

**Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física, en
estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.**

Jose Libardo Luna Sanabria
Joan Sebastián Pérez Getial



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca

Año 2019

**Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física, en
estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.**

Jose Libardo Luna Sanabria
Joan Sebastián Pérez Getial

Trabajo de grado para obtener el título de licenciado en educación física y deportes

Director:

Alberto Llanos Soto

Licenciado en educación física y deportes



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca
Año 2019

Dedicatoria

A Dios en primera instancia por darnos el don de la vida y a nuestras familias por el apoyo brindado durante el tiempo transcurrido en la universidad.

Agradecimientos

Un gran y sincero agradecimiento a nuestro director y asesor de trabajo de grado el licenciado Alberto Llanos Soto, por guiarnos de la mejor manera posible y ayudar a su manera a darle un enfoque más claro al presente trabajo.

De igual forma agradecemos al licenciado Edwin Rebolledo por la sabiduría impartida a lo largo de estos cinco años, su experticia y carisma hicieron de nuestro paso por esta alma mater una grata trayectoria.

Por último, damos gracias a todas aquellas personas que de una manera u otra colaboraron en el desarrollo de este trabajo.

Al Liceo Campestre Crecer por abrirnos las puertas de su institución y brindar su disposición frente al presente trabajo y a la licenciada Dahiana Liceth Vivas por acercarnos a dicho plantel.

Tabla de contenido

	Pág.
Introducción.....	7
Tema.....	8
Antecedentes.....	8
1. Planteamiento del problema.....	11
1.1. Formulación.....	12
1.2. Justificación.....	12
1.3. Objetivo general.....	14
1.4. Objetivos específicos.....	14
2. Estrategia metodológica.....	15
3. Marcos de referencia.....	15
3.1. Referente legal.....	15
3.2. Referente conceptual.....	16
3.2.1. Expresión corporal.....	16
3.2.2. El equilibrio.....	17
3.2.3. La coordinación.....	17
3.2.4. La psicomotricidad.....	18
3.2.5. Esquema corporal.....	18
3.2.6. La postura.....	19
3.2.7. El juego.....	19
3.2.8. El teatro.....	19
4. Marco teórico de la expresión corporal.....	20

4.1. Importancia de la expresión corporal en niños de 7 a 9 años.....	20
4.2. Elementos básicos de la expresión corporal.....	21
4.2.1 El cuerpo.....	21
4.2.2. El espacio.....	21
4.2.3. El tiempo.....	22
4.3. Esquema corporal.....	22
4.3.1. Tono.....	22
4.3.2. Respiración y relajación.....	23
4.3.3. Conciencia corporal.....	23
4.4. Movimiento corporal.....	24
4.4.1. Postura.....	24
4.4.2. La mirada.....	24
4.4.3. El mimo.....	25
4.5. El ritmo.....	25
4.5.1. Que es el ritmo.....	25
4.5.2. Actividades para desarrollar el ritmo en las clases de educación física.....	25
4.6. La dramatización como elemento expresivo.....	27
4.6.1. Que es la dramatización.....	27
4.6.2. Elementos teatrales en primaria.....	27
5. Guía metodológica para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física, en estudiantes de 7 a 9 años.....	29
5.1. Objetivos.....	29
5.2. Planteamiento.....	29

5.3. Estrategia metodológica.....	29
5.4. Unidades didácticas.....	30
6. Análisis de la validación.....	55
7. Conclusiones y recomendaciones.....	68
8. Referencias.....	69

Introducción

La expresión corporal hace parte importante de la asignatura de educación física, recreación y deportes, aunque es poco explorada en el aula de clase. Por tanto, este trabajo esta direccionado a dar a conocer que, mediante una guía de actividades de expresión corporal, se puede enseñar de una manera didáctica los distintos contenidos en la clase de educación física.

El énfasis de la propuesta es la educación física y su campo de aplicación es la educación formal. El proyecto está inscrito en el grupo de investigación AFYCAVI y a la línea de investigación pedagogía de la actividad física.

El proceso de intervención se realizó en el Liceo Campestre Crecer de la ciudad de Palmira, con los estudiantes entre los 7 y 9 años. Se hizo una entrevista al educador con el fin de saber que conocimientos tiene acerca del tema, ¿Si posee inquietudes respecto a la propuesta? y si ¿ha implementado la expresión corporal en sus clases? Las sesiones se llevaron a cabo con una intensidad de dos horas semanales los días martes y miércoles, durante dos meses, empleamos la guía de observación para visualizar el avance de los estudiantes en cada aspecto a evaluar.

Tema: La expresión corporal y la clase de educación física

Antecedentes

“Expresión corporal: una propuesta didáctica para mejorar la comunicación no verbal en el grado 2do del IED la nueva constitución” (2015), Correa, Chirva y Valderrama, Bogotá

Los autores en su proyecto investigativo concluyeron que *“la Educación Física le brinda al niño la oportunidad de salir del aula de clase y tener contacto con lo externo, rompiendo con la clase magistral”* (Pág.68). Por lo tanto, la Expresión Corporal se convierte en una herramienta valiosa. Otra conclusión es que *“el tema de la expresión corporal se considera que es un aspecto esencial que debe considerar todo educador físico en sus clases”*. (Pág.69).

Este antecedente nos aporta una forma de trabajar la expresión corporal de manera didáctica para poder adaptarla a nuestra población. Los autores hablan de mejorar la comunicación no verbal, algo muy importante en el desarrollo de este proyecto.

La expresión corporal en la realidad educativa (2012), Mar Montávez Martín, Córdoba (España)

Esta tesis doctoral llegó a varias conclusiones, una de ellas es que los maestros de la ciudad de Córdoba, son en mayoría docentes generalistas y solo un tercio son maestros de educación física, situación que dificulta mayormente el impartir clases de expresión corporal en la asignatura. *“Sorprende la sinceridad del profesorado cuando, gran parte del mismo, responde que no realiza nunca actividades de EC con su alumnado como actividad docente”*. (Pág.372).

Lo anterior no se aleja de lo sucedido en nuestro entorno, puesto que al igual que en la ciudad de Córdoba (España), en Palmira (Colombia) los docentes encargados de la asignatura de educación física en primaria tampoco son especialistas en el área.

De manera que consideramos este antecedente un aporte valioso para el proyecto, en la medida que, si bien la población a intervenir son los niños de 7 a 9 años, hay que tener claro que los docentes son los facilitadores del proceso enseñanza-aprendizaje y por ende es importante conocer la situación actual que tienen los educadores en cuanto a experiencia con el tema.

“Análisis de la importancia de la expresión corporal en el desarrollo psicomotor de los niños de 4 a 5 años del centro desarrollo infantil divino niño 1 del cuerpo de ingenieros del ejército de la ciudad de Quito; propuesta alternativa” (2012), Katherine Alexandra Calderón, Sangolquí (Ecuador)

La investigadora realizó un análisis estadístico porcentual, donde obtuvo como resultado, que: la expresión corporal es significativa para desarrollar destreza a nivel motor, cognitivo, social y afectivo que le permiten al niño desarrollar varios aspectos de su personalidad, de esta manera la expresión corporal y la psicomotricidad se entrelazan para contribuir a la formación de un ser íntegro. (Pág. 9).

Este análisis le aporta al proyecto, bases teóricas sobre la relación de la expresión corporal y la psicomotricidad y su influencia en el desarrollo de destrezas motoras y cognitivas. Este aspecto ayudará a entender la importancia de una buena expresión corporal al momento en que el niño realice actividades físicas en clase.

“Propuesta sobre expresión corporal como recurso pedagógico para el desarrollo psicomotor en niñas y niños de 3 a 4 años” (2010), Garzón y Jetón, Cuenca (Ecuador)

Las autoras determinaron que *“las Educadoras consideran que la Expresión Corporal es un recurso pedagógico importante, pero en la práctica no se ven planificadas actividades dirigidas a trabajar esta área”*. (Pág. 241). También realizan una recomendación *“Capacitar a los*

docentes en la práctica sobre actividades y técnicas que pueden ser utilizadas como recurso pedagógico en Pre-básica” (Pág.243).

Dicha propuesta ayudará al desarrollo de actividades de expresión corporal adaptadas a la edad de la muestra del proyecto, contribuirá a destacar la importancia de estimular la psicomotricidad a través de la expresión corporal desde edades tempranas.

“Elaboración de una guía motivacional de expresión corporal con la utilización de recursos didácticos elaborados con base en materiales reciclables para niñas de 4 a 5 años del centro de formación parvularia de práctica docente semillitas “César Francisco Naranjo” del cantón pujilí, periodo lectivo 2009-2010” (2010), Bárbara Martínez Guerrero, Latacunga (Ecuador)

La licenciada Martínez evidenció que *“los docentes de dicha institución tenían poco conocimiento sobre la expresión corporal y la influencia que ejerce ésta en la formación de los niños, tampoco contaban con una guía pedagógica para aplicarla en el proceso de enseñanza aprendizaje”*. (Pág.56). También que *“Las clases impartidas por el profesor son verticales y rutinarias, enfocándose únicamente en memorizar conceptos y repetirlos, impidiendo el desarrollo creativo de los estudiantes”*. (Pág.57).

Lo que aporta el anterior antecedente al proyecto es que, en determinado caso, si se requiriese de materiales para las actividades que se desarrollarán a lo largo del programa, se podrán elaborar con base en elementos reciclables que la institución o los mismos niños podrán aportar. Además, que demuestra la importancia de la expresión corporal como guía motivacional para el desarrollo de habilidades motrices.

Planteamiento del problema

En las instituciones educativas es usual ver la falta de un programa que se base en la expresión corporal. Esto recae en las pocas estrategias para trabajar la expresión corporal en niños de 7 a 9 años en el colegio Crecer, ocasionando un cumplimiento a medias, respecto a la competencia expresiva corporal.

Uno de los efectos provocados por lo antes mencionado, es la poca participación de los niños en actividades relacionadas con la expresión corporal. Cuando la institución lleva a cabo un evento de tipo artístico, como por ejemplo celebrar el día del idioma, los estudiantes suelen ser reacios a participar en representaciones escénicas, cantar, recitar o realizar cualquier tipo de actividad relacionada con tener que expresarse corporalmente.

Otro efecto que se produce, es el ambiente poco generador de la expresión corporal en la población a intervenir. Si bien se posee un entorno que permite a los niños participar en actividades expresivas corporales, dichas actividades son poco recurrentes y se limita así sus posibilidades creativas.

El desconocimiento de estrategias en expresión corporal, suele ser una de las causas para que no se apliquen las distintas actividades que permiten al docente explorar esta maravillosa herramienta en su clase de educación física, privándose de un enriquecimiento mutuo. Tal vez el miedo que siente el docente de abordar el tema erróneamente, se convierte en otra causa para que exista esa ausencia de estrategias. Temor que puede reforzarse si el maestro no se atreve a experimentar.

Formulación

El presente proyecto pretende estudiar la incidencia que tiene la Expresión corporal en la clase de educación física, por lo que se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo emplear la Expresión Corporal en la clase de educación física en los estudiantes de grado tercero entre los 7 y 9 años del Liceo Campestre Crecer de Palmira?

Justificación

A través de los años, los educadores físicos han utilizado distintos tipos de estrategias para dictar su cátedra de educación física, tratando de mantener el interés de sus estudiantes a la hora de enseñar los contenidos de la asignatura. Mediante las sesiones de clase en el colegio se olvidan de un recurso muy poco explorado en el área, tal vez por miedo a equivocarse, por no tener la experiencia suficiente o porque simplemente no le dan la importancia correspondiente a la expresión corporal y tienden a dejarla de lado.

