



UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
FACULTAD DE ARTES Y EDUCACIÓN FÍSICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTES Y
RECREACIÓN

PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA PARA TRABAJAR Y
DESARROLLAR LA EXPRESIÓN CORPORAL A TRAVÉS DE LA CLASE DE
EDUCACIÓN FÍSICA EN LOS NIVELES DE 3° Y 4° BÁSICO

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PROFESOR(A) DE EDUCACIÓN
FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

AUTORAS:

BÁRBARA FERRARI TEJO

NICOLE MOYA ESPINOSA

PROFESOR GUÍA:

CECILIA BAHAMONDE PÉREZ

SANTIAGO DE CHILE, 2021.

Autorizado para: **Sibumce Digital**

ÍNDICE

RESUMEN	7
ABSTRACT	8
I. INTRODUCCIÓN	9
I. 1 RELEVANCIA	13
I. 1.2 APOORTE TEÓRICO	14
I. 1.3 APOORTE PRÁCTICO	15
II. CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN	17
II. 1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	18
II. 2 JUSTIFICACIÓN	21
III. CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO	23
III. 1 FUNDAMENTOS TEÓRICOS	24
III. 1.1 LA EXPRESIÓN CORPORAL	25
III. 1.1.1 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA	27
III. 1.1.1.1 PRINCIPIOS METODOLÓGICOS	28
III. 1.1.1.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA	30
III. 1.1.1.3 ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	31
III. 1.1.1.4 TIPOS DE EVALUACIÓN	32
III. 1.1.1.5 ENFOQUE DE LAS ACTIVIDADES	34
III.1.1.2 DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO	
DISCIPLINA: ASPECTOS HISTÓRICOS	35
III. 1.1.2.1 CANALES DE COMUNICACIÓN	36
III. 1.1.2.2 DANZAS Y BAILES	37
III. 1.1.2.3 EDAD MEDIA	38
III. 1.1.2.4 RENACIMIENTO	39
III. 1.1.2.5 SIGLO XIX, SIGLO XX Y SIGLO XXI	40

III. 1.2 PRINCIPIOS ESENCIALES PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN NIÑOS Y NIÑAS	41
III. 1.2.1 LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL	42
III. 1.2.1.1 CRECIMIENTO Y DESARROLLO DEL NIÑO Y LA NIÑA	45
III. 1.2.1.1.1 DESARROLLO DEL ÁMBITO MOTOR Y SOCIAL	46
III. 1.2.1.2 CORPOREIDAD, CREATIVIDAD Y PSICOMOTRICIDAD	48
III. 1.2.1.2.1 IMPORTANCIA DE LA CORPOREIDAD	49
III. 1.2.1.2.2 IMPORTANCIA DE LA CREATIVIDAD	51
III. 1.2.1.2.3 IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD	52
III. 1.2.1.3 LAS BASES FÍSICAS Y EXPRESIVAS DEL MOVIMIENTO	54
III. 1.2.1.4 CAPACIDADES FÍSICAS, MOTRICES O COORDINATIVAS Y HABILIDADES MOTRICES TRABAJADAS DESDE LA EXPRESIÓN CORPORAL	56
III. 1.2.1.4.1 CAPACIDADES FÍSICAS EN LA EXPRESIÓN CORPORAL	57
III. 1.2.1.4.2 CAPACIDADES MOTRICES Y COORDINATIVAS EN LA EXPRESIÓN CORPORAL	58
III.1.2.1.4.3 HABILIDADES MOTRICES EN LA EXPRESIÓN CORPORAL	62
III. 1.2.1.5 APORTACIONES DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA	64
III. 1.2.1.5.1 IMPORTANCIA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL	66
III. 2 MARCO REFERENCIAL	69
III. 2.1 PROPUESTA DE CAÑIZARES Y CARBONERO	70
III. 2.2 PROPUESTA DE POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS	78
III. 2.2.1 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: ¿QUÉ ES LA CREATIVIDAD MOTRIZ?	80

III. 2.2.2 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: CONTEXTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA	82
III. 2.2.3 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: INTERVENCIÓN DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.	83
III. 2.2.4 CONCLUSIONES DE LOS AUTORES RESPECTO A LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA.	84
III. 3 CONTEXTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA CHILENA	85
III. 4 MARCO CONCEPTUAL	86
III. 4.1 CONCEPTOS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL	87
III. 4.1.1 ASPECTOS GENERALES Y COMPLEJOS	88
III. 4.1.2 MANIFESTACIONES EXPRESIVAS	99
III. 4.2 SÍNTESIS	101
IV. CAPÍTULO 3: MARCO METODOLÓGICO	102
IV. 1 PROCEDIMIENTOS	103
IV. 1.1 POBLACIÓN DE ESTUDIO	105
IV. 1.2 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN	106
IV. 1.2.1 FILTRO DE INFORMACIÓN	107
IV. 1.3 OBJETIVO DE LA PROPUESTA	108
IV. 1.4 MÉTODOS UTILIZADOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA NUEVA UNIDAD	109
IV. 1.4.1 PROPÓSITO, OBJETIVO E INDICADORES DE EVALUACIÓN	110
IV. 1.4.2 CONTENIDOS Y SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES	111
IV. 1.4.2.1 ELABORACIÓN DE ACTIVIDADES	112
IV. 1.4.3 RECURSOS EDUCATIVOS	113
IV. 1.4.4 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA	114
V. CAPÍTULO IV: RESULTADOS	115

