PROPÓSITO:

IDENTIFICAR A LA GIMNASIA Y SUS DISCIPLINAS COMO INSTRUMENTO PARA DESARROLLAR LA EXPRESION CORPORAL A TRAVÉS DE SU PRACTICA DEPORTIVa

MOTIVACIÓN:

Estimados estudiantes, en la siguiente guía va a encontrar actividades que se van a realizar durante las próximas dos semanas, dentro de la misma van a encontrar los textos o contenidos con el fin de apoyar el desarrollo de la misma y favorecer la comprensión del tema.

- Que observas en la imagen



observ el video

EXPLICACIÓN:

OBSERVA A CONTINUACIÓN LAS SIGUIENTES DIAPOSITIVAS

Qué es el lenguaje corporal?

https://prezi.com/adzmbotzh9ss/lenguaje-corporal/

El lenguaje corporal es una forma de comunicación que utiliza los gestos, posturas y movimientos del cuerpo y rostro para transmitir información sobre las emociones y pensamientos del emisor.

Suele realizarse a nivel inconsciente, de manera que habitualmente es un indicador muy claro del estado emocional de las personas. Junto con la entonación vocal forma parte de la comunicación no verbal.

El idioma del cuerpo no debe ser tomado como una verdad absoluta porque existen muchos factores ambientales que pueden influir sobre él. Por eso nunca debes llegar a una conclusión interpretando un único signo corporal; la clave está en observar conjuntos de signos congruentes entre sí y descartar posibles causas externas (temperatura, ruido, cansancio, etc).

Dicho esto, veamos todo lo que somos capaces de comunicar con nuestro cuerpo

EL GESTO Y EL MOVIMIENTO.

https://prezi.com/p/hwntepavpo3t/lenguaje-corporal...

El gesto y el movimiento son los componentes esenciales de la Expresión Corporal que, además de ser capacidades funcionales son medios de expresión y comunicacióny constituye, para los pequeños menores de un año, su medio de **comunicación prelingüística** y para todos los humanos en general lo que normalmente denominamos **comunicación no verbal.**

Los gestos forman parte de la comunicación no verbal. Son movimientos expresivos del cuerpo, un lenguaje corporal que expresa distintos estados de ánimo. Los gestos son clave en la Expresión Corporal.

Para T. Motos el gesto es un lenguaje pre-verbal que comienza con el nacimiento. Durante el primer año de vida del niño el gesto es el medio de expresión, que va dando paso al lenguaje hablado. Cuando se desarrolla el habla, el gesto pasa a un nivel subconsciente, de donde deriva la importancia de éste como revelador de la personalidad.

En los primeros estadios evolutivos aparecen tres tipos fundamentales de gestos:

- **Automáticos o reflejos**: aparecen durante los primeros meses de vida. Los gestos mas significativos consisten en gritos, sonrisas, diferentes movimientos reflejos (prensores, de alargamiento, etc.).
- **Emocionales**: marcan el segundo periodo de evolución de la consciencia. Los gestos correspondientes a esta etapa estarían relacionados con las emociones de miedo, cólera, envidia, alegría, etc.
- **Proyectivos:** aparecen alrededor de los 6 años, entre el desarrollo de la consciencia emocional y la objetiva. Nos referimos a los gestos de intervención como pueden ser los ruegos, preguntas, aclaraciones, asombros, consuelo, etc.

Los gestos en la vida diaria escolar ofrecen al profesorado datos variados de cómo se muestra el alumnado (nervioso, tranquilo, excitado, inquieto,...)

Podemos definir además, el GESTO como: “movimiento significativo o lenguaje que comunica a los demás con intención”. (sheflen).

Según este autor el Gesto puede ser de 4 tipos:

1.Gesto de referencias: son los referidos a las cosas o las personas sobre las que se está hablando. Por ejemplo: apuntar con el dedo índice.

2.Gestos enfáticos: son los referidos a los indicadores de énfasis o fuerza de expresión, como por ejemplo; golpear con el puño.

3.Gestos demostrativos: son los que se emplean para indicar la dimensión de algo. Por ejemplo, brazos abiertos en círculo, para indicar algo grande.

4.Gestos táctiles: son breves contactos con el que escucha. Ejemplo: los dedos en O.K.

Sin embargo, el MOVIMIENTO, es una coordina del cuerpo y puede dividirse y llevarse a cabo en 2 tipos de espacio, el físico y el social.

1.El espacio físico: es el lugar o movimiento de ojos, manos, piernas,...etc.

2.El espacio social: es el lugar del movimiento expresivo y comunicativo de las sensaciones, emociones...

LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO AYUDA EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD Y DE LA AUTONIMIA PERONAL.

Es a partir del propio movimiento, de sus gestos y en el marco de la interacción social, cuando niños y niñas aprenden a **conocer su cuerpo** y a utilizarlo como medio de expresión y de intervención en el medio.

El esquema corporal es la base de la expresión corporal, las posibilidades de comunicación con el lenguaje corporal dependen del conocimiento y dominio del propio cuerpo.

La expresión corporal ayuda al alumnado en la formación del concepto de sí mismo y contribuye también a la adquisición de los instrumentos básicos para el control del propio cuerpo y la acción sobre la realidad.