Este proyecto servirá para explorar opciones distintas a una sesión normal de un docente que lleva a cabo la clase de educación física.

Esta propuesta se basa en utilizar la Expresión Corporal como medio de enseñanza-aprendizaje para darle cumplimiento a la competencia expresiva corporal. Esto permitiría obtener resultados en el tiempo, con los cuales la institución, sus docentes y los estudiantes de grado tercero podrían generar una nueva alternativa para el mejoramiento de la práctica deportiva y las actividades físicas que realicen a futuro.

La realización de la guía fundamentada en la expresión corporal, no solo ayudará a desarrollar la competencia expresiva en niños de 7 a 9 años, también impactará de manera positiva el entorno social de la institución, al lograr que los participantes se involucren en actividades que

permitirán estimular su creatividad, emplear mejor el uso del tiempo libre y vivenciar nuevas alternativas para su futuro como seres sociales.

La expresión corporal en la escuela adquiere un rol sumamente importante. Una estimulación adecuada con actividades amenas para los niños puede generar en ellos una motivación para su vida de adultos. Un comunicador social requiere tener un buen uso de su expresión oral y corporal, un artista debe manejar todo su cuerpo para lograr transmitir emociones a su público. Las expresiones faciales de un médico pueden transmitir tranquilidad o preocupación en sus pacientes. Un docente debe estar preparado para transmitir conocimientos a los estudiantes cuyo aprendizaje dependa de un lenguaje kinestésico. Estos son algunos de los casos que permiten ejemplificar los beneficios que traería para la sociedad, diseñar políticas o programas de expresión corporal en las instituciones educativas, puesto que la expresión corporal está inmersa en todas las profesiones. Por el momento, con este proyecto queremos acercarnos un poco a esa expectativa, influenciando positivamente a los niños de Crecer.

Objetivo General

Desarrollar la propuesta metodológica para trabajar la expresión corporal en la clase de educación física, en niños entre los 7 y 9 años del Liceo Campestre Crecer de Palmira.

Objetivos Específicos

- Abordar los contenidos teóricos de la expresión corporal y su enfoque en edades entre los 7 y 9 años para aplicarlos en la clase de educación física en el Liceo Campestre Crecer de Palmira.
- Diseñar una guía de actividades de expresión corporal, que facilite el proceso de enseñanza-aprendizaje en la clase de educación física en niños entre los 7 y 9 años del Liceo Campestre Crecer de Palmira.
- Implementar la guía metodológica para la expresión corporal en niños entre los 7 y 9 años del Liceo Campestre Crecer de Palmira.

Estrategia metodológica

El enfoque de este proyecto es un enfoque cualitativo, valoramos los aspectos que pueden darse en los estudiantes y se podrá evidenciar que cambios significativos obtuvieron después de ser intervenidos por el programa, aspectos como una mayor confianza, una mejor expresión no verbal, entre otros.

En parte se pretende medir el grado de relación que existe entre la expresión corporal y la clase de educación física. El tipo de investigación a realizar será la investigación descriptiva.

Este trabajo se llevó a cabo en el Liceo Campestre Crecer de la ciudad de Palmira. Se implementaron técnicas de investigación como, guías de observación para recabar los datos de los estudiantes durante las sesiones y saber su evolución. La entrevista al docente encargado para conocer sus inquietudes al respecto y su voluntad hacia el proyecto.

La población es todo el Liceo Campestre Crecer de Palmira y la muestra son veinte estudiantes entre los 7 y 9 años.

Marcos de referencia

Referente legal

Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (documento 15), 2010 primera edición.

Lo que se pretende desarrollar con la competencia expresiva corporal, es que el sujeto se conozca a sí mismo y con ello sus posibilidades de expresión con el fin de establecer comunicación y expresión con otros sujetos de forma verbal y no verbal. (Pág.36).

Con lo anterior consideramos que en cualquier deporte de conjunto esta comunicación es vital para el desarrollo del juego y para obtener los resultados deseados por el docente.

Utilizar la representación como una opción de expresión de ideas y pensamientos es una herramienta idónea para que el niño a futuro le sea más fácil expresar sus intenciones y emociones en la vida real.

Ley general de educación, ley 115 de febrero 8 de 1994.

La ley 115, Ley General de la Educación en Colombia, en su Capítulo Primero, Artículo 14, literal (b), estipula a la educación física y el aprovechamiento del tiempo libre como enseñanza obligatoria para todas las instituciones públicas y privadas. Al ser la expresión corporal parte de la educación física, logramos con este trabajo, darle cumplimiento a ese requerimiento. Así como al Artículo 21, Literales (i, j, l) en lo referente a expresión corporal, Educación Física y aprovechamiento del tiempo libre.

Resolución 2343 de junio 5 de 1996.

Es la resolución de la cual parten los lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte. Establece los Indicadores de logro curriculares para los grados primero, segundo y tercero de la educación básica y en uno de sus puntos relacionados con la materia que nos compete, establece que el estudiante debe “*realizar movimientos a partir de instrucciones y demostraciones, como expresión de actividades imaginativas o por su propia necesidad de expresión lúdica*”. (Pág.27). Lo que se logrará cumplir mediante la implementación del presente proyecto.

Referente conceptual

Expresión corporal.

Tal como lo plantea Arteaga (2003):

La Expresión Corporal es el lenguaje que se convierte en materia educativa y se utiliza para el desarrollo potencial de la capacidad expresiva del ser humano, fomentando el conocimiento

personal, la comunicación interpersonal y la exteriorización de los sentimientos internos del individuo (comunicación introproyectiva), a través de gestos, posturas y movimientos expresivos. (p.106).

Para Rueda (2004):

La expresión corporal 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. (p.106).

El equilibrio.

El equilibrio puede definirse como el estado en el que todas las fuerzas que actúan sobre el cuerpo están compensadas de tal forma que el cuerpo se mantiene en la posición deseada o es capaz de avanzar según el movimiento deseado. Melvill (2001, p.3).

“Es la capacidad de controlar el propio cuerpo y recuperar la postura correcta tras la intervención de un factor desequilibrador. Es el componente principal del control y del ajuste corporal y no de forma aislada”. Castañer y Camerino (1993, p.3).

Coordinación.

Como lo citan Castañer y Camerino (1991): *“un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía”.* (p.1).

Para Jiménez y Jiménez (2002): *“es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones”.* (p.1)

Psicomotricidad.

Una concepción de la psicomotricidad que es pertinente con el proyecto es la que dice Berruezo (1995):

Es un planteamiento de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc. (p.2).

Otra concepción sobre psicomotricidad es la que contempla su vertiente teórica y práctica, definiéndola de la siguiente manera:

La psicomotricidad es una disciplina educativa/reeducativa/terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento, en el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir a su desarrollo integral. Muniáin (1997, p.2).

Esquema corporal.

El esquema corporal a partir de Shilder (1935):

Puede entenderse como la organización de todas las sensaciones referentes al propio cuerpo (principalmente táctiles, visuales y propioceptivas) en relación con los datos del mundo exterior, desempeña un importante papel en el desarrollo infantil puesto que esta organización se constituye en punto de partida de las diversas posibilidades de acción. (p.11).

Una definición más clásica es la de Le Boulch (1992) que entiende el esquema corporal como:

Una intuición global o conocimiento inmediato que nosotros tenemos de nuestro propio cuerpo, tanto en estado de reposo como en movimiento, en relación con sus diferentes partes y, sobre todo, en relación con el espacio y con los objetos que nos rodean. (p.11-12).

Postura.

La postura es importante en la expresión corporal y exterioriza sentimientos dentro de un espacio. Por eso, según Quirós y Schrager (1980): “*La postura es la actividad refleja del cuerpo con relación al espacio*” (p.9).

Una postura ideal contribuye a un buen desarrollo del gesto, tal y como lo plantea Aguado (1995): “*cuando una determinada postura se automatiza por su repetición sistematizada se instauran los denominados hábitos posturales*”. (p.2). Una adecuada postura corporal durante el crecimiento facilita la adquisición de unos buenos hábitos posturales.

El juego.

El juego estimula el interés de un estudiante si se presenta de manera divertida, como lo cita Moyles (1990): “*La situación de juego proporciona estimulación, variedad, interés, concentración y motivación*”. (p.14).

Para Vygotsky (1998):

el juego es la escuela de la vida del niño y la forma primaria de escenificación o dramatización, que se distingue por la valiosa particularidad de que el artista, el espectador, el autor de la pieza, el escenógrafo y el técnico se unen en una misma persona. (p.4).

El teatro.

Es un valioso elemento en el desarrollo de la expresión corporal. Como lo expresa Domínguez Martínez (2010): “*El teatro ayuda a superar ese miedo de hablar en público, a la vez que vence la timidez y fortalece la autoestima en los niños*”. (p.4).

Para Reina (2009):

el teatro es un arte, una de las ramas principales de las artes escénicas. Se trata de una combinación rica en movimiento, gestos, discurso, danza, música, emociones, representaciones, etc. Un recurso pedagógico y didáctico cuya aplicación es escasa en aulas de Educación Infantil. (p.6).

Marco teórico de la expresión corporal

Importancia de la expresión corporal en niños de 7 a 9 años

Una de las funciones de la educación infantil es lograr la socialización del niño con sus pares y la sociedad que le rodea brindándole los medios que le permitirán transitar hacia la vida adulta y la expresión corporal es parte importante en la consecución de dicha función.

Los niños en estas edades son capaces de sorprenderse viendo puestas en escena de teatro o danza si se les presenta de una manera atractiva y creativa captando su atención y hasta sus emociones. Por lo general las escuelas omiten el pensamiento divergente y los niños son afortunados en encontrarse en una institución que rompe los moldes de la educación tradicional promoviendo en sus estudiantes generar ideas novedosas mediante la exploración de las distintas posibles soluciones a una situación.

Los niños en estas edades son receptivos a la música, los movimientos y las representaciones, son espontáneos de acuerdo a lo que les genera la situación del momento. Ellos representan situaciones y personajes en sus mentes influenciados por la acumulación de vivencias viendo obras teatrales, televisión, escuchando las canciones de moda y los nuevos bailes, los cuales les sirven como referencia futura.

La expresión corporal les ayuda a desarrollar de mejor manera una mayor capacidad de observación que les permite emitir comentarios de identificación y apreciación.

Elementos básicos de la expresión corporal

La expresión corporal consta de varios elementos de los cuales se eligieron tres que son considerados la base para trabajar apropiadamente el tema, el cuerpo, el espacio y el tiempo, ya que los tres confluyen e interactúan entre sí para generar el movimiento y los cuales serán tratados a continuación.

El cuerpo.

El cuerpo expresa un lenguaje muy directo, se puede percibir cuando un niño está enojado, triste o feliz sin que pronuncie palabra alguna, sus movimientos y gestos indican su estado de ánimo.

Los estudiantes en su día a día viven situaciones emocionales que los cargan de cierta energía, la cual deben exteriorizar mediante algún medio apropiado y su cuerpo es el instrumento ideal para desinhibirse si se le brinda la opción de que lo haga.

Se escucha mucho que el lenguaje universal es el idioma inglés, pero como estudiantes y futuros profesionales de educación física se opta por pensar que el verdadero lenguaje universal es el de la expresión corporal, el cuerpo se expresa mejor que la boca, si alguien se encuentra en un país extranjero cuyo idioma no domina en lo más mínimo o muy vagamente siempre existirá la manera de hacerse entender mediante los gestos corporales, porque el cuerpo habla más claro que cualquier lengua.