V. 1 PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD: PROPÓSITO, OBJETIVOS E INDICADORES DE EVALUACIÓN	116
V. 1.1 3º BÁSICO. UNIDAD 3: “JUEGO Y MOVIMIENTO EXPRESIVO”	117
V. 1.1.1 CONSIDERACIONES	118
V. 1.1.2 PROPÓSITOS DE LA UNIDAD	119
V. 1.1.3 OBJETIVOS DE LA UNIDAD	120
V. 1.1.4 OBJETIVOS ACTITUDINALES	124
V. 1.1.5 INDICADORES DE EVALUACIÓN	125
V. 1.2 4º BÁSICO. UNIDAD 3: “MOVIMIENTO EXPRESIVO Y CREATIVO”	129
V. 1.2.1 CONSIDERACIONES	130
V. 1.2.2 PROPÓSITOS DE LA UNIDAD	131
V. 1.2.3 OBJETIVOS DE LA UNIDAD	132
V. 1.2.4 OBJETIVOS ACTITUDINALES	135
V. 1.2.5 INDICADORES DE EVALUACIÓN	136
V. 2 PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD: CONTENIDOS Y ACTIVIDADES	140
V. 2.1 3º BÁSICO. UNIDAD Nº3: “JUEGO Y MOVIMIENTO EXPRESIVO”	141
V. 2.2 4º BÁSICO. UNIDAD Nº3: “MOVIMIENTO EXPRESIVO Y CREATIVO”	152
V. 3 RECURSOS EDUCATIVOS	163
V. 4 TIEMPO Y ESPACIO DE APLICACIÓN PARA LA PROPUESTA	164
V. 5 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA	165
V. 5.1 PRINCIPIOS METODOLÓGICOS	166
V. 5.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA	168
V. 5.3 EVALUACIONES	169
VI. CAPÍTULO V: DISCUSIÓN	170
VII. CAPÍTULO 6: CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES	173

VII. 1 CONCLUSIONES	174
VII. 2 REFLEXIONES	175
VIII. CAPÍTULO 7: REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	178
ANEXOS	180
ANEXO 1: TABLAS	180
Tabla 1. Unidad 3 del Programa de Educación Física con sus respectivos objetivos e indicadores de evaluación. (Ministerio de Educación, 2020).	180
Tabla 2. Escala de valoración numérica	182
Tabla 2.1. Escala de valoración	183
Tabla 3. Lista de control	183
Tabla 4. Componentes de la Condición Física en Educación Física y Expresión Corporal (Cachadiña et al. 2006)	184
Tabla 5. Ámbitos de aplicación de la Expresión Corporal (Timón et al. 2010)	185
ANEXO 2: DIAGRAMA	186
Diagrama 1. Componentes de la Condición física trabajados desde la Expresión Corporal (Cachadiña et al. 2006)	186

RESUMEN

La Expresión Corporal, es un contenido que ya hace bastante tiempo se insertó dentro de la Educación Física; y que contribuye a una base motriz en los niveles de Enseñanza Básica. Sin embargo, es algo que actualmente sigue siendo abordado con poca profundidad, ya que, por lo general, se priorizan otros contenidos: los que tienen por objetivo primordial buscar un desarrollo y perfeccionamiento motriz. Es por esto que, la presente investigación, analizó aspectos del programa curricular de la Educación Física en Chile en los primeros niveles escolares de Enseñanza Básica, específicamente, los niveles que abarcan de 1° a 4° Básico, con el propósito de demostrar el enfoque que se le da a la Expresión Corporal en la Educación Física Básica Chilena, y, en respuesta a ello, entregar una propuesta de unidad didáctica de Expresión Corporal, que garantice un real trabajo y enfoque de la misma, además de otorgar una nueva e innovadora herramienta de trabajo para los(as) docentes del área de Educación Física en la Educación Básica. Se trata de una investigación de carácter teórico, basada en bibliografías, con el fin de demostrar la importancia y aporte de la Expresión Corporal como base motriz en los niveles básicos mencionados. Según los resultados del análisis realizado al programa curricular, se definió la población de estudio, la cual fueron niños y niñas de 3° y 4° básico que comprendieran las edades de entre 8 y 10 años. Con los datos recopilados, el resultado fue la presentación de una Unidad Didáctica de Expresión Corporal, la cual se ligó a la Unidad n°3 original del plan curricular de Ed. Física para 3° y 4° básico. Dicha unidad, fue modificada para efectos de la nueva unidad con enfoque a la Expresión Corporal. La razón por la cual se escoge esta unidad para ser modificada es porque se encontró relación entre sus contenidos con algunos de los aspectos de la Expresión Corporal. En dicha unidad, por ejemplo, se trabajan Danzas y/o Bailes que, en su mayoría, son de carácter folclórico, los cuales pueden trabajarse de igual manera, aunque enfocados a desarrollar la Expresión Corporal en niños y niñas. Por ende, la metodología de enseñanza debe ser la adecuada y no debe centrarse únicamente en los resultados perfeccionistas, como una total y correcta ejecución o coordinación de movimientos.

En síntesis, la presente investigación trata sobre la Expresión Corporal insertada en el área de la Educación Física, teniendo como resultado, la propuesta de una nueva unidad

didáctica que incorpora la Expresión Corporal, a través de los contenidos del plan curricular de Educación Física para 3° y 4° Básico.

