

FUNDAMENTOS DE LA EXPRESION CORPORAL

MOTIVACION

- Que observas en la imagen.

R/ Lo que yo veo, es las características del lenguaje corporal, donde nos están enseñando.

Las expresiones faciales, los gestos, las posturas, apariencias, tríplicas y entre mas.

- Observa y escribe tu opinion de los siguientes videos.

R/ Un grupo de estudiantes que estan bailando y tambien estan haciendo expresion corporal.

INTRODUCCION.

La expresion corporal puede ser definida como aquella tecnica, que a traves del cuerpo trata de interpretar las acciones y sentimientos.

La expresion corporal surge como corriente de la educacion fisica en la decada de los 60's. Orientada hacia la creatividad y libre expresividad del cuerpo, movimiento en donde se trabaja el cuerpo, espacio

Puntos importantes en la expresión corporal en la educación física.

- las personas son ser social, que necesita relacionarse, para la cual utiliza diferentes instrumentos (sonidos, palabras, gestos).
- la persona comienza a estructurarse a partir de las experiencias corporales y modifican con las experiencias y relaciones.
- Constituyen una vía llena de bienestar y satisfacción personal.

TOMA DE CONCIENCIA CORPORAL

El ser humano se manifiesta mediante el cuerpo, podemos observar que la toma de conciencia del cuerpo hace referencia al propio cuerpo a la aceptación de sus limitaciones y al conocimiento de sus aptitudes.

1. El tono.
2. la respiración y relajación.
3. la colocación de los segmentos.
4. la toma de conciencia del cuerpo en posiciones inhábiles.
5. la representación mental del cuerpo en movimiento.

Toma de conciencia espacial

La toma de conciencia al entorno es decir, todos los que lo rodea y de ellos recibimos estímulos que producen reacciones de nosotros manejan aspectos relacionados con los órganos de los sentidos.

1. Discriminación visual: la agudeza visual permite percibir los pequeños detalles en el espacio.

2. Discriminación táctil: son las percepciones del cuerpo a través del tacto.

3. Discriminación auditiva: Orientación en el espacio gracias a los sonidos.

4. Descripción científica: táctil es el reconocimiento de formas sin la participación del sentido visual.

5. Discriminación cinestésicas: Es la producción y memorización de recorridos en el espacio de la participación de sentido visual.

sentido preventivo también aumenta buscando ser cada vez más exigente cuando escuchas con tu cuerpo, vives tu propia experiencia interior la conciencia corporal existe nosotros primeros días de vida. Poco a poco vamos descubriendo por nosotros mismos la coordinación y jugamos con nuestro cuerpo (mueves, miramos las manos, girar las manos) Paso a paso el cerebro va evolucionando y organizando esos movimientos hasta que llegamos hacer capaces de ponernos de pie y equilibrarnos.

Algo que menciono frecuentemente la frecuencia en mis clases de pilates (que forman parte del negocio método) el poder desarrollar esa capacidad de escucharnos a nosotros mismos, ser capaces de movernos de forma conciente.

SEÑALE UNA SERIE DE ASPECTOS QUE ESTAN MUY RELACIONADOS CON EL CONDOMINIO DEL ESPACIO.

Percepción.

Procedimiento de recibir, elaborar e interpretar estímulos y darle un significado.

Espacio.

Extencion en la que estan contenidos todas los cuerpos existen.

Percepcion Espacial.

Adaptacion y toma de conciencia de nuestro cuerpo y sus posibles funciones relacionado con el espacio que lo rodea y todo lo que se encuentra a su alrededor.

Espacio perceptivo.

En este plano sensoriomotor de 0 a 2 años y preparatorio de 3 a 6 años establece relaciones con los objetivos.

La preparacion espacial se desarrolla de forma progresiva.

- ①. Espacio propio.
- ②. Espacio proximo.
- ③. Espacio lejano.

Espacio dramático.

Es el espacio de la ficción, la construcción de este depende mucho de las indicaciones que plasma el autor del texto como también el esfuerzo de la imaginación, del espectador.

Espacio escénico.

Lugar donde un autor presenta un personaje espacio real y verdadero en donde se desplazan los actores.

QUE ES EL GESTO,
POSTURA, MIRADA, RITMO DINAMIA
Y EXPRESION DRAMATICA

El gesto.

Es una forma importante de comunicación no verbal o comunicación no vocal en la que expresiones corporales visibles comunican mensajes determinados, ya sea en lugar de, o en conjunción con el habla, los gestos incluyen el movimiento de las manos, la cara ect.

Postura.

Es la disposición del cuerpo en relación a un sistema de referencia determinado.

Mirada.

Contiene gran poder exclusivo y es un medio muy eficaz para la comunicación. Es implicativa, ya que denota el estado emocional y afectivo del sujeto en ese determinado momento.

El Ritmo.

Es el orden acompañado en la sucesión de las cosas. se trata de un movimiento controlado o circulando que se producen por la ordenación.

La danza:

Es un arte donde se utiliza el movimiento corporal generalmente con música, con una forma de expresión y interacción social con fines de entrenamiento, artístico, reproductivos y religiosos.

Expresión dramática:

La expresión dramática es la actividad dentro de la E.F que se presenta de forma compleja como dinámica de grupo, como actividad creativa y como actividad didáctica.

EVALUACIÓN:

Va a reflexionar respecto a como se sintió y que tanto aprendió en el desarrollo de esta guía didáctica.

¿Que aprendió?

Aprendí sobre la expresión corporal y la importancia y la conciencia especial y corporal.

¿Que le gusto?

Me gusta aprender nuevas cosas, para poder tomarlas en práctica y demostrar mis conocimientos.

¿Que se le dificultó?

No se me dificultó nada en este tema.