Sobre estas bases se construyen la **identidad personal** y desarrollan su **autonomía**.

Donde destacamos términos como:

- **Identidad existencial**: que consiste en saberse iuna identidad individual que permanece a lo largo del tiempo.
- **Identidad categorial** o conocimientos estables referidos a su propia persona que incluye el sí mismo corporal, sexual, social, etc.

La expresión corporal contribuye masivamente en la construcción de la identidad y de la autonomía personal porque es la **base de los primeros vínculos sociales**.

La expresión corporal ayuda a que el alumnado descubra su cuerpo y tenga conciencia de él y también a que se relacione con el mundo de los demás (conocer, aceptar, colaborar y respetar al otro). A través de su cuerpo, toman conciencia del mundo.

Las conquistas del alumnado a través de la expresión corporal serán:

Aprendizaje de las relaciones existentes entre las distintas partes de su cuerpo y de la posibilidad de acciones de su cuerpo con la realidad que le rodea.

Mayor autonomía en sus movimientos.

Control de movimientos complejos: cambiar de ritmo como respuesta a una señal.

EL MIMO

https://prezi.com/4b1wubtug27z/expresion-corporal/

La finalidad del mimo se podría resumir en una frase: *“Hacer visible lo invisible”.*

Nos referimos a mimo corporal o mimo dramático como tipo de teatro físico creado por Étienne Decroux (1898-1991). Es un arte dramático del movimiento. Esta es la diferencia con la pantomima, que es más un intento de cambiar palabras por gestos.

La palabra mimo proviene del griego “mimeomai” que significa *imitar*.

El objetivo del mimo corporal dramático es introducir el drama dentro del cuerpo. Debe aplicar al movimiento físico esos principios que están en el corazón del drama: pausa, vacilación, peso, resistencia y sorpresa.

La pedagogía del mimo corporal permite al actor adquirir un estado mayor de autonomía,

multiplicando sus posibilidades físicas e imaginativas a través del estudio de una técnica.

Técnicas

Principalmente para caracterizar a un mimo, además de sus técnicas y ensayos, no podemos olvidar dos aspectos muy importantes como son el maquillaje y el vestuario.

En cuanto al maquillaje, el mimo se caracteriza por tener la cara blanca con detalles de otros colores que hacen que sobresalgan los gestos.

El vestuario mejora la impresión visual de todo el equipo. El equipo debe estar uniformado, con ropa cómoda, que facilita la libertad de movimientos. Las faldas y los pantalones no deben ser muy apretados, y es mucho mejor usar deportivas o algún calzado cómodo que zapatos.

Los colores clásicos del mimo son el negro, blanco y rojo, además de sus combinaciones. Los tirantes, chalecos, gorras, etc., dan un toque especial. Y lo más importante son los guantes blancos, imprescindibles para resaltar las manos y sus movimientos.

La mímica comprende las actitudes, los gestos, los manejos de la fisonomía; en fin, todos los movimientos del cuerpo; comprende también la risa, el llanto, los gritos y todas las inflexiones espontáneas de la voz.

Las acciones mímicas se dividen en cinco:

1. Movimientos de acción; movimientos necesarios para consumar una acción: beber, caminar, etc.
2. Movimientos de caracteres; son permanentes y determinan el carácter, los hábitos y la cualidad de un personaje.
3. Movimientos instintivos; son espontáneos, involuntarios y traicionan una emoción, una sensación física o moral.
4. Movimientos descriptivos o parlantes; son voluntarios, reflexivos, compuestos y tienen por objeto expresar un pensamiento, una necesidad, una voluntad, o describir un personaje, un objeto, o indicar un punto, una dirección.
5. Movimientos complementarios; son aquellos en los que participa todo el cuerpo en la expresión significada por el movimiento principal, a fin de dar a esta expresión más fuerza y armonía.

Para que sea completa, una expresión mímica exige todo a la vez: la actitud, el manejo de la fisonomía y el gesto.

- Las expresiones de carácter se componen sobre todo de actitudes.
- Las expresiones instintivas se componen sobre todo del manejo de la fisonomía.
- Las expresiones descriptivas o parlantes se componen sobre todo de los ademanes de las manos.

Para un actor el arte mímico consiste en adquirir:

1. Flexibilidad y movilidad de su cuerpo, sus miembros y músculos del rostro.
2. El conocimiento de todos los movimientos que él pueda ejecutar.
3. La facilidad de precisión en la ejecución de todos esos movimientos.
4. La conciencia perfecta del significado de cada uno de esos movimientos.

EJERCICIOS:

DESCARGA LA SIGIENTE GUIA

6cce76ff33-lenguaje-corporal.pdf

DESCARGAR LA GUIAY RESUELVE

- 1.Realizar un esquema corporal
- 2.Tomar fotos realizando gestos con tu cara
- 3.Realiza un video ejecutado un mimo representando un valor

EVALUACIÓN:

Va a reflexionar respecto a cómo se sintió y qué tanto aprendió en el desarrollo de esta guía didáctica:

¿Qué aprendió?

_____
_____

¿Qué le gustó?

_____
_____

¿Qué se le dificultó?

_____
_____

BIBLIOGRAFÍA:

WIKIPEDIA Y YOU TUBE

es.slideshare.net