ABSTRACT

The Corporal Expression is a content that for quite some time was inserted within the Physical Education; and that contributes to a motor base in the levels of Basic Education. However, it is something that currently continues to be approached with little depth, since, in general, other contents are prioritized: those whose primary objective is to seek development and motor improvement. This is why the present research analyzed aspects of the Physical Education curriculum in Chile in the first school levels of Basic Education, specifically, the levels that range from 1st to 4th Basic, with the purpose of demonstrating the approach that is given to Body Expression in Chilean Basic Physical Education, and, in response to this, deliver a proposal for a Body Expression didactic unit, which guarantees a real work and approach to it, in addition to granting a new and innovative work tool for (as) teachers in the area of Physical Education in Basic Education. This is a theoretical investigation, based on bibliographies, in order to demonstrate the importance and contribution of Body Expression as a driving force in the basic levels mentioned. According to the results of the analysis carried out on the curricular program, the study population was defined, which were boys and girls of 3rd and 4th grade who were between 8 and 10 years old. With the data collected, the result was the presentation of a Body Expression Didactic Unit, which was linked to the original Unit 3 of the Physical Ed curriculum for 3rd and 4th grade. This unit was modified for the purposes of the new unit focused on Body Expression. The reason why this unit is chosen to be modified is because a relationship was found between its contents with some of the aspects of Body Expression. In this unit, for example, Dances and / or Dances are worked which, for the most part, are folkloric in nature, which can be worked in the same way, although focused on developing Body Expression in boys and girls. Therefore, the teaching methodology must be adequate and must not focus only on perfectionist results, such as a total and correct execution or coordination of movements. In summary, this research deals with the Body Expression inserted in the area of Physical Education, resulting in the proposal of a new didactic unit that incorporates Body Expression, through the contents of the Physical Education curriculum for 3 4th and 4th grade.

I. INTRODUCCIÓN

La siguiente investigación propone una unidad didáctica de trabajo para desarrollar la Expresión Corporal en la clase de Educación Física en niños y niñas de Educación Básica. Esto surge a raíz de un análisis de las bases curriculares del MINEDUC del Programa de Educación Física, específicamente de la Unidad n°3, donde se encuentran aspectos que aluden a la Expresión Corporal. Sin embargo, desde 3° Básico, aun estando dichos aspectos dentro del programa de la unidad, la unidad cambia su enfoque y se orienta a la reproducción de Danzas Folklóricas con características específicas que se deben cumplir, como la correcta ejecución de movimientos, coordinados al compás de la música. La expresividad corporal, aparece entre algunos de los indicadores de evaluación de la unidad, pero tras el análisis realizado, en algunos cursos, como lo es el caso de 3° y 4° Básico, parece no haber una concordancia entre el objetivo de la unidad (lo que se espera lograr) y los indicadores de evaluación (lo que se evaluará); El objetivo y nombre de la unidad mencionan la realización de Danzas Folklóricas y entre sus indicadores de evaluación aparecen aspectos como utilizar el movimiento y los gestos a modo de expresión frente a sonidos y ritmos variados, también ejecutar combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos (estudiantes), procurando expresar sentimientos o ideas por medio de sus movimientos corporales (Ministerio de Educación. (2020). *Curriculum nacional Programa de Educación Física y salud*. Julio 12, 2020, Gobierno de Chile, Sitio web: <https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/w3-propertyvalue-49399.html>). No se sabe con claridad en qué momento serán evaluados los puntos anteriores si la unidad pretende que los(as) estudiantes ejecuten una Danza Tradicional o Folklórica, entiéndase por Danza una “secuencia de movimientos corporales que siguen patrones específicos determinados” (p.1), tanto de movimiento como de ritmo (Academia Danza Esmeralda. (2019). *¿Sabías que el baile y la danza no son lo mismo?* Julio 12, 2020, de ISTD, Sitio web: <http://www.danzaesmeralda.com/sabias-que-el-baile-y-la-danza-no-son-lo-mismo-%f0%9f%a4%94/>). En este caso, la unidad espera evaluar algo que realmente no está siendo abordado.

No obstante, en 1° y 2° Básico, la unidad se enfoca al trabajo de la Expresión Corporal por medio de movimientos corporales rítmicos. Entonces, ¿Por qué en 1° y 2° Básico existe una unidad que aborda la Expresión Corporal? pero, a partir de 3° Básico ¿dicha unidad cambia su enfoque?

Experiencias previas, también permitieron una idea clara de lo que se prioriza y realiza durante la Unidad n°3 de Educación Física, y sus contenidos enseñados. Estas experiencias fueron vivenciadas en dos establecimientos de enseñanza dentro de la Región Metropolitana de Chile: Colegio Hispano Americano (Comuna de Santiago) y Colegio Corazón de María (Comuna de San Miguel).

Dentro del paso por estas instituciones, tanto como estudiantes de los establecimientos como practicantes de pedagogía en Educación Física, se pudo presenciar que, efectivamente, en las clases de Educación Física, y según el currículum de la asignatura, durante la Unidad n°3, el trabajo se enfoca totalmente a la construcción y ejecución de Danzas Folklóricas, las cuales se orientan únicamente a la repetición de movimientos o pasos para la enseñanza de una coreografía planificada y ya previamente estructurada.

Generalmente, esta unidad es realizada durante el segundo semestre escolar, lo que vendría siendo durante los meses de Agosto y Septiembre, donde este último, contempla la conmemoración de las fiestas patrias de la independencia de Chile. Por esto, el enfoque de las clases durante este período es precisamente memorizar y mecanizar una danza tradicional o típica del país, representando diferentes zonas, pueblos originarios y la polinesia. Esto con el fin de participar de un acto escolar que conmemora el “18 de Septiembre” para, posteriormente, obtener una calificación.