El espacio.

Según Trigueros (1990): “*el espacio es la condición real de localización de todo lo que existe*”. (p.1).

Tener conocimiento del espacio tanto físico como afectivo le permite al docente diseñar la estructura adecuada de las actividades que se llevarán a cabo en clase para lograr una comunicación favorable entre sus estudiantes.

El espacio donde se llevó a cabo el trabajo contaba con buena amplitud y los estudiantes estaban permeados positivamente con acercamientos artísticos y culturales del colegio.

El tiempo.

Este elemento solo se logra percibir mediante el uso de estímulos o la realización de acciones que permitan evidenciar a los involucrados con su transcurrir siempre y cuando haya una secuencia ordenada de las mismas.

El tiempo dentro de la expresión corporal es un concepto abstracto y de difícil comprensión, debido a que no se puede medir como en un partido de fútbol, citando un ejemplo. En una puesta en escena teatral o musical los participantes solo se percatan del tiempo en que sus personajes o actos deben intervenir por medio de diálogos secuenciales o acciones sucesivamente ordenadas de manera previa por el director de la obra.

Esquema corporal

Las posibilidades de comunicarse mediante el propio cuerpo dependen del conocimiento y dominio del mismo y constituyen la base de la expresión corporal.

De los 7 a los 12 años el niño es capaz de interiorizar sus acciones, revertirlas o continuar por la conveniencia de la práctica y la conciencia de su propio cuerpo (Ajuriaguerra, 1979).

Tono.

El tono conecta lo biológico con lo psicológico, y tiene tres funciones fundamentales:

Función puramente motriz.

Posibilita la postura y el movimiento.

Función cognitiva.

Intermediario entre el acto y la acción.

Función afectiva.

Expresa y regula las emociones (Wallon, 1976; 1979).

El tono permite que el niño logre conectar lo que piensa y siente con su forma de actuar.

Respiración y relajación.

La respiración es un acto que funciona de manera automática adaptándose a las necesidades de las diversas actividades que realiza el niño en su cotidianidad.

Es importante en la expresión corporal al ser participe directa de las situaciones emocionales que se generan en una puesta en escena y si el niño tiene un apropiado control respiratorio, fácilmente podrá disponer de emular alegría, enojo, miedo, tristeza o ira.

La relajación es un estado de reposo físico y mental que permite al cuerpo entrar en una desconexión positiva sin obligaciones de ningún tipo.

La relajación también cumple un papel importante en las actividades expresivas, produce en el niño un estado de bienestar que disminuye el estrés muscular y psicológico de cualquier situación dramática.

Conciencia corporal.

La conciencia corporal según Di Sante (2001) citando a Frosting y Maslow (1984) “*es el conocimiento factico del cuerpo: saber que el ser humano tiene dos ojos, dos hombros que unen los brazos del cuerpo, dos piernas y así sucesivamente*”. (p.45).

Es el conocimiento del propio cuerpo, controlar y percibir lo que se siente en determinado momento y lugar.

La conciencia corporal en niños de 7 a 9 años se trabaja desde 3 elementos básicos:

El rostro.

Primero hay que lograr que el niño reconozca y sienta los músculos faciales y trabajar la gestualidad mediante diferentes ademanes otorgándole la mayor movilidad y flexibilidad a la cara.

Las manos.

Las manos son tan expresivas que un niño puede exteriorizar rasgos de su personalidad a través de ellas.

Los pies.

Tienen un importante papel en la conciencia corporal, ayudan en los desplazamientos y posturas sirviendo como apoyo para realizar las distintas tareas expresivas.

Movimiento corporal

El movimiento corporal en los niños de 7 a 9 años es el Conjunto de manifestaciones expresivas que les permite comunicarse de manera intencional y creativa con el resto del mundo.

Tres de dichas manifestaciones que se consideran importantes para el presente trabajo son:

La postura.

La posición del cuerpo en su totalidad refleja las motivaciones del niño dentro y fuera del aula de clase. Si el niño tiene pereza o desmotivación, esto afectará su postura a la hora de sentarse generando una inapropiada ubicación corporal que a la larga podría desencadenar dolores lumbares y/o cervicales.

La mirada.

En la mirada de un estudiante, el docente puede encontrar el grado de atención que presta el infante hacia lo que se habla o hace en el aula de clase y determinar la motivación de sus pupilos.

El mimo.

Es un arte de la imitación cuyas principales herramientas son el rostro y las manos. Mediante el mimo se puede enseñar a los niños a mejorar su postura, a utilizar mejor su cuerpo y a comunicarse mediante el lenguaje no verbal.

El ritmo

Que es el ritmo.

El ritmo hace parte de la simetría musical y es la frecuencia de repetición en una composición. Ayuda en la marcación de coreografías individuales y grupales. El ritmo como contenido de la expresión corporal debe entenderse como el conocimiento que adquiere el estudiantado de manera que adecue su propio movimiento a él.

Actividades para desarrollar el ritmo en las clases de educación física.

Las actividades presentadas a los niños en formato de juego suelen ser placenteras para ellos y a su vez contribuir con su formación integral. Facilitan enseñar los contenidos de la asignatura de educación física y estimulan la creatividad de los estudiantes.

Se consideran algunos puntos importantes para que la enseñanza del juego rítmico y las actividades expresivas corporales en general sean de una manera metodológica, como se menciona a continuación.

Presentación del juego.

Decir el nombre del juego que se va a desarrollar.

Motivar y explicar.

El docente deberá despertar el interés de sus estudiantes con la narrativa del juego y su explicación debe ser comprensible para ellos.

Organizar y formar.

Se debe distribuir adecuadamente el grupo y mantener su interés en la actividad.

Demostración.

El docente explica de manera sencilla la actividad o escoge a uno o varios estudiantes para ejemplificar el juego y sus objetivos.

Explicación de las reglas.

Antes de iniciar el juego se informan las reglas a seguir para que el juego se desarrolle exitosamente.

Inicio del juego.

Luego de demostrar y explicar la actividad se da inicio a la práctica del mismo a la orden del docente.

Desarrollo del juego.

Es la ejecución del juego desde su inicio hasta su final, solo se lleva a cabo una vez que todos los niños hayan entendido.

Variantes.

Son situaciones opcionales que el docente decide implementar durante la actividad si lo considera pertinente.

Algunas actividades para desarrollar el ritmo son:

Adivina el filme.

Demostración de talentos.

El trabalenguas.

Adivina el animal.

Estas actividades están incluidas en la guía donde se describen cada una de ellas.

La dramatización como elemento expresivo

La dramatización como elemento importante de la expresión corporal estimula la parte artística y la sensibilidad del niño hacia las distintas situaciones que se pueden presentar en el mundo real y que se plasman en la ficción.

Que es la dramatización.

Es la acción en la que intervienen la expresión corporal, el lenguaje oral y la expresión rítmico musical. *“la Dramatización se define como el proceso para dar forma y condición dramática, para convertir en materia dramática, a algo que en su origen no lo es, o lo es únicamente virtual”*. Cervera (1993, p.5).

La dramatización es un recurso que facilita el desarrollo de la creatividad y la imaginación, por medio del arte dramático el niño obtiene diversas opciones de respuesta ante un posible conflicto. *“Las dramatizaciones escolares son, tal vez, la forma más completa de expresión creadora para el niño”*. Díez (1980, p.13).

Elementos teatrales en primaria.

El gesto.

Para Davis (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”*. (p.39).

En la expresión corporal, este elemento involucra el cuerpo en general, pero es más pronunciado en las expresiones faciales y el movimiento de las manos.

El juego simbólico.

Los niños entre los 7 y 9 años pueden representar objetos y personajes reales por medio de otros elementos que toman el mismo significado, como por ejemplo un lápiz como si fuese un micrófono.

El juego simbólico les permite a los niños asimilar el mundo que los rodea gracias a que desarrolla su capacidad de imaginación.

El juego dramático.

Es un acercamiento del niño al juego teatral que le permite imitar la realidad por medio de la expresión corporal y oral. Tiene reglas sencillas y es mínimamente organizado. En ocasiones los niños usan este juego para reflejar situaciones que experimentan en casa.

El juego escénico.

En este tipo de juego se prepara y se ensaya el montaje grupal de una obra.

Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física, en estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.

Objetivo general de la guía

Brindar un espacio de esparcimiento diferente al acostumbrado en las aulas a los estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.

Objetivos específicos de la guía

- Fomentar la capacidad de los estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer de relacionarse con el entorno y sus pares.
- Trabajar la expresión corporal y las habilidades comunicativas de los estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.
- Estimular el trabajo en equipo de los estudiantes de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer.

Planteamiento de la guía

A continuación, se presentan las diferentes actividades planteadas en este trabajo en sus respectivas unidades didácticas, donde habrán de tres a cinco actividades por clase y con una duración total de sesenta minutos desde la fase inicial hasta la fase final.

Estrategia metodológica

La guía tiene un enfoque cualitativo. La población es todo el Liceo Campestre Crecer y la muestra son veinte estudiantes de grado tercero entre los 7 y 9 años. Se usaron dos técnicas para recolectar datos: la guía de observación y la entrevista.

Unidad didáctica expresión corporal clase #1

Objetivo:

- Estimular la posición postural de los estudiantes.
- Reconocer el cuerpo como medio de comunicación.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crecer entre los 7-9 años.
duración: 60 minutos

Materiales: 5 Pelotas, 20 periódicos, 3 tiras de tela, 20 vendas.

Fase inicial: 5 minutos

Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
Escondite.

Fase central: 50 minutos

1. Los brujos

Los estudiantes se desplazan por un espacio delimitado por el docente, quien elegirá al azar a tres brujos que se distinguirán por una tira de tela atada en uno de sus brazos y que tendrán que perseguir a los demás. Los niños tocados por los brujos son transformados en estatuas en el mismo lugar donde fueron alcanzados, deberán quedar inmóviles y con las piernas separadas para que los que no han sido tocados los puedan liberar al pasar por debajo del puente formado por las piernas.



Figura 1. Los brujos

Fuente: <https://i.pinimg.com/originals/58/7b/5b/587b5bd3407a5c78499c9a73f93d865d.jpg>

2. Los cazadores

Cinco estudiantes estarán equipados con una pelota cada uno cargándola en sus manos. El resto de niños serán los conejos y se desplazarán libremente al ritmo de la música o del silbato, los cazadores se desplazan de igual manera jugando con el balón en lo que se conocerá como la tregua. Cuando la música o el silbato dejen de sonar, los cazadores intentaran tocar a los conejos con la pelota. Los conejos tocados se quedarán totalmente quietos, cuando el silbato vuelva a sonar, los conejos tocados bailaran en el mismo sitio donde quedaron sin desplazarse y los cazadores nuevamente jugaran con su pelota sin poder tocar a los otros niños.

3. Profesiones y deportes

Organizados en grupos de cinco, cada niño debe pensar en una profesión o deporte para expresarlo con gestos a sus compañeros.

Como variante: los estudiantes se harán en parejas y realizarán una profesión donde los dos tengan un rol por desempeñar.



