

fundamentos de la expresión corporal

1.) ¿Qué es la expresión corporal?

R: Es un término ambivalente y polisémico que puede ser definido, según arteaga, viciana y conde (1994), como un proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra personalidad a través del cuerpo" o bien, como "aquella técnica, que a través del cuerpo, trata de interpretar las sensaciones y sentimientos"...

2.) ¿Cuál es la finalidad de la expresión corporal?

R: la comunicación con el mundo que nos rodea a través del cuerpo y el movimiento.

- * la creatividad y desinhibición.
- * la expresión y comunicación corporal deben ser procesos globales que alcancen un desarrollo íntegro de todas las capacidades.
- * constituye un medio de integración social, mejora la autoestima, la autovaloración y la socialización.
- * Hay que educar mediante las propias vivencias del alumno y teniendo en cuenta las consecuencias psicoevolutivas de los mismos.

3) En que consiste la toma de conciencia espacial y corporal y especial?

R: Toma de conciencia corporal: El ser humano se manifiesta a través de su presencia física, mediante el cuerpo, establece el contacto con la realidad exterior. Tras analizar las definiciones de diversos autores como Artega, García, Viciano, conde (1997) observamos que la toma de conciencia del cuerpo hace referencia al propio cuerpo, a la aceptación de sus limitaciones y al conocimiento de sus aptitudes.

Aspectos que se van a tratar dentro del esquema corporal:

- * El tono
- * la Respiración y relajación
- * la colocación de los segmentos
- * la toma de conciencia del cuerpo en situaciones inhabituales
- * la Representación mental del cuerpo en movimientos.

⇒ Toma de conciencia espacial: Según Trigueros (1990) el espacio es "la condición real de localización de todo lo que existe". Es el lugar por donde nos movemos y viene determinado por los estímulos que en él se producen.

4) Señale una serie de aspectos que están muy relacionados con el conocimiento del espacio.

* discriminación visual: Permite percibir pequeños detalles en el espacio.

* discriminación táctil: Son percepciones a través del tacto.

* discriminación auditiva: Orientación gracias a los sonidos.

* discriminación cinestésico - táctil: es el reconocimiento de formas sin la participación del sentido visual.

* discriminación cinestésico - laberíntica: es la reproducción y memorización de recorridos en el espacio sin la participación del sentido visual.

5:) Que es el gesto, postura, mirada, mimo, danza y expresión dramática.

⇒ Gesto: Según Pavis (1981), el gesto es un movimiento expresivo del cuerpo de intensidad variable, significativo, cargado de sentido que refleja el sentimiento, el deseo y la emoción de la persona. El gesto puede ser voluntario o involuntario.

⇒ Postura: Es la disposición del cuerpo en relación a un sistema de referencia determinado. Es característica de cada persona y nos proporciona la imagen de la personalidad de cada individuo.

⇒ Mirada: contiene gran poder expresivo 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. con la mirada se refuerzan los mensajes verbales y se mantiene activa la conversación.

⇒ mimo: Según Roberts (1983), el mimo es "el arte de saber crear lo invisible a través de lo visible". Es el lenguaje del gesto por excelencia. Es el más claro intento de utilizar el lenguaje corporal, prescindiendo de la palabra.

⇒ danza: García Ruso (1994), define la danza como aquella manifestación corporal en la cual conploten todos y cada uno de los factores que configuran el movimiento expresivo. Aunque su origen no es del todo preciso, todo parece indicar, que la danza ya se utilizaba en los pueblos primitivos como representación de ciertos simbolismos (sexo, guerra, religión...) que se expresaban a través del ritmo, la mímica y la coreografía.

⇒ expresión dramática: actividad dentro de la E.F que se presenta de formas complejas como dinámico de grupo, como actividad creativa y como actividad didáctica.

Evaluación:

¿Qué aprendió?

R: Que la expresión corporal es un proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra Personalidad a través del cuerpo trata de interpretar sensaciones y sentimientos.

¿Que le gustó?

R: Que la toma de conciencia corporal el ser humano se manifiesta a través de su presencia física mediante el cuerpo, a la aceptación de sus limitaciones y al conocimiento de sus aptitudes.

¿Que se le dificultó?

R: la expresión dramática, y los aspectos relacionados con el conocimiento del espacio.