Bárbara Ferrari Tejo y Nicole Moya Espinosa, autoras de la presente investigación, tras un recopilado de sus experiencias vivenciadas en los establecimientos educacionales mencionados, mencionan lo siguiente:

“Por parte de ambas experiencias, tras realizar lo mismo cada año, la unidad se fue convirtiendo en monótona y aburrida; ver siempre las mismas Danzas Folklóricas, las cuales debían ser estrictamente realizadas con una pareja del sexo opuesto (masculino). Hubo ocasiones donde compañeras representaban a la versión masculina en la coreografía, esto sin

antes haber sido consultado, en vez de danzar interpretando y expresando lo que se sintiese cómodo.

Para obtener una buena calificación, la coreografía debía seguirse al pie de la letra, respetando sus tiempos, ritmos y ejecutando coordinadamente los pasos. Si esto no se hacía, inmediatamente el puntaje bajaba; quien quisiese danzar expresando lo que sentía en ese momento, sería mal evaluado por no respetar los puntos anteriores.

Con todo esto, encontramos que la Expresión Corporal se nos coarta, desaprovechando su potencial y posibilidad de expresión propia y libre. El objetivo de esta unidad solamente consiste en mecanizar, memorizar y realizar ejercicios o una coreografía sin muchas veces hacer el trabajo de fondo; el porqué de su creación y realización; sus comienzos; qué se representa y expresa con ello.

Durante estos últimos años, con el aumento de la población escolar de inmigrantes, los bailes, danzas y fechas de celebraciones han cambiado; los actos ahora son multiculturales.

Como profesoras de Educación Física, es importante poder entregar el contenido necesario y útil.”

Con esto último y a modo de síntesis, se puede ver y hacer aún más introspección, en torno, a que la Expresión Corporal no es trabajada y su conocimiento no es de dominio para todos los(as) profesores(as) de Educación Física, lo cual, puede ser la razón de rechazo al no responder con el estereotipo común y aceptado por la Educación Física en Chile. Se considera como una actividad aparte y “diferente”. No se entiende como algo fácil, cercano y accesible de llevar a cabo. (María Pilar Cachadiña Casco, Juan José Rodríguez Terrón, Kiki Ruano Arriagada. (2006). *Expresión Corporal en la clase de Educación Física*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L)

Por lo anterior, es que, actualmente, en el Programa de Educación Física en Chile, no existe una unidad con enfoque real de la Expresión Corporal como tal. A pesar de ser

mencionada en algunos aspectos del programa curricular de la Unidad n°3, el objetivo de esta es, principalmente, memorizar y mecanizar una Danza ancestral, autóctona o típica de alguna zona del país, latinoamericana o mundial, aplicando aspectos motores (capacidades físicas básicas y habilidades motrices).

La Expresión Corporal, durante los primeros años de formación escolar, es de vital importancia, ya que, permite conocer la propia expresión del cuerpo, junto con todas sus posibilidades de movimiento, y aprender un modo de exteriorizar lo interno, a través de un lenguaje corporal. Permite un autoconocimiento y el desarrollo de la consciencia corporal.

Con todo lo anterior, la presente investigación pretende responder a las siguientes interrogantes: ¿Cómo trabajar la Expresión Corporal en niños y niñas de 3° y 4° Básico? ¿Cómo incorporar la Expresión Corporal al currículum educacional de Educación Física en 3° y 4° Básico? ¿Cómo relacionar el trabajo de la Educación Física con la Expresión Corporal? Así es como surge la idea de elaborar una nueva propuesta de unidad didáctica, que integre el trabajo de la Expresión Corporal en conjunto con la Educación Física, objetivo primordial de esta investigación.

En base a todo lo anterior, se construyeron los objetivos específicos de esta investigación, los cuales se presentan a continuación:

- 1) Construir una propuesta didáctica bajo el concepto de Expresión Corporal, describiendo su desarrollo como disciplina en congruencia con la tercera unidad del currículo nacional en la asignatura de Educación Física para los escolares de 3° y 4° Básico.
- 2) Exponer los principios esenciales de la Expresión Corporal para el trabajo con niños y niñas, y el desarrollo de contenidos que optimicen el proceso de enseñanza aprendizaje en la práctica educativa.
- 3) Establecer los elementos principales de la unidad didáctica de Expresión Corporal, considerando su descripción, propósito, objetivos didácticos con las correspondientes competencias, contenidos, sugerencias de actividades, metodología de enseñanza, recursos, adaptaciones curriculares, espacio y tiempo.

I. 1 RELEVANCIA

En esta investigación, se encuentra que es de relevancia introducir el trabajo y desarrollo de la Expresión Corporal, debido a que no es abordada realmente en la Educación Física, siendo que se hace referencia al tema en el programa curricular.

Es pertinente que, como profesoras de Educación Física, se realice esta investigación, ya que, la educación del cuerpo no debe entenderse sólo en un plano físico, sino que, el trabajo corporal abarca mucho más planos, como el plano cognitivo y emocional: “El estudiante puede y debe jugar y experimentar, pero el profesor debe ser consciente de todo lo que se está moviendo en el plano físico, mental y emocional en ese juego y experimentación”. (Cachadiña et al. 2006). Esto es algo que la Expresión Corporal puede entregar sin mayor dificultad.

Cabe destacar que, siendo profesionales en el área de la educación, constantemente se realizan planificaciones en base a los programas que entrega el MINEDUC. En este caso, el Programa de Educación Física, presenta incongruencias entre objetivos e indicadores de evaluación en algunas unidades, como lo es el caso de la Unidad n°3 analizada. Esto es inaceptable, el programa debiese ser claro, conciso y cumplir con lo que pide. Las bases curriculares sirven como guía de trabajo y como herramienta para facilitar la labor docente.

Se debe considerar también que, la forma de abordar y trabajar la Educación Física debe ser de manera igualitaria y pareja para todos(as) los(as) estudiantes del país, sin importar a qué tipo de establecimiento asisten. Por lo tanto, se considera de suma importancia, que los programas curriculares sean claros en cuanto a los aspectos y contenidos a abordar durante las clases de Educación Física.

