguaje y de las emociones. Es un material que favorece la preparación de los docentes y permite fortalecer valores, facilitar la integración con su contexto y conservar las raíces vivas de los juegos ancestrales.

## **ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Después de aplicado el Manual, se realizaron observaciones y encuestas con vista corroborar la efectividad de la propuesta. En el intercambio con los educadores se pudo determinar que:

De los tres docentes encuestados que representan el 100%, dos docentes que equivalen al 67% sí realizan actividades que involucran los juegos, un docente que equivale al 33% no realiza actividades lúdicas, ni juegos con sus alumnos.

Se evidencia que la mayoría de los docentes sí realizan actividades en donde se involucran las actividades lúdicas, para el desarrollo de la expresión corporal, dando el mayor número de alternativas formativas para el niño/niña. El otro docente no incorpora actividades con juegos. Los tres docentes encuestados que representan el 100%, consideran a la expresión corporal una estrategia metodológica.

Se pudo comprobar además que los maestros encuestados conocen la importancia que tienen las actividades lúdicas en el buen desarrollo de la expresión corporal, aunque se puede incrementar la preparación para lograr un desarrollo óptimo del proceso docente educativo.

En las observaciones realizadas a las actividades docentes se pudo comprobar que debido al uso del folleto el desarrollo de la expresión corporal está ligada indisolublemente a diversas actividades lúdicas y el juego, y los niños pudieron disfrutar del movimiento, y mejorar sus capacidades físicas; desarrollaron su creatividad, competencias sociales, imaginación, percepción, memoria, capacidad espacial con ejercicios libres sin estereotipos motores.

Los educadores mostraron dominio, seguridad, mayor variedad en las actividades, mayor capacidad para organizar el proceso docente educativo lo que favorece que el niño/niña aprenda a conocer su cuerpo, se exprese con facilidad y se relacione con los demás.

## CONCLUSIONES

- Para lograr mayor efectividad en el desarrollo de la expresión corporal es necesario que esta se vincule con actividades lúdicas y el juego.
- La elaboración y aplicación de folletos que vinculen la expresión corporal con acciones lúdicas y juegos influye positivamente en el desarrollo de la creatividad, competencias sociales, imaginación, percepción, memoria, capacidad espacial de los niños/niñas y la preparación de los educadores.
- Independientemente de los resultados positivos en el desarrollo físico, cognitivo y afectivo de los niños/niñas, a partir de la utilización del folleto, en la Unidad Educativa se debe perfeccionar aún más el proceso de enseñanza-aprendizaje de la expresión corporal.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña, E. Los juegos tradicionales. Obtenido de ¿Qué son los juegos tradicionales?: [http://juegostradicion.blogspot.com/ Consultado](http://juegostradicion.blogspot.com/) (15 de febrero de 2013).
- Almudena, M. (2008). El arte de jugar. Obtenido de La importancia de los juegos en el ámbito pedagógico: [aprendiendojugando.blogspot.com](http://aprendiendojugando.blogspot.com)
- Burgos, E. Los juegos tradicionales en la escuela. <http://psicopedagogias.blogspot.com/2008/02/los-juegos-tradicionales-en-la-escuela.html> Consultado (27 de enero de 2012).
- Consulta, M. d. (1999). Importancia del juego, tipos de juego. Escuela deportiva. Manual de Consulta y Desarrollo Didáctico en Educación Física. (págs. 10, 11, 13,17). Quito: LEXUS.

- Educación, M. (2014). Caracterización de los ejes de desarrollo y aprendizaje. En M. d. Educación., Currículo de Educación Inicial 2014. (págs. 19,20). Quito: Registro oficial.
- Franco, O. (1986). El juego en la edad preescolar. En El juego y la Educación Laboral en el Círculo Infantil. La Habana: Pueblo y Educación.
- Franco, O. (2011). Lecturas sobre el juego. La Habana: Pueblo y Educación.
- Gispert, C. (1993). Educación física. Expresión Corporal. En C. Gispert, Manual de la Educación. (pág. 613). Quito: Océano.
- Gispert, C. (2006). Didáctica General. En C. Gispert. Manual de la Educación. (págs. 131,132.). Quito: Océano.
- Lioi, L. Qué es la expresión corporal: características y beneficios INNATIA [www.innatia.com/s/c-expresion-corporal/a-que-es-la-expresion](http://www.innatia.com/s/c-expresion-corporal/a-que-es-la-expresion). Consultado 10 de enero 2017
- Morales, X y Rodríguez, I. (2012). La expresión corporal. La Habana: Pueblo y Educación.
- Moreno, H. (2010). Expresión corporal. En H. Moreno, Teatro juvenil. Manual práctico para el desarrollo de la actividad teatral. (pág. 44). Cuenca: Aula Alegre. Magisterio.
- NUR, U. (1999). La planificación de clases basada en el ciclo de aprendizaje. En U. NUR, Estrategias Educativas para el Aprendizaje Activo (pág. 170). Quito: Gráficas Universal.
- Porstein, A. (2009). Expresión corporal. En A. Porstein, Cuerpo, juego y movimiento en el Nivel Inicial. Propuestas de Educación Física y Expresión Corporal. (pág. 36). Quito: Homo Sapiens.
- Ridocci, M. (2009). En M. Ridocci, Expresión corporal. Arte del movimiento. Las bases prácticas del lenguaje expresivo. (pág. 18). Almagro, 38: Biblioteca Nueva, S. L., Madrid (2009)