Figura 2. Profesiones y deporte

Fuente: <https://png.clipart.me/istock/previews/3064/30643148-children-dressing-up-as-professionals.jpg>

4. El suelo helado

Los estudiantes se ubican en la posición indicada por el docente encima de un montón de periódicos, luego se les dice que a partir de ese momento no podrán pisar el suelo porque está congelado y ellos están descalzos. La única forma en que pueden moverse es colocando una hoja de periódico y pisar sobre ella, los estudiantes deberán empapelar todo el suelo designado de forma que no se vea ni una fisura en él. Una vez empapelado, se les indica a los estudiantes que ahora están en el mar y deben nadar por todos los periódicos.

5. La manada

Con los ojos vendados, a cada estudiante se le asignará un animal, todos se desplazarán por el lugar haciendo los sonidos de su animal y tratando de localizar a los demás miembros de la manada. Luego de reunirse todos, cada grupo representará al resto el animal que le correspondió.



Figura 3. La manada

Fuente:<https://previews.123rf.com/images/vectorshowstudio/vectorshowstudio1710/vectorshowstudio171000430/87628105-los-ni%C3%B1os-que-llevan-los-trajes-de-disfraces-animales-disfrazan-personajes-de-vacaciones-de-ni%C3%B1os-ilustrac.jpg>

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

El bosque: el docente empezara a contar una historia mientras les dice a sus estudiantes que se acuesten en el césped. Les pide a sus estudiantes que cierren sus ojos e imaginen todo lo que él les va narrando. Érase una vez un bosque muy grande donde los pájaros volaban de un árbol a otro libremente, este bosque era tan grande que el sonido emitido por las cascadas del rio, los cantos de las aves y el croar de los sapos, se unían en uno solo como si fuese una banda filarmónica de esas que se presentan en conciertos y son tan relajantes escucharlas. El sonido de la naturaleza los relaja, se sienten livianos como si pudiesen volar, ahora deciden meter los pies al rio mientras siguen recostados y sienten el agua calentita, tibia, relajante, miran al cielo y ven los pájaros volando a su alrededor, son tan hermosos, de todos los colores y cantan una relajante melodía que hace que quieran dormir pero no se duermen, solo se relajan y disfrutan de la belleza de ese maravilloso bosque, ese bosque que poco apoco se va obscureciendo porque llega la noche y es tiempo de volver a casa y dejar el bosque descansar, poco a poco sacan sus pies del rio, empiezan a abrir lentamente sus ojos y comienzan a levantarse paso a paso pie por pie, mano por mano hasta que logran volver aquí con sus compañeros.

Unidad Didáctica Expresión corporal Clase #2

Objetivo:

- Promover el trabajo en equipo.
- Emplear el cuerpo como medio para comunicarse.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal y en parejas.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crecer entre los 7-9 años.
Duración: 60 minutos

Materiales: Espacio abierto o salón y 20 globos.

Fase inicial: 5 minutos

- Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
- La lleva contagiosa: un estudiante es la lleva y a medida que toque un compañero, éste deberá unirse a él tomándose de la mano hasta que queden mínimo 2 niños libres.

Fase central: 50 minutos**1. Los números**

A cada estudiante se le asignará un número para que lo represente de manera corporal y sus compañeros trataran de adivinar qué número es, tendrán 60 segundos para lograrlo.

2. El mundo al revés

Los estudiantes se desplazarán libremente por el espacio y en el momento en que el docente de una orden como por ejemplo saltar en un pie o tocarse la cara, los niños deberán hacer cualquier otra cosa menos lo que ha ordenado su maestro.

3. ¿Cuántos dedos hay?

Un estudiante se pone de espaldas al otro, el que está detrás apoya un número cualquiera de dedos y su compañero tratará de adivinar el número de dedos que tocan su espalda.



shutterstock.com

Figura 4. ¿Cuántos dedos hay?

<https://image.shutterstock.com/image-vector/happy-school-children-kids-bags-260nw-1019199781.jpg>

4. El reflejo

Ubicados en parejas un compañero será el protagonista y el otro será su reflejo. El reflejo debe imitar simultáneamente los movimientos y acciones del protagonista, el cual representa acciones cotidianas como bañarse, cepillarse, vestirse entre otras. Luego de 60 segundos se intercambian roles.



Figura 5. El reflejo

Fuente: https://4.bp.blogspot.com/Et_dfDygPbs/XCjaPVIX6GI/AAAAAAAAADI/12FcultPwg9S9v_DYQ1kDS0FuCJ4QoQwCLcBGAs/s1600/juego-espejo.png

5. Tu cuerpo y el mío

En parejas se moverán por todo el espacio y cuando el docente de una consigna por ejemplo cachete con cachete deberán seguir dicha orden al pie de la letra y juntar sus cachetes, una vez realizada dicha orden seguirán caminando por el espacio hasta recibir una nueva consigna.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

La inflación: se le dará a cada niño un globo y el docente empezara preguntando al grupo, quien es futbolista, a lo que aquel niño que practique futbol deberá responder yo soy futbolista y el docente dirá de inmediato como eres futbolista, ahora tendrás que inflar el globo como uno y enseñarles a tus compañeros como infla el globo un futbolista, los demás niños tendrán que imitar la inflación del globo. Una vez hayan inflado todos los globos, el docente dirá: ahora les pregunto ¿cómo sopla el viento? A lo que los niños responderán como ellos crean que sopla el viento, una vez escuchadas las respuestas, el maestro les dirá: tomen esos globos que inflaron y poco a poco van a simular el soplo del viento sobre el cuello de un compañero. Nota: repetir dos o tres veces cambiando el deporte y creando diferentes situaciones donde el soplo del globo simule una acción similar a algo relajante, el maestro puede cambiar la parte del cuerpo si así lo decide donde los niños liberaran el aire del globo, siempre de manera lenta y suave.

Unidad Didáctica Expresión corporal

Clase #3

Objetivos

- Estimular la confianza en sí mismos y en sus compañeros.
- Trabajar la creatividad e imaginación

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal y en parejas.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crecer entre los 7-9 años.
Duración: 60 minutos

Materiales: 1 Balón, 1 cancha, 10 vendas, 10 conos, 10 topes.

Fase Inicial: 5 minutos

- Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
- Rugby sin contacto: divididos en dos equipos escogidos por el docente, cada equipo tratará de anotar puntos en el campo contrario cruzando la línea estipulada previamente, el jugador que lleve el balón deberá llevarlo por encima de su cabeza sujetado con sus manos y pasarlo cada que dé cuatro pasos a un compañero, el equipo contrario tratara de robar el balón e impedir que anoten en su campo, una vez robado el balón trataran de anotar en campo contrario. Gana el primer equipo que anote 5 puntos.

Fase central: 50 minutos

1. El guía

Ubicados en parejas, uno de los dos estará vendado de los ojos y el otro deberá guiarlo por una pista de obstáculos hasta llegar a la meta, luego intercambiaran roles para realizar un nuevo recorrido por la misma pista o una diferente dependiendo lo que decida el docente.



Figura 6. El guía

Fuente: <https://media.istockphoto.com/photos/children-playing-at-blind-man-bluff-indoors-picture-id489256718>

2. Cuento colectivo

Formando un círculo, los estudiantes inventarán una historia entre todos. Primero iniciarán diciendo una palabra por turno hasta llegar al último, luego dirán una frase continuando con la historia que se va formando en la primera etapa y así sucesivamente hasta crear un cuento ni muy largo ni muy corto, se podrán ayudar los unos a los otros para recordar donde va la historia.

3. Adivina quién soy

Formando un círculo, un estudiante estará con los ojos vendados y deberá recorrer el círculo y al azar escoger un compañero al cual deberá tratar de reconocer con el tacto, gana quien más compañeros reconozca.

4. La caja mágica

Todos los niños en una fila se sientan en cuclillas con los brazos tapando sus ojos y la cabeza entre sus piernas, a la orden del docente por ejemplo él dice “se abre la caja y aparecen leones” los niños deberán imitar dichos animales hasta que el maestro diga se cierra la caja.



Figura 7. La caja mágica

Fuente:<https://previews.123rf.com/images/topvectors/topvectors1703/topvectors170301175/74951591-grupo-de-ni%C3%B1os-peque%C3%B1os-sentados-alrededor-del-maestro-leyendo-una-historia.jpg>

5. Simón say

El popular juego de antaño Simón dice, pero en inglés. Los niños deberán estar atentos a lo que Simón dice en inglés, el docente debe ser lo más claro y buscar ordenes sencillas que los estudiantes entiendan como por ejemplo Simón Say dancing y los niños deberán bailar.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Cuenta regresiva: los niños deberán empezar a contar mentalmente desde el uno hasta el diez a la orden del docente, pero deberán hacerlo tomando un sorbo de aire cada que piensen un número y al final tendrán su pecho inflado para luego hacer una cuenta regresiva de forma mental del 10 al 1 y exhalar poco a poco hasta botar la última respiración en el número 1. Nota: repetir dos o tres veces hasta que los niños logren cada vez hacerlo mejor.

Unidad Didáctica Expresión corporal
Clase #4

<p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estimular la agilidad mental. ▪ Trabajar la coordinación. 	<p>Metodología y organización</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Metodología: instrucción directa ▪ Estilo de enseñanza: mando directo modificado ▪ Organización: grupal, parejas y en tríos
<p>Rama: mixta, estudiantes de la institución Crecer entre los 7-9 años, Duración: 60 minutos</p>	<p>Materiales: Espacio abierto y un balón.</p>
<p>Fase inicial: 5 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue. ▪ El gato y el ratón: en círculo, uno es el gato y otro el ratón. El docente elige al ratón, el ratón da una vuelta al círculo y toca en la espalda a quien será el gato, el gato deberá atrapar al ratón antes de que éste tome su lugar en el círculo. 	
<p>Fase central: 50 minutos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cazadores, sabuesos, y conejos El docente asigna los papeles de cazador, sabueso y conejo. Los conejos se esconden, los sabuesos los buscan y cuando encuentran al conejo avisan a los cazadores con ladridos, persiguiéndole hasta que el cazador lo atrape. Los sabuesos no pueden atrapar a los conejos, pero si entorpecer su huida. 2. La campana En parejas se ubican uno en frente del otro tomados de las manos. Uno de los dos dice din mientras se queda de pie y el otro dice don mientras se agacha y luego intercambian din don, din don subiendo y bajando desplazándose de un punto inicial hasta una meta establecida por el docente. 	



Figura 8. La campana

Fuente:https://c.wallhere.com/photos/35/57/flowers_girls_summer_3_grass_children_nikon_warm-853816.jpg

3. No pronuncies la letra

Ubicados en una media luna, un voluntario pasa al frente y sus compañeros le hacen preguntas a las cuales él debe contestar sin pronunciar ninguna letra que el docente haya estipulado previamente, por ejemplo, si se dice que la letra es la N, las respuestas que el voluntario diga no pueden tener dicha letra.

4. El carnicero

Un voluntario será el encargado de perseguir a los demás. El resto del grupo estará disperso por el espacio y cuando pronuncien la frase “carnicero que color tiene la carne” éste contestara un color cualquiera y los demás tendrán que tocar dicho color donde lo vean, si el carnicero toca algún compañero, habrá cambio de rol.

5. Aire, mar o tierra

Los niños forman un círculo y uno de ellos elegido al azar se coloca en medio del círculo con un balón. Éste lanza la pelota a un compañero del círculo diciendo aire, mar o tierra, el que ha recibido el balón lo devuelve diciendo un animal del medio que fue nombrado. Si no dice ningún nombre, se equivoca o repite alguno ya mencionado quedará eliminado.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Superman y Homero: el docente les pedirá a los niños que se acuesten boca arriba en el césped, una vez él mencione a Superman los niños deberán inhalar inflando su pecho lo más que puedan y luego exhalar lentamente. Cuando el maestro diga Homero, los niños deberán inhalar inflando su estómago lo que más puedan y luego exhalar lentamente. Nota: el docente puede crear una historia que involucre estos dos personajes para hacer más divertida la actividad y repetirla varias veces.