I. 1.2 APORTE TEÓRICO

El aporte teórico de esta investigación es la presentación de una nueva unidad, enfocada al trabajo y desarrollo de la Expresión Corporal, con la idea de que pueda estar presente dentro del programa curricular de Educación Física, quedando a disposición para todos los profesores(as) del área, entregando una mirada más amplia al concepto de la educación corporal y una educación integral que servirá de base.

I. 1.3 APOORTE PRÁCTICO

Los profesionales de Educación Física se han hecho cada vez más conscientes de la importancia de la Expresión Corporal. Según las taxonomías de Simpson (1996) Jewett (1974) y Harrow (1978), citado por Cachadiña et al. (2006), respecto del ámbito motor, clasificaron los procesos de adquisición de la habilidad motriz según un criterio de complejidad creciente, situando al “movimiento creativo” en el lugar más elevado de las taxonomías. Esto demuestra que la Expresión Corporal no es algo sencillo de llevar a cabo, sino que, requiere de un previo dominio motriz, y de un cierto método y contexto para desarrollarla de manera efectiva.

Por lo anterior, el aporte práctico de esta investigación es otorgar una unidad didáctica accesible para todos aquellos docentes de la Educación Física que deseen incorporar el trabajo de la Expresión Corporal, y que, a la vez, garantice que sea realmente abordada. De esta manera, se pretende que todos los(as) estudiantes de los primeros niveles básicos de escolaridad (1° a 4° Básico) accedan a experimentar la Expresión Corporal, reconociendo su propio cuerpo, mente, emociones y sensaciones.

I. 1.4 NOVEDAD CIENTÍFICA

Como novedad científica, esta investigación entrega una propuesta de unidad didáctica que significa una perspectiva más evolucionada y completa de la Educación Física, y, por ende, de la educación del cuerpo, ya que, no se centraría únicamente en la correcta ejecución de ejercicios, desarrollo de competencias motrices específicas o en la adquisición de patrones motores de movimiento, sino que, además, abarcaría el ámbito cognitivo, afectivo y social, a través, de la Expresión Corporal. Se pretende que la Educación Física tenga un verdadero enfoque al trabajo corporal, y no solamente a lo motriz, sino que, también a lo cognitivo, social y emocional.

II. CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

El presente capítulo se divide en dos principales temas. En primer lugar, se presenta el problema de investigación, el cual, tiene que ver con lo planteado en una de las unidades contenidas en el plan curricular de Educación Física de 3° y 4° Básico, donde se encuentran ciertas incongruencias y errores de concepto, además de una discontinuidad en los contenidos respecto a los niveles anteriores (1° y 2° Básico). En segundo lugar, se da a conocer la justificación o importancia de solucionar dicho problema, donde la solución planteada es la elaboración de una nueva unidad didáctica que se enfoque realmente en aquellos aspectos mencionados en la “antigua” unidad del plan curricular de Educación Física, y terminar con el proceso de enseñanza (contenidos) que venía desde los niveles anteriores. Con esto último, aparece el concepto de Expresión Corporal y su importancia en los primeros niveles de Enseñanza Básica, la cual es el propósito de la nueva unidad.

II. 1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente, la Educación Física en Chile parece no incluir a la Expresión Corporal dentro de sus contenidos o temas a trabajar. En los primeros niveles de Enseñanza Básica (1° a 4° Básico), donde el desarrollo de la Expresión Corporal, en conjunto con la Psicomotricidad, la Creatividad y la Corporeidad, tiene un rol fundamental en niños y niñas, pertenece a la esencia propia del cuerpo y el movimiento, y contribuye a desarrollar las características de diferentes aspectos, los cuales se entrará en detalle más adelante. Los niveles de 1° y 2° Básico son los únicos que, actualmente, contemplan e incluyen a la Expresión Corporal como unidad y contenido. Sin embargo, a partir de los niveles de 3° y 4° Básico, la unidad y los contenidos cambian su enfoque bruscamente; se pasa de movimientos libres y expresivos a movimientos extremadamente coordinados y específicos para un cierto fin o tarea motriz.

Si bien, no todos los profesores(as) de Educación Física están desinteresados por la Expresión Corporal, la mayoría parece darles prioridad a otros contenidos. Esto quizás se deba a que el Programa de Educación Física entregado por el Ministerio de Educación de Chile, no hace referencia a la Expresión Corporal como contenido propio de la Educación Física. Es más, parece ni siquiera involucrar una con otra, siendo que ambas tienen mucho en común: la educación y el conocimiento del cuerpo y el movimiento. Sin embargo, el programa curricular menciona aspectos de la Expresión Corporal para referirse al contenido y unidad de Danzas Folklóricas, a excepción de los niveles de 1° y 2° Básico que, si presentan una unidad propia para abordar la Expresión Corporal o, al menos, varios aspectos de ella. Todo lo anterior, se puede evidenciar en las descripciones de la Unidad n°3 del Programa de Educación Física (Ministerio de Educación, 2020) en los niveles de 1° a 4° Básico (Para ver las descripciones originales del programa ver Anexo 1. Tabla 1).