Unidad Didáctica Expresión corporal Clase #5 (teatro)

Objetivos

- Estimular las capacidades cognitivas de los estudiantes.
- Explorar las distintas emociones que se generan en los estudiantes.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crear entre los 7-9 años.

Duración: 60 minutos

Materiales: 1 balón de fútbol, 1 balón de futsal, 1 balón de baloncesto, 1 balón de voleibol, 1 pelota pequeña, 2 aros, 10 prendas de vestir, un juguete.

Fase inicial: 5 minutos

- Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
- Juego de la lleva.

Fase central: 50 minutos

1. El álbum

Distribuidos en grupos de 4 a 10 estudiantes máximo cada grupo deberá presentar al resto de los participantes un “álbum”. El cual tendrá 5 fotografías representadas por ellos mismos donde deberán transmitir un mensaje sobre el tema que decidan. Cada grupo tendrá 10 minutos o menos para preparar las fotos, de ahí cada grupo pasa al frente para presentar su álbum, los que están como público cerraran los ojos durante cinco segundos para que los que están al frente plasmen la foto y así sucesivamente hasta mostrar las cinco fotos.



Figura 9. El álbum

2. Camino por el espacio

Todos caminan por el espacio tranquila y relajadamente hasta que el docente les dé una orden con un aplauso el cual hará que vayan más rápido o más lento, durante la caminata los estudiantes deberán verse a los ojos y evitar reírse mientras lo hacen, cada aplauso será la pauta para una emoción o acción diferente (tristeza, enojo, angustia etc.) la cual será dada por el docente.

3. El ventrílocuo

Se ubicará un juguete, peluche o títere en el centro de un círculo formado por los estudiantes, luego se le pedirá a un voluntario que pase al centro y cuente una historia a través del juguete dándole una voz y movimientos diferentes al muñeco. Al final se debate acerca de la experiencia que tuvieron los estudiantes.



Figura 10. El ventrílocuo

Fuente: https://estaticos.muyinteresante.es/media/cache/760x570_thumb/uploads/images/article/55365e43066de9087b6a61bd/slide-juguetes.jpg

4. Pelotas emocionales

Se ubicarán en un círculo y se asignarán diferentes emociones a los balones, como por ejemplo al de baloncesto felicidad, al de fútbol enojo etc. y cada que caiga un balón en el centro del círculo, todos deberán representar dicha emoción.

5. El super héroe

Se organizarán en 3 o 4 hileras donde un voluntario pasará al frente y utilizará los distintos elementos que habrá en el escenario para representar un superhéroe y tendrá 60 segundos para hacerlo.



Figura 11. El super héroe

https://st3.depositphotos.com/3591429/14152/i/1600/depositphotos_141521926-stock-photo-children-wearing-superhero-costumes.jpg

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

El animal dormilón: sentados formando un círculo, un niño pasara al frente e imitara como duerme el animal que ha escogido y los demás deberán imitar los movimientos de su compañero.

Nota: la actividad dura 5 minutos por tanto solo alcanzaran máximo 5 niños, es una vuelta a la calma que se puede repetir en varias sesiones dependiendo el número de estudiantes hasta que todos lo hayan hecho.

Unidad Didáctica Expresión corporal
Clase #6

Objetivos

- Trabajar la agilidad mental de los estudiantes
- Estimular la socialización entre el grupo

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crear entre los 7-9 años.
Duración: 60 minutos

Materiales: Una venda, 1 cuaderno, 5 periódicos o revistas.

Fase inicial: 5 minutos

- Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
- Congelado

Fase central: 50 minutos

1. Alarga la frase

El docente les dice una frase y cada estudiante agrega una distinta hasta llegar al último participante y formar una especie de historia sin importar la coherencia de la misma, el objetivo es lograr una estimulación de la agilidad mental en el estudiante.

2. Noticias absurdas

Se forman en grupos de 4 o 5 estudiantes, cada grupo tendrá en su poder un periódico o revista de donde van a recortar palabras para formar una breve historia referente a algún deporte y la socializarán con el resto de la clase representando dicho acontecimiento de forma poco convencional.



Figura 12. Noticias absurdas

http://3.bp.blogspot.com/-O9no-JqgDgk/VWMmbwhi5CI/AAAAAAAAAC s/IRUOGtPYdQw/s1600/20150525_105318.jpg

3. Refranes

Cada estudiante deberá pensar en un refrán que le haya gustado o que haya escuchado en algún lugar y representarlo con una actuación frente a sus compañeros, quienes trataran de adivinar cuál es el refrán que se está representando (el docente puede decirle a cada estudiante el refrán a representar en caso que el niño no sepa ninguno).

4. Stop live

El típico juego añejo del stop, pero con la variante de que cada que un estudiante grite stop, en vez de decir el país, el color, el animal, tendrá que representarlos de alguna manera, solo están permitidos decir con palabras el nombre, el apellido y la ciudad.

5. El rey del tesoro

Un estudiante estará con los ojos vendados cuidando un elemento que será denominado como su tesoro, mientras que otro niño sin vendaje buscará robar dicho tesoro sin dejarse tocar por quien lo custodia, cada ronda durará 60 segundos. Como variante: se puede poner a dos niños a que cuiden el tesoro de los demás niños que intentaran robarlo.



Figura 13. El rey del tesoro

Fuente: <https://previews.123rf.com/images/lenm/lenm1609/lenm160900429/63294793-ilustraci%C3%B3n-stickman-de-ni%C3%B1os-juegan-a-un-juego-de-los-ojos-vendados-tag.jpg>

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Hulk o Bruce Banner: el docente les explicara a sus estudiantes que cada vez que el mencione a hulk ellos deberán apretar sus músculos lo más fuerte posible y cuando mencione a bruce banner deberán mostrarse lo más débiles que puedan. Para ello deberá crear diálogos donde involucre a estos personajes de manera divertida. Nota: si los niños desean crear dichos diálogos lo podrán hacer siempre y cuando la actividad no pierda el rumbo. Ejemplo: Hulk tiene unos enormes y fuertes brazos, (mientras los niños aprietan sus brazos) en cambio Bruce Banner los tiene flaquitos (los niños relajan sus brazos).

Unidad Didáctica Expresión corporal
Clase #7

<p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estimular la capacidad de reacción de los estudiantes • Promover el trabajo en equipo 	<p>Metodología y organización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metodología: instrucción directa • Estilo de enseñanza: mando directo modificado • Organización: grupal.
<p>Rama: mixta, estudiantes de la institución Crear entre los 7-9 años. Duración: 60 minutos</p>	<p>Materiales: 8 Pelotas, 9 aros, 6 topes de dos colores diferentes.</p>
<p>Fase inicial: 5 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue. ▪ Ponchado 	
<p>Fase central: 50 minutos</p> <p>1. Blanco y negro Se forman dos grupos, uno será el equipo blanco y el otro el negro, el docente dirá una frase terminándola con blanco o negro. Por ejemplo: el martes fui al cine a ver la cartelera, pero como había mucha gente no pude ver sino en blanco y el equipo blanco tendrá que correr hacia un punto establecido por el docente y el negro tendrá que tratar de alcanzar a los del otro equipo antes que crucen su salvavidas y viceversa.</p> <p>2. Policías y ladrones Se distribuirá el grupo en dos equipos, unos serán policías y los otros los ladrones, los ladrones tendrán que tratar de robar los balones custodiados por los policías y llevarlos hasta su guarida evitando ser capturados por los policías. Las reglas de liberación o no liberación serán puestas por el docente.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Figura 14. Policías y ladrones Fuente: http://www.manualidadesinfantiles.org/wp-content/uploads/Juego-de-policias-y-ladrones.jpg</p>	

3. La pelota de letras

Los estudiantes caminarán por todo el espacio dispuesto por el docente lanzando una pelota a uno de sus compañeros más cercanos diciendo una palabra con la letra A hasta que el docente indique el cambio de letra hasta llegar a la z, si hay equivocación se reinicia desde A y la velocidad del cambio será cada vez mayor.



Figura 15. La pelota de letras

Fuente: https://image.freepik.com/vector-gratis/ilustracion-vectorial-ninos-jugando-pelota_29937-932.jpg

4. Triqui corre

Se formarán cuatro o cinco grupos de máximo 4 estudiantes organizados en dos hileras y a 30 metros de nueve aros donde uno a uno tendrá que correr para tratar de hacer triqui con los toques de su color asignado, gana el equipo que logre realizar el triqui más rápido.

5. The killer

Formados en un círculo con los ojos cerrados y la cabeza agachada el docente indicará con su mano quien será el killer, quien se encargará de dar de baja a cuantas personas más pueda con un guiño de su ojo, aquel a quien le guiña el ojo deberá caer 3 segundos después, quien tenga seguridad de saber quién es el killer deberá alzar la mano y decirlo en voz alta y si acierta termina el juego y si no debe caer al suelo y el juego continúa hasta que descubran al killer o quede el último en pie.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

El animal dormilón: sentados formando un círculo, un niño pasará al frente e imitará como duerme el animal que ha escogido y los demás deberán imitar los movimientos de su compañero. Nota: la actividad dura 5 minutos por tanto solo alcanzaran máximo 5 niños, es una vuelta a la calma que se puede repetir en varias sesiones dependiendo el número de estudiantes hasta que todos lo hayan hecho.

Unidad Didáctica Expresión corporal
Clase #8 (teatro)

<p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar la creatividad por medio del cuerpo • Fomentar la comunicación corporal por medio de la mímica. 	<p>Metodología y organización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metodología: instrucción directa • Estilo de enseñanza: mando directo modificado • Organización: grupal.
<p>Rama: mixta, estudiantes de la institución Crear entre los 7-9 años. Duración: 60 minutos</p>	<p>Materiales: 20 Papeles con nombres de animales, 20 papeles con títulos de películas, 2 bolsas plásticas o de papel, cancha o salón.</p>
<p>Fase inicial: 5 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue. ▪ El escondite 	
<p>Fase central: 50 minutos</p> <p>1. Estatuas de barro</p> <p>En grupos de 4 o 5 estudiantes uno de ellos será la estatua que moldearan sus compañeros para lo que tendrán 5 minutos máximos, los demás niños observaran y trataran de adivinar qué clase de personaje es la estatua (los personajes podrán ser animales o personas famosas.)</p> <p>Como variante los niños podrán decidir que otro objeto quiere moldear para que los demás compañeros puedan adivinar.</p>  <p>Figura 17. Estatuas de barro</p> <p>Fuente https://i.ytimg.com/vi/GxuGZEt6ZRC/maxresdefault.jpg</p>	

2. El imitador

El docente entregará al estudiante que pase al frente un papel o tarjeta donde dirá el nombre de un animal el cual deberá representar lo mejor posible para que sus compañeros logren descubrir de qué animal se trata. Uno a uno tendrá que pasar.

3. Los cuentos

Cada estudiante pasara al frente e imitará a un personaje de algún cuento conocido de su elección tratando de que sus compañeros lo adivinen, el tiempo para la imitación será de 60 segundos.

(los personajes podrán ser figuras animadas que los niños hayan visto, por ejemplo: Superman, Spiderman, personajes de dragón Ball o princesas de Disney)



Figura 18. Los cuentos

4. El suelo es lava

En un espacio determinado por el docente los estudiantes se desplazarán libremente hasta que el maestro diga la frase el suelo es de lava, de inmediato los estudiantes deberán correr a las zonas seguras también designadas por el profesor, los que no logren asegurarse a tiempo pasaran como ayudantes del docente a supervisar a sus demás compañeros.



Figura 19. El suelo es lava

5. Adivina la película

Distribuidos en dos grupos, cada integrante deberá pasar al frente a representar el nombre de una película que haya escogido de una bolsa que tendrá el docente con

los respectivos nombres escritos en papel para tratar de que sus compañeros de equipo adivinen el filme. Cada ronda tendrá una duración de 60 segundos por persona, al final el ganador será el equipo que más películas haya acertado.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Las partes de mi cuerpo: los estudiantes estarán de pie y seguirán las instrucciones del docente que dirá frases como mi cabeza se mueve de un lado a otro y se tambalea cuando estoy con sueño, mis brazos me jalen hacia abajo porque están pesados, mis piernas se tambalean cuando estoy cansado y todo mi cuerpo se quiere acostar (los niños se acuestan). Una vez en el piso, el docente puede continuar una vez más con frases similares hasta notar la relajación de sus estudiantes.

Unidad Didáctica Expresión corporal Clase #9	
Objetivos <ul style="list-style-type: none"> • Estimular la memoria de los estudiantes • Trabajar los gestos faciales. 	Metodología y organización <ul style="list-style-type: none"> • Metodología: instrucción directa • Estilo de enseñanza: mando directo modificado • Organización: grupal y en parejas
Rama: mixta, estudiantes de la institución Crear entre los 7-9 años. Duración: 60 minutos.	Materiales: 1 Soga, 8 aros, 5 topes, 1 escalera y 10 cuerdas.
Fase inicial: 5 minutos <ul style="list-style-type: none"> ▪ Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue. ▪ El gato y el ratón. 	
Fase central: 50 minutos <ol style="list-style-type: none"> 1. Teléfono roto Ubicados en un círculo, el docente le dirá una frase a un estudiante al oído y este la replicará al compañero de su derecha o izquierda (el docente decide) y así sucesivamente hasta llegar al último quien se encargará de decir la frase que le llevo. 	

2. Lucha entre serios

Distribuidos en parejas se sentarán uno frente al otro y trataran de estar siempre serios, el objetivo es tratar de que su compañero se ría. Pasaran de pareja en pareja al frente para que el docente controle de mejor manera la actividad y sus compañeros puedan disfrutar del show. (para hacer reír al compañero se podrán hacer muecas, mala cara, o decir cosas graciosas)



Figura 20. Lucha entre serios

Fuente:<https://c8.alamy.com/compes/x3k6b1/varios-ninos-haciendo-muecas-x3k6b1.jpg>

3. Circuito expresivo

En 3 estaciones, una de aros donde deberán cruzar en skipping, una de conos para desplazarse en zigzag y una de escalera donde deberán saltar adentro afuera con ambos pies para llegar al escenario y decir en vos alta un trabalenguas designado previamente por el docente.

4. Tira y afloja

En dos grupos uno frente al otro tendrá que sujetar una soga tratando de traer al equipo contrario a una línea trazada previamente de manera visual o imaginaria después de resolver una operación matemática.



Figura 21. Tira y afloja

Fuente:https://image.freepik.com/vector-gratis/grupo-ninos-jugando-tira-afloja_43633-2772.jpg

5. Emparejados

En parejas los estudiantes irán atados por una cuerda en sus pies y deberán pasar por una línea o barra de equilibrio de ida y vuelta, recoger una pelota y hacer 6 dominios de balón con la mano izquierda del compañero ubicado en la parte izquierda y la mano derecha del compañero ubicado en la derecha mientras hacen muecas con la cara.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Mi compañero masajista: los niños se ubican en parejas frente a frente, luego empiezan a tocar sutilmente las orejas de su compañero, la frente, el cuello, los hombros y la espalda, todo con movimientos muy suaves y de manera circular tratando de que ambos logren relajarse.

Unidad Didáctica Expresión corporal Clase #10 (ritmo)

Objetivo

- Practicar con la ayuda de otros a hablar sobre uno mismo de una manera positiva a los demás.
- Promover el desarrollo del autoconocimiento en los niños.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crear entre los 7-9 años.

Duración: 60 minutos.

Materiales: Una pelota, 1 rollo de papel higiénico, papel aluminio, 1 grabadora, un cd con la canción el baile de los enanos, aula.

Fase Inicial: 8 minutos

- Movilidad articular: el docente realiza los ejercicios y el estudiante lo sigue.
- La lleva en parejas: dos estudiantes tomados de las manos serán la lleva y a medida que toque a otra pareja de compañeros, éstos deberán unirse al grupo tomándose de la mano hasta que todos los estudiantes terminen tomados de las manos.

Fase Central: 45 minutos

1. Pasando la pelota

Conformando un círculo se les explica a los niños que este juego les ayudará a conocerse mejor entre ellos. Se va pasando la pelota por el suelo a cualquiera del círculo, un estudiante comienza la frase: yo me llamo.... Y luego pasa la pelota. El que recibe hará lo mismo y así sucesivamente. Cuando todos hayan terminado, empiezan nuevamente con otras frases como: (vivo con mis padres en el barrio...), (tengo... años), (me gustan...), (el deporte que más me gusta es...), entre otras. Una vez realizadas varias rondas, se pasará a ejercitar la memoria recordando lo compartido anteriormente de los demás compañeros. Esto se puede hacer a través de un juego al azar para designar de quién se hablará. Al designado se ubicará en el centro del círculo y los niños comenzarán a responder las preguntas que hace el docente, por ejemplo, ¿cuántos años tiene Juan? ¿Qué fruta es la que más le gusta?, etc.

2. Las figuras deportivas

Por parejas, deben representar una figura en movimiento que haga referencia a algún deporte. Se ganarán puntos en función de la representación y también por acertar las figuras del resto de parejas.



Figura 22. Las figuras deportivas

Fuente: https://st4.depositphotos.com/12362248/19719/v/1600/depositphotos_197198332-stock-illustration-children-playing-at-different-games.jpg

3. Demostración de talentos

Hablar con los niños sobre cómo hacer una demostración de talentos. Decirles que pueden cantar, bailar, hacer trucos, mímica, contar chistes, etc. Pueden hacerlo individualmente o en grupos. (También pedir un voluntario para ser locutor).

Hacer una especie de micrófono para el locutor envolviendo papel de aluminio alrededor de un rollo de papel higiénico. Dejar que los niños hagan boletos para la presentación de talentos.

Permitir que el locutor presente las diferentes actuaciones.

Cerrar la demostración haciendo comentarios sobre los diferentes talentos que se han representado, y cómo todos tenemos diferentes habilidades y dones.



Figura 23. Demostración de talentos

Fuente: https://image.freepik.com/vector-gratis/conjunto-ninos-cantando-bailando-ilustracion_1308-1555.jpg

4. Danza: el baile de los enanos

Dos grupos de diez cada uno se ubican en hilera y una vez empiece a sonar la canción, el docente les indica cómo se deben ir distribuyendo en el espacio (ideal formando una ventana) se practican los pasos y poco a poco se va trabajando la coreografía. Al final los primeros diez niños presentan su puesta en escena frente a sus otros compañeros y viceversa.

Fase final: vuelta a la calma: 7 minutos

Canta, aunque no cantes: después de realizar la actividad de la demostración de talentos y con los niños entrados en mayor confianza, el docente pide cinco voluntarios que se darán a la tarea de cantar lo primero que le venga a la mente uno a uno de manera consecutiva hasta formar una pequeña canción con un coro inventado por ellos. El resto del grupo se unirá al coro y cantaran al unísono.

Unidad Didáctica Expresión corporal

Clase #11

Objetivos:

- Estimular la capacidad de crear e imaginar en los niños
- Trabajar la coordinación en los niños.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crear entre los 7-9 años.

Duración: 60 minutos.

Materiales: 1 balón de goma, campo abierto, 1 Laso largo, 20 cucharas y 20 pelotas de ping pong.

Fase inicial: 5 minutos

- Movilidad articular
- El ponchado descalificador: elegimos al azar dos niños que se situaran uno al frente del otro a una distancia de 7 a 10 metros, los demás niños estarán ubicados en el medio de los dos ponchadores que tendrán un balón de goma que será usado para ponchar a los demás participantes arrojando el balón de un lado al otro, el niño que sea ponchado quedara descalificado, el juego terminara cuando solo quede un participante en el centro.

Fase central: 50 minutos

1. El salto de los nombres

En la siguiente actividad se realizará un juego de saltar el laso, se ubicarán a los estudiantes en una hilera, cada estudiante saldrá a saltar el laso un par de veces al mismo tiempo que dicen un animal, cada niño deberá pasar y decir un animal sin repetir los que ya hayan dicho sus compañeros, como variante se les pedirá que salten diciendo nombres de frutas, o nombre de personas que empiecen por la letra que el profesor decida.



Figura 24. El salto de los nombres

Fuente:<https://previews.123rf.com/images/lenm/lenm1007/lenm100700004/7334665-ni%C3%B1os-saltando-la-cuerda-en-el-parque-con-trazado-de-recorte-.jpg>

2. Crear caras

En la siguiente actividad se organizarán dos grupos de igual cantidad de niños y se les pedirá que con cualquier objeto que encuentren logren hacer la mayor cantidad de caras posibles las cuales deben llevar ojos, nariz, boca y orejas, cada cara debe hacerse con materiales diferentes, ganara el grupo que más caras logre crear en 15 minutos



Figura 25. Crear caras

Fuente:<https://thumbs.dreamstime.com/z/amigos-que-se-divierten-hace-caras-en-una-playa-arenosa-109682406.jpg>

3. La cuchara y la pelota

A cada niño se le pasará una cuchara y una pelota la cual deberán llevar de un punto A al B sin que se les caiga, cada niño saldrá uno a uno con la cuchara en la boca y la pelota sobre esta, mientras los demás niños intentan distraerlo sin poder tocarlo, el niño que se le caiga la pelota será expuesto a una penitencia la cual será que baile cualquier canción que él quiera, el niño que logre llegar con la pelota sobre la cuchara quedara excluido de la penitencia.



Figura 26. La cuchara y la pelota

Fuente: https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/000/301/246/non_2x/girls-having-an-egg-and-spoon-race-vector.jpg

4. El teléfono roto de la mímica

Se organizará al grupo uno detrás del otro y se les dirá que van a jugar al teléfono roto pero esta vez no lo harán con palabras si no con gestos faciales, el primer niño realizara una expresión con gestos de alegría, tristeza, angustia u otro y se la pasara al compañero que este adelante, que tratara de hacer en lo posible la expresión, y así hasta que todos los niños la hayan realizado.

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

El animal dormilón: sentados formando un círculo, un niño pasara al frente e imitara como duerme el animal que ha escogido y los demás deberán imitar los movimientos de su compañero. Nota: la actividad dura 5 minutos por tanto solo alcanzaran máximo 5 niños, es una vuelta a la calma que se puede repetir en varias sesiones dependiendo el número de estudiantes hasta que todos lo hayan hecho.

Unidad Didáctica Expresión corporal Clase #12

Objetivo:

- Estimular la imaginación del niño mediante actividades verbales y no verbales.