Tras un análisis de los objetivos e indicadores de evaluación de la Unidad n°3 en los niveles de 1° a 4° Básico, se llega a lo siguiente:

1. La Unidad n°3 en los niveles de 1° y 2° Básico, apunta a trabajar la expresividad, emocionalidad y expresión de sentimientos a través del movimiento. Esto tendría relación con la Expresión Corporal, ya que, tiene por objeto de estudio, trabajo y desarrollo los aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos del cuerpo y movimiento (Cachadiña et al. 2006). El énfasis de la unidad apunta a que, los

niños(as) experimenten y expresen emociones, sentimientos, situaciones cotidianas, sensaciones y espontaneidad, a través de movimientos acompañados de diferentes ritmos y acompañamiento musical.

2. La Unidad n°3 en los niveles de 3° y 4° Básico, sufre un cambio rotundo en su enfoque: el contenido cambia a “Danzas Tradicionales o Folklóricas” y la unidad se enfatiza en desarrollar y perfeccionar aspectos psicomotrices específicos. Por ejemplo, el objetivo de la unidad en ambos cursos es que los(as) estudiantes ejecuten movimientos de Danzas Tradicionales de forma coordinada. En comparación con los dos cursos anteriores, los movimientos pasan de ser libres a coordinados; se debe seguir ciertos patrones de movimiento, un compás y un ritmo específico. En otras palabras, los movimientos pasan a ser más estructurados y limitados. Esto también se evidencia en los indicadores de evaluación, pues, para ambos niveles escolares, se evalúa la ejecución de un patrón de movimientos específicos para la Danza Tradicional o Folklórica que se ejecute. Aun así, dentro de los mismos indicadores, también se alude a la expresividad de sentimientos o ideas por medios de movimientos, lo cual, tendría relación con la Expresión Corporal; entendiendo que se trata de movimientos libres sin un patrón específico, ya que, se estaría expresando algo propio. Sin embargo, esto se contradice con el objetivo de la unidad, puesto que, se espera que los(as) estudiantes ejecuten movimientos o elementos de Danzas Tradicionales coordinados, pero, a la vez, se evalúa que ejecuten y realicen movimientos libres que expresen sentimientos o ideas. Quizás el error no está en que se planteen ambas cosas juntas en la unidad: el perfeccionamiento de movimientos y sus capacidades con la demostración de expresividad a través del movimiento. Por algo están contempladas allí y se pueden abordar ambas cosas sin problema. Sin embargo, la interpretación del plan curricular, así como también el cómo se abordan los contenidos, depende de cada docente. Aun así, a pesar de mencionar los movimientos expresivos dentro de la unidad, estos no son el verdadero enfoque y propósito en 3° y 4° Básico.

De los análisis anteriores, se puede deducir que el enfoque que entrega la Unidad n°3 en 3° y 4° Básico, es principalmente reproducir tradiciones culturales y perfeccionar patrones de movimientos para un fin o tarea motriz. A pesar de que, se mencionan aspectos de la Expresión Corporal dentro de algunos indicadores de evaluación de la unidad, la verdadera importancia y significado de esta no se aborda. Es por esto que, el problema presente es que no existe una propuesta didáctica emanada del MINEDUC, que dé respuesta a las necesidades planteadas en las bases curriculares acerca del desarrollo de la Expresión Corporal en la clase de Educación Física en niños y niñas de Educación Básica, específicamente en 3° y 4° Básico. A pesar de que es mencionada y relacionada con la unidad y contenido de Danzas Folklóricas o Tradicionales, la Expresión Corporal no es desarrollada ni trabajada en el transcurso o ejecución de las clases y de la asignatura. Por esto, el objetivo de la presente investigación es elaborar una propuesta de unidad didáctica que desarrolle de manera efectiva la Expresión Corporal, en complemento con los aspectos de la tercera unidad de las bases curriculares de Educación Física, para escolares de los primeros niveles de Enseñanza Básica, específicamente en aquellos en que la Expresión Corporal aparece, pero no se aborda ni se desarrolla, como lo son el caso de 3° y 4° Básico.

II. 2 JUSTIFICACIÓN

Según Navarro (2007), respecto a la Expresión Corporal en la educación, indica que:

Se consolida como contenido desarrollado en el currículum escolar a partir de la década de los 90 del pasado siglo, aunque aún sigue siendo un aprendizaje que exige mayores matices que otros más habituales en la cultura de la Educación Física. Así pues, tiene un espacio propio y equilibrado, sobre todo en **Primaria**. (José María Cañizarez Márquez y Carmen Carbonero Celis. (2016). *Expresión Corporal en la edad escolar*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA. p. 26)

De lo anterior, cabe destacar que los(as) estudiantes de primaria comprenden las edades de entre 6 a 12 años, lo que aquí en Chile, vendrían siendo los niveles de 1° a 7° Básico. Por lo tanto, donde más se puede pulir el trabajo de la Expresión Corporal es entre estos niveles escolares. Lo cual, en este caso, parece tener énfasis únicamente en los niveles de 1° y 2° Básico.

Gil y Gutiérrez (2005), citados por Cañizarez y Carbonero (2016), señalan que una educación rica en Expresión Corporal o una Expresión Corporal rica en valores educativos va a preparar al niño y a la niña, para muchas más cosas que para poder expresarse y captar mensajes a través del lenguaje corporal. En relación con esto último, Cuellar y Francos (2008), citados por Cañizarez y Carbonero (2016), indican que la Expresión Corporal “es una capacidad que nos otorga la liberación, exteriorización y nos sensibiliza el conocimiento, manteniéndonos abierto al mundo, a la sociedad y a nuestro propio “yo” a través del lenguaje corporal expresivo” (p. 26).