Metodología y organización

- Metodología: instrucción directa
- Estilo de enseñanza: mando directo modificado
- Organización: grupal.

Rama: mixta, estudiantes de la institución
Crear entre los 7-9 años.

Duración: 60 minutos.

Materiales: 10 pelotas pequeñas, dos aros, 20 periódicos y 20 anteojos plásticos.

Fase inicial: 5 minutos

- Movilidad articular
- Juego del escondite

Fase central: 50 minutos

1. Imaginando

Ubicados en grupos de 5 o 6, un voluntario será quien pase al frente para pararse dentro de un aro ubicado en el centro del campo y hará una representación de alguna situación que le signifique expresar una emoción, cada niño deberá representar una emoción diferente por medio de la expresión no verbal.

2. Noticias locas

A cada estudiante se le pasará un periódico (servirá como micrófono) y unos anteojos y se les pedirá que hagan de cuenta que son reporteros de un canal de noticias, el objetivo será que den noticias de su inventiva, las noticias que cada estudiante dé a sus compañeros deberán contar con dos objetos que el docente les diga en secreto.



Figura 27. Noticias locas

Fuente: <https://i.pinimg.com/originals/97/48/9c/97489c71e294d7c5145e6490d0a56aa3.jpg>

3. Batalla de pelotas:

Se formarán dos grupos con igual número de participantes, ambos equipos tendrán en su poder 5 pelotas dentro de un aro, las cuales deberán proteger para que no se las roben e intentar robar las del equipo contrario para traerlas hacia su base, los niños deberán desplazarse por el campo hacia donde están las pelotas del equipo contrario saltando como “ranitas” al mismo tiempo que imitan el sonido de esta, ganara el equipo que pasado 3 minutos tenga en su poder el mayor número de pelotas

Variante: como variante los niños se podrán desplazar por el campo para intentar robar las pelotas del equipo contrario como otros animales.

4. La serpiente y la cola

En esta actividad se realizará el juego de la serpiente y su cola en la cual el profesor deberá ir desplazándose por un espacio abierto recitando la siguiente canción:

Soy una serpiente que anda por el bosque

Buscando una parte de su cola

¿Quiere ser usted una parte de mi cola?

Soy una serpiente que anda por el bosque

Buscando una parte de su cola

¿Quiere ser usted una parte de mi cola?

Cuando el profesor pregunte ¿Quiere ser usted una parte de mi cola? Deberá señalar a un niño y este pasara por debajo de las piernas para luego formarse detrás del profesor, el juego finalizará cuando todos los niños sean parte de la cola de la serpiente.



Figura 28. La serpiente y la cola

Fuente: <https://i.ytimg.com/vi/R6HoqbnuRaw/maxresdefault.jpg>

Fase final: vuelta a la calma: 5 minutos

Poema relajante: si mis ojos fuesen un mar los cerraría lentamente para dejar descansar las olas, si mis manos fuesen un corazón las abriría y cerraría para que sigan latiendo, si mis brazos y mis hombros fuesen un elevador los subiría y bajaría lentamente para conservar la energía, si mi cadera fuese una canción la movería en círculos para que no pare tan bella melodía, si mis piernas fuesen alas pues las agitaría para que puedan emprender su vuelo y si mi cuerpo fuese una orquesta lo pondría sobre el suelo para que armonice con la tierra. El docente recita el anterior poema y les explica a sus estudiantes previamente que tendrán que seguir al pie de la letra lo que diga el poema.

Análisis de la validación

A continuación, se muestra la entrevista realizada a cinco docentes, dos de ellos del liceo crecer y el resto de otras instituciones, y el formato de guía de observación elaborado por los estudiantes autores del presente trabajo.



Universidad del valle sede Palmira
Instituto de educación y pedagogía
Licenciatura en educación física y deportes
Palmira valle del cauca
Año 2019

Fecha: 20/03/2019

Nombre del docente: Anderson Chávez

Institución educativa: Liceo campestre crecer

Objetivo

La presente entrevista es realizada para saber que conocimientos tiene el docente de educación física respecto a la Expresión Corporal. Los datos aquí registrados serán utilizados única y exclusivamente para fines educativos.

Preguntas:

1. ¿Cómo considera usted la forma en que actualmente se maneja la Expresión Corporal en las clases de educación física en la institución?

Personalmente no manejo mucho esa parte, prefiero dejarla a la docente encargada de danzas.

2. ¿Cuáles piensa que son las deficiencias del docente de educación física para no abordar el tema de la Expresión Corporal?

Considero que la falta de manejo del tema en lo personal me limita un poco de hacerlo, cuando alguien no se siente seguro sobre algún tema en específico, suele preferir evitarlo.

3. ¿En su universidad le dieron asignaturas donde le enseñaran sobre la Expresión Corporal?

La asignatura de danzas trata el tema porque hay que estar en movimiento con lo de las coreografías y eso, pero el baile no es lo mío, por eso creo que no es suficiente para darle clases a mis estudiantes sobre algo que no manejo del todo bien.

4. ¿Alguna vez ha tratado de incorporar actividades de Expresión Corporal en una de sus clases?

Realmente no mucho, por lo que les he comentado.

5. ¿Sabe usted que elementos como: el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, la postura, el juego entre otros hacen parte de los contenidos de la Expresión Corporal?

La verdad yo he empleado esos temas en mis clases, pero como contenidos de la asignatura de educación física, no sabía que también eran parte de la expresión corporal por el poco dominio que tengo del tema y es interesante saber que de una manera u otra he trabajado en ello sin saberlo de antemano. De ahora en adelante ya voy a ser consciente de que esos contenidos hacen parte de la E.C.

6. ¿Cómo ve usted la propuesta que traemos a la institución?

Me parece interesante, si bien la profe de danzas aborda ese tema, ella lo hace desde el baile y la coreografía, pero desde que estoy en el colegio no lo he abordado de manera directa en las clases de educación física y pienso que es bueno que los chicos tengan clases diferentes a las que están acostumbrados.



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca
Año 2019

Fecha: 05/09/2019

Nombre del docente: Andrés Mauricio Mina

Institución educativa: Universidad santiago de cali

Objetivo

La presente entrevista es realizada para saber que conocimientos tiene el docente de educación física respecto a la Expresión Corporal. Los datos aquí registrados serán utilizados única y exclusivamente para fines educativos.

Preguntas:

1. ¿Cómo considera usted la forma en que actualmente se maneja la Expresión Corporal en las clases de educación física en la institución?

Se maneja de una manera en que el estudiante conozca por medio de la educación física la exploración corporal a través de secuencias y ritmos de música de acondicionamiento físico.

2. ¿Cuáles piensa que son las deficiencias del docente de educación física para no abordar el tema de la Expresión Corporal?

Una de las deficiencias del docente de educación física en el tema de expresión corporal es que utiliza sus movimientos corporales para la realización de un movimiento o secuencia por medio del Deporte o actividad física. En la expresión corporal el docente debe utilizar el cuerpo como

modo exploración utilizando los puntos medios, altos y bajos, y a algunos colegas se les dificulta hacer esto.

3. ¿En su universidad le dieron asignaturas donde le enseñaran sobre la Expresión Corporal?

Si, enseñaron una asignatura de expresión corporal que me ha permitido en determinado momento poder dar una clase referente al tema pero no de manera frecuente.

4. ¿Alguna vez ha tratado de incorporar actividades de Expresión Corporal en una de sus clases?

Si, en alguna clase lo he llevado a cabo, pero no frecuentemente.

5. ¿Sabe usted que elementos como: el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, la postura, el juego entre otros hacen parte de los contenidos de la Expresión Corporal?

Si claro, el manejo de la postura y los trabajos de lateralidad y los puntos medios, bajos y altos.

6. ¿Cómo vería usted una propuesta para introducir la expresión corporal en las instituciones educativas?

A través de las rondas infantiles y los juegos lúdicos. Sería interesante que hubiese una propuesta con un buen contenido del tema.



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca

Año 2019

Fecha: 06/09/2019

Nombre del docente: Luz Marina Gutiérrez

Institución educativa: Liceo Campestre Crecer

Objetivo

La presente entrevista es realizada para saber que conocimientos tiene el docente de educación física respecto a la Expresión Corporal. Los datos aquí registrados serán utilizados única y exclusivamente para fines educativos.

Preguntas:

1. ¿Cómo considera usted la forma en que actualmente se maneja la Expresión Corporal en las clases de educación física en la institución?

Soy la encargada de dar las clases de danzas en el colegio, pero muy aparte de las clases de educación física. Creo que falta incorporar un poco más este tema en dicha asignatura.

2. ¿Cuáles piensa que son las deficiencias del docente de educación física para no abordar el tema de la Expresión Corporal?

La falta de dominio del tema, se enfoca más en lo deportivo, enseñar técnicas y reglamentos de los juegos y demás.

3. ¿En su universidad le dieron asignaturas donde le enseñaran sobre la Expresión Corporal?

En el Sena nos enseñaron todo lo básico, es en la práctica donde realmente se logra aprender mucho más.

4. ¿Alguna vez ha tratado de incorporar actividades de Expresión Corporal en una de sus clases?

Si, en cada clase siempre va incluida la expresión corporal.

5. ¿Sabe usted que elementos como: el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, la postura, el juego entre otros hacen parte de los contenidos de la Expresión Corporal?

Si y trato de incorporar estos temas en las distintas clases que doy a los estudiantes.

6. ¿Cómo vería usted una propuesta para introducir la expresión corporal en las instituciones educativas?

Muy buena, el hecho que haya una propuesta para trabajar la expresión corporal, facilitaría el proceso en las clases de danza. Los niños llegarían mucho más prestos a participar y aprender las danzas.



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca
Año 2019

Fecha: 07/09/2019

Nombre del docente: Oscar Salazar

Institución educativa: Semillas la experanza

Objetivo

La presente entrevista es realizada para saber que conocimientos tiene el docente de educación física respecto a la Expresión Corporal. Los datos aquí registrados serán utilizados única y exclusivamente para fines educativos.

Preguntas:

1. ¿Cómo considera usted la forma en que actualmente se maneja la Expresión Corporal en las clases de educación física en la institución?

Las manejo con baile, teatro y danzas.

2. ¿Cuáles piensa que son las deficiencias del docente de educación física para no abordar el tema de la Expresión Corporal?

El espacio y la falta de recursos, casi siempre toca trabajar con lo que hay.

3. ¿En su universidad le dieron asignaturas donde le enseñaran sobre la Expresión Corporal?

Si, danzas y bailes folclóricos.

4. ¿Alguna vez ha tratado de incorporar actividades de Expresión Corporal en una de sus clases?

Me rijo al plan de área.

5. ¿Sabe usted que elementos como: el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, la postura, el juego entre otros hacen parte de los contenidos de la Expresión Corporal?

Sí, en cada clase implemento todos esos elementos.

6. ¿Cómo vería usted una propuesta para introducir la expresión corporal en las instituciones educativas?

Sería bueno, interesante tener a la mano una propuesta que te permita trabajar la expresión corporal de manera directa y con una secuencia continua.



Universidad del valle sede Palmira

Instituto de educación y pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes

Palmira valle del cauca

Año 2019

Fecha: 07/09/2019

Nombre del docente: Andrés Rodríguez

Institución educativa: Universidad del valle

Objetivo

La presente entrevista es realizada para saber que conocimientos tiene el docente de educación física respecto a la Expresión Corporal. Los datos aquí registrados serán utilizados única y exclusivamente para fines educativos.

Preguntas:

1. ¿Cómo considera usted la forma en que actualmente se maneja la Expresión Corporal en las clases de educación física en la institución?

Pienso que cada vez mejor, ya que, se busca mayor amplitud en las opciones para desarrollarla, tales como, el arte escénico, el baile, coreografías. Aunque también, es un desafío para el docente porque trabajar la expresión corporal por todas estas ramas requiere de mucha practica y experiencia.

2. ¿Cuáles piensa que son las deficiencias del docente de educación física para no abordar el tema de la Expresión Corporal?

La complejidad de los ejercicios, juegos y actividades de la expresión corporal que pueden llevar al docente a una mala ejecución, al volverlas muy mecánicas y/o restringidas o al otro extremo

como el completo libertinaje de los estudiantes. También está el hecho que los estudiantes en ocasiones se limitan a la orden del docente y no interactúan con los demás y su imaginación.

3. ¿En su universidad le dieron asignaturas donde le enseñaran sobre la Expresión Corporal?

No. Aunque si se dieron algunas pautas del tema.

4. ¿Alguna vez ha tratado de incorporar actividades de Expresión Corporal en una de sus clases?

No.

5. ¿Sabe usted que elementos como: el equilibrio, la coordinación, el esquema corporal, la postura, el juego entre otros hacen parte de los contenidos de la Expresión Corporal?

Si, el ritmo y la percepción temporal también.

6. ¿Cómo vería usted una propuesta para introducir la expresión corporal en las instituciones educativas?

Pienso que los estudiantes de esta generación están más interesados en las coreografías. Un ejemplo de ello, es la absorción de la música Kpop que llama mucho la atención de los más adolescentes, incentivándolos a crear grupos e imitar las coreografías de los videos.



Guía de observación para la Expresión Corporal

Datos Generales:

Nombre del estudiante: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Nombre del observador: _____

El presente documento proporciona situaciones del aprendizaje observadas por los presentes en los estudiantes durante las doce sesiones de Expresión Corporal en los niños de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer de la ciudad de Palmira Valle del Cauca.

No.	Aspectos a evaluar	SI	NO	A veces
1	Adapta su postura a las actividades hechas en clase.			
2	Reconoce su cuerpo como medio de comunicación.			
2	Trabaja en equipo.			
4	Confía en sí mismo y en sus compañeros.			
5	Es mentalmente ágil.			
6	Coordina sus movimientos en las actividades.			
7	Expresa emociones mediante las actividades propuestas y entiende el significado de las mismas.			
8	Es sociable a la hora de trabajar en grupo.			
9	Tiene buena capacidad de reacción.			
10	Utiliza su cuerpo de manera creativa.			
11	Se dirige a otros de manera positiva.			
12	Se comunica de forma verbal y no verbal.			
Observaciones:				

Para llevar a cabo la propuesta, se procedió a indicar al rector del colegio y al docente de educación física del Liceo Campestre Crecer, el beneficio que la Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física, proporciona a los estudiantes de 7 a 9 años al estimular el uso de su cuerpo de maneras diferentes a las acostumbradas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Se obtuvo la colaboración de la institución con respecto al espacio físico, los recursos con que cuentan y la buena disposición del docente de educación física. En la primera clase impartida se noto un poco de timidez por parte de los niños, por lo que se opto a iniciar con juegos que permitiesen socializar entre todos de manera fluida y natural, para luego dar paso a la introducción de las actividades expresivas corporales.

En los primeros acercamientos al docente se pudo prever que no se manejaban mucho los contenidos expresivos, situación que se logró convalidar en la entrevista días después.

Al inicio, mediante la observación se evaluaron los primeros aspectos con los cuales se noto que ha algunos niños les era difícil expresarse abiertamente y a otros no tanto, situación que fue mejorando con el transcurrir de las clases y la confianza generada entre docentes y estudiantes, y entre ellos mismos.

Habiendo concluido con las actividades los presentes consideran que el desarrollo y aplicación de esta Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física es importante para la formación de los niños de 7 a 9 años del Liceo Campestre Crecer, añadiendo también la experiencia adquirida y el aporte que brinda llevar a cabo dicha propuesta para el ejercicio futuro como licenciados en educación física y deportes.

Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

- La Guía para el desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de educación física es una herramienta que ayuda al docente a que aborde los contenidos de la expresión corporal en sus clases de manera didáctica y que los niños de 7 a 9 años las disfruten.
- Los estudiantes lograron socializar más en el espacio abierto que se les brindó a diferencia de cuando están en el salón, las actividades hechas hicieron más fácil dicha socialización.
- Cada una de las actividades que se llevaron a cabo tienen el propósito de alimentar el espíritu creativo del niño y su experiencia con el mundo que le rodea.
- La Expresión Corporal permite que el niño de manera voluntaria manifieste sus emociones y anhelos frente a una posible situación ficticia, le ayuda a ver las distintas opciones y respuestas que puede dar en el mundo real.
- Se nota la inexperiencia del docente en el tema de expresión corporal y danzas, al no implementar dichos elementos en las clases de educación física.

Recomendaciones

- Implementar más a menudo actividades que les permitan a los niños explorar su propio cuerpo y mostrar sus emociones sin temor.
- Ayudar al niño a perder el miedo a lo desconocido mediante el uso de la Expresión Corporal.
- Inculcarle al niño la importancia del trabajo en equipo y que así podrá obtener una mejor convivencia en su diario vivir.
- Estimular las habilidades expresivas de los niños tanto verbales como no verbales.

Referencias

- Blanco, M. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horizontes pedagógicos*, 11 (1), 15-28. Recuperado el 20 de agosto de 2018 de <http://revistas.iberoamericana.edu.co/>
- Berruezo, P, P. (2000). El contenido de la psicomotricidad. Recuperado el 5 de febrero de 2019 de <https://www.um.es/cursos/promoedu/psicomotricidad/2005/material/contenidos-psicomotricidad-texto.pdf>
- Cáceres, A. (2010, julio). La expresión corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*. Recuperado el 20 de agosto de 2018 de <https://www.feandalucia.ccoo.es/>
- Castillo, V. & Rebollo, G. (abril 2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. Recuperado el 5 de febrero de 2019 de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/3317/b15549859.pdf?sequence=1>
- Calderón, K. (2012). “Análisis de la importancia de la expresión corporal en el desarrollo psicomotor de los niños de 4 a 5 años del centro desarrollo infantil divino niño 1 del cuerpo de ingenieros del ejército de la ciudad de Quito; propuesta alternativa” (tesis de pregrado). Escuela Politécnica del Ejército, Sangolquí, Ecuador. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <https://es.scribd.com/>
- Correa, J. Chirva, C. & Valderrama, J. (2015). Expresión corporal: una propuesta didáctica para mejorar la comunicación no verbal en el grado 2do del IED la nueva constitución (tesis de pregrado). Universidad libre, Bogotá, Colombia. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <http://repository.unilibre.edu.co/>

- De La Vega, M, M. (mayo, 2012). Introduccion al estilo APA, 6ta, ed. Tablas y Figuras.
Recuperado el 15 de julio de 2019 de <http://visajes.co/doc/TABLAS-y-FIGURAS-APA.pdf>
- Eco, U. (2009). Como se hace una tesis: tecnicas y procedimientos de estudio, investigacion y escritura. Barcelona, España: Editorial Gedisa. Recuperado el 20 de agosto de 2017 de <http://www.upv.es/>
- Esquivel, Z. (2013). La gimnasia rítmica y su incidencia en la coordinación motriz de los niños y niñas de la escuela modesto Villavicencio del cantón pujilí, provincia de Cotopaxi.
Recuperado el 15 de junio 2019 de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7406/1/FCHE-CF-287.pdf>
- Garzón, V. & Jetón, G. (2010). “Propuesta sobre expresión corporal como recurso pedagógico para el desarrollo psicomotor en niñas y niños de 3 a 4 años” (tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/>
- Ley general de educación (ley 115) (febrero 8 de 1994). Congreso de la República de Colombia, 1994, 8, febrero. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <http://www.mineducacion.gov.co/>
- López, M. (s, f). La postura corporal y sus patologías: implicaciones en el desarrollo del adolescente. prevención y tratamiento en el marco escolar. Recuperado el 15 de febrero de 2019 de <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/5152/1/Educaci%20c3%b3n%20F%20c3%adsi%20y%20postura%20corporal.pdf>

- Martínez, B. (2010). “elaboración de una guía motivacional de expresión corporal con la utilización de recursos didácticos elaborados en base a materiales reciclables para niños de 4 a 5 años del centro de formación parvularia de práctica docente semillitas “César Francisco Naranjo” del cantón pujilí, periodo lectivo 2009-2010” (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Cotopaxi, Latacunga, Ecuador. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <http://repositorio.utc.edu.ec/>
- Montávez, M. (2012). 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). Universidad de Córdoba, Córdoba, España. Recuperado el 17 de enero de 2018 de <http://helvia.uco.es/>
- Muñoz, R. (marzo, 2019). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. Recuperado el 14 de junio de 2019 de <https://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
- Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (documento 15) (2010). Ministerio de Educación Nacional, primera edición, 2010. Recuperado el 15 de agosto de 2017 de <https://www.mineducacion.gov.co/>
- Perez, R. (2004). Psicomotricidad. Desarrollo psicomotor en la infancia. Vigo, España: Ideaspropias Editorial. Recuperado el 14 de mayo 2018 de <http://media.axon.es/>
- Pérez, P. (2016). El recurso de la dramatización y el teatro en las aulas de primaria. Recuperado el 5 de febrero de 2019 de

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/68328/1/El_recurso_de_la_Dramatizacion_y_el_Teatro_en_las_aulas_de_PEREZ_PUIG_ESTHER.pdf

Resolución 2343 (junio 5 de 1996). Ministerio de Educación Nacional, 1996, 5, junio.

Recuperado el 15 de agosto 2017 de <https://www.mineducacion.gov.co/>

Rivas, A. (mayo 3, 2019). Normas apa para trabajos escritos. Recuperado el 14 de junio de 2019 de <https://www.colconectada.com/normas-apa/>

Rivera, M. (marzo, 2009). La expresión corporal en el área de Educación Física. Batería de juegos. Recuperado el 15 de julio de 2019 de <https://dns.efdeportes.com/efd130/la-expresion-corporal-en-educacion-fisica.htm>

Rodríguez, A., y Carvajal, A. (1999). Guía para la elaboración de proyectos de investigación social. Cali, Colombia: Escuela de Trabajo Social y Desarrollo Humano Universidad del Valle. Recuperado el 30 de junio de 2018 de <http://trabajosocial.univalle.edu.co/>

Roy, L. (19 de junio 2017). El teatro y la dramatizacion en educacion infantil. Recuperado el 5 de febrero de 2019 de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/28925/TFG-O-1172.pdf;jsessionid=ADE7A0FAA9330C2CBC5FFF0B0F9BE904?sequence=1>

Velásquez Iglesias, D. (Agosto de 2010). Propuesta de juegos para las clases de actividad rítmica en tercer grado. Recuperado el 30 de mayo de 2019 de

<https://www.efdeportes.com/efd147/juegos-para-las-clases-de-actividad-ritmica.htm>

Zapata, R. (s, f). Banco de actividades educación física recreación y deportes equilibrio.

Recuperado el 10 de febrero de 2019 de

<http://meduapa.mex.tl/imagesnew2/0/0/0/1/0/0/6/8/5/2/equilibrio%202.pdf>