La Expresión Corporal y la Educación Física tienen como objetivo específico la educación de la persona a través del cuerpo y el movimiento, por lo que, ambas se relacionan entre sí. Por ejemplo, una técnica deportiva, como un tiro al arco en basquetbol o remate en voleibol, puede ser utilizado con el objetivo de desarrollar las capacidades coordinativas o desarrollar la toma de conciencia corporal, espacio y tiempo en los(as) estudiantes. El primer objetivo de carácter más técnico y cuantitativo sería propio de la Educación Física, mientras que el segundo de carácter más subjetivo, cualitativo y personal sería propio de la Expresión

Corporal. Esto quiere decir que se pueden desarrollar y abordar ambos contenidos en conjunto sin problema, de forma equilibrada.

La toma de consciencia corporal que supone un movimiento intencional y expresivo es un elemento fundamental dentro de la Educación Física y que la Expresión Corporal proporciona (Cachadiña et al. 2006). La Expresión Corporal puede ser un gran aporte dentro de la educación, sobre todo en la Educación Física. Sin embargo, si esta última se centra únicamente en desarrollar patrones específicos de movimiento y competencias en los(as) estudiantes, deja fuera todo intento de Expresión Corporal. Queda desvalorizada y, en ocasiones, se considera como algo “externo” o “diferente” y de poca accesibilidad.

Es sustancial que los(as) escolares, sobre todo aquellos que se encuentren cursando los primeros niveles de Enseñanza Básica, experimenten la Expresión Corporal, ya que, otorga beneficios en distintos ámbitos: en el ámbito social, tanto de relación profesor(a)-estudiante como entre ellos(as) mismos; en el ámbito cognitivo, entre los que se destaca un autoconocimiento, desarrollo de la creatividad y consciencia corporal; otorga un gran equilibrio personal, principalmente porque proporciona una mayor confianza en sí mismo, autoestima y autenticidad; a nivel motriz, otorga la libertad de aportar un movimiento propio, un dominio corporal, mayores posibilidades de movimiento, expresión mediante el movimiento y mayor coordinación. Como se puede ver, los ámbitos que se desarrollan a través de la práctica de Expresión Corporal son en gran medida muy similares a los que desarrolla la Educación Física, y es que no se requiere un gran y terrible esfuerzo y doctrina para poder lograrlo, simplemente basta con que los(as) estudiantes aprendan de su propio cuerpo y movimiento; a utilizarlos, a escucharlos, a sentir, percibir y expresar. En cuanto al ámbito social, priorizar el trabajo lúdico en equipo y promover valores dentro del grupo curso bastarán para generar una sana relación y ambiente de aprendizaje. Todos estos beneficios mencionados sirven como la base, tanto para la Educación Física en aspectos motrices de carácter creativo y expresivo, como para la formación integral de la persona en aspectos sociales, cognitivos y afectivos. (Galo Sánchez Sánchez, Kiki Ruano Arriagada, Pilar Cachadiña Casco, Begoña Learreta Ramos, Carmen Padilla Moledo, Miguel Angel Sierra Zamorano, Raquel Zurdo Giménez. (2009). *Expresión Corporal y educación*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA S.L.)

III. CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

El presente capítulo contiene todos los aspectos y fundamentos teóricos estudiados para demostrar la importancia de la Expresión Corporal y, posteriormente, elaborar la nueva unidad didáctica enfocada hacia la misma en 3° y 4° Básico. Dichos aspectos y fundamentos teóricos pretenden dar respuesta a los objetivos planteados al principio de la presente investigación, los cuales se desarrollarán en profundidad durante los próximos capítulos.

III. 1 FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Como se ha mencionado anteriormente, la presente investigación desea poder asentar las bases teóricas necesarias para elaborar una nueva unidad didáctica, diseñada especialmente para la clase de Educación Física en los niveles de 3° y 4° Básico, la cual tiene el propósito de desarrollar y trabajar la Expresión Corporal. Para lograr dicho objetivo, hay varios aspectos y variables que se deben tomar en cuenta.

En primer lugar, la construcción de la nueva unidad se debe basar en el concepto de la Expresión Corporal: su descripción; su metodología de enseñanza; su desarrollo como disciplina a lo largo del tiempo. Posteriormente, todo lo estudiado se debe relacionar con los contenidos y competencias de la tercera unidad del currículo nacional de la asignatura de Educación Física. Unidad que ha sido escogida para efectuar el cambio y asentar la base de la nueva unidad.

En segundo lugar, si se desea elaborar una unidad para los niveles de 3° y 4° Básico, se deben conocer los principios o bases esenciales de la Expresión Corporal para el trabajo con niños y niñas, específicamente, aquellos que comprendan las edades de entre 8 y 10 años, tomando en cuenta aspectos motrices, cognitivos, sociales y afectivos, y el impacto que genera la Expresión Corporal en dichos aspectos.

En tercer y último lugar, se deberán establecer los elementos principales que conformarán la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal para 3° y 4° Básico. Esto es: descripción de la unidad; propósito de la unidad; objetivos didácticos de la unidad; indicadores de evaluación de la unidad; contenidos; sugerencia de actividades; metodología; recursos; adaptaciones curriculares; espacio y tiempo.

Los próximos capítulos, se desarrollarán en torno a los dos primeros puntos, es decir, las bases teóricas para la construcción de la unidad didáctica.

III. 1.1 LA EXPRESIÓN CORPORAL

Como se dijo en el capítulo anterior, la propuesta de unidad didáctica se debe regir bajo el concepto de la Expresión Corporal y todo lo que integra. Entonces ¿Qué se entiende por Expresión Corporal? Para responder esta pregunta, se sugiere en primera instancia separar el concepto en dos términos: “expresión” y “corporal”.

Según los autores Julián Pérez Porto y Ana Gardey, el término “corporal” consiste en un adjetivo que “califica a aquello vinculado con el cuerpo, sobre todo al cuerpo humano”. (Julián Pérez Porto y Ana Gardey. (2017). *Definición de corporal*. 2021, marzo 7, de Definición. De. Recuperado de <https://definicion.de/corporal/>)

Por otro lado, Rodríguez Terrón (2006), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), en relación con el término de “expresión”, explica que:

Expresividad es la capacidad potencial del ser humano cuyo efecto se refleja en la expresión. Expresión es el acto de exteriorizar algo oculto (p.26).

Según Cachadiña et al. (2006), la Expresión Corporal es la disciplina que tiene por objeto el estudio, trabajo y desarrollo de los aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos del cuerpo y el movimiento

La Expresión Corporal recoge un amplio conjunto de prácticas corporales, por lo que, resulta difícil delimitar sus contenidos y dar una definición satisfactoria. Por esto, es oportuno dar a conocer las siguientes definiciones que se han dado al respecto:

Según Stokoe y Harf (1984):

La Expresión Corporal es una manifestación espontánea existente desde siempre tanto en sentido ontogenético como filogenético; es un lenguaje por medio del cual el ser humano expresa sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos con su cuerpo, integrando de esta manera a sus otros lenguajes expresivos como el habla, el dibujo y la escritura. (Citado por Gil, Madrona,

Pedro, y Díaz del Campo, David Gutiérrez. (2005).
Expresión Corporal y educación infantil. España:
Wanceulen Editorial. p.16)

Paloma Santiago (1985), citada por Madrona et al. (2005), indica que “la Expresión Corporal es la manifestación en el propio cuerpo y a través de él de lo que el hombre es aquí y ahora, y de su estilo peculiar de relación con los otros y con el medio” (p.16).

Para Motos y García (1990), citados por Madrona et al. (2005), entienden por Expresión Corporal “el conjunto de técnicas que utiliza el cuerpo humano como elemento de lenguaje que le permite la revelación de un contenido de naturaleza psíquica”. (p.16). Y Bernard (1980), citado por Madrona et al. (2005), “señala que en el cuerpo y por el cuerpo los seres humanos sentimos, deseamos, obramos, nos expresamos y creamos”. (p.16)

De las definiciones anteriores, Madrona et al. (2005) concluyen lo siguiente:

En suma, la Expresión Corporal sería una forma de comunicación que a través del lenguaje corporal y del movimiento exterioriza e informa sobre los estados de ánimo, las emociones, las ideas, pensamientos y sentimientos, a la vez que forma parte importante de las características que dan la originalidad e identidad personal a cada sujeto. (p. 16)

Contreras (1998), citado por Madrona et al. (2005), señala que “la Expresión Corporal hace referencia a aquellas conductas expresivas y comunicativas de un individuo y que expresamos a través del cuerpo cuya observancia nos permite apreciar la forma original y personal en que dicho individuo afronta su socialización”.

Ciertamente, se puede ver que la Expresión Corporal crea una red de innumerables interrelaciones entre los sujetos, potenciando así el enriquecimiento, la relación y el equilibrio de la dinámica social y personal de los(as) estudiantes. Por tanto, la Expresión Corporal, será uno de los mejores medios de integración social de los(as) niños(as) en conjunto con los adolescentes (Cachadiña et al. 2006).

III. 1.1.1 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA

Una vez entendido el concepto de la Expresión Corporal, se debe proseguir por describir las metodologías óptimas para su trabajo durante la formación escolar. De esta manera, poder elaborar una propuesta didáctica totalmente enfocada al desarrollo de esta.

Arteaga, Viciano y Conde (1997) indican que “la Expresión Corporal, como resultado de la percepción reflexiva y del movimiento expresivo, debe estar centrada en la presencia, conciencia y vivencia del cuerpo como totalidad personal en el movimiento”. (citado por Cañizares, Márquez, José María, y Celis, Carmen Carbonero, citando a Arteaga, Viciano y Conde. (2016). *La Expresión Corporal en el desarrollo del área de la Educación Física*. España: Wanceulen Editorial).

Cachadiña (2006), citado por Cañizares et al. (2016), señala que la Expresión Corporal, “en el ámbito de la Educación Física, es donde posee una mayor relevancia porque tiene una gran riqueza educativa, aunque es difícil de aplicar para muchos docentes”. A partir de aquí, se aproxima la idea del “lenguaje corporal”, especialmente desde que se emplean técnicas expresivas específicas, como las propias del mimo, baile, dramatización, etc.

Según Motos, citado por Cañizares et al. (2016), la Expresión Corporal se basa en dos pilares:

- I. La técnica, que proporciona el conocimiento de las posibilidades corporales a través de la conciencia segmentaria, y el análisis y estudio del movimiento.
- II. La espontaneidad que surge del potencial vital y creador del alumnado.

III. 1.1.1.1 PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Según Cañizarez et al. (2016), citando a Viedma (2003), indica que existen principios metodológicos generales que envuelven todo el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Expresión Corporal como unidad didáctica, aunque estos principios pueden ser útiles para cualquier contenido. Dichos principios son:

- A. **Partir del nivel de desarrollo de los(as) estudiantes.** Esto quiere decir que el(la) profesor(a) debe conocer a fondo al grupo clase, considerando todos los conocimientos y experiencias de aprendizajes previos, sus intereses, su estilo cognitivo, aquellos estímulos o actividades que les motiva, sus capacidades y necesidades educativas, entre otros. Esto permite direccionar los objetivos educativos al nivel de desarrollo potencial y al proceso de enseñanza-aprendizaje en la zona de desarrollo próximo.

El grupo articula sus experiencias, se relaciona y se comunica a partir de las experiencias individuales, siendo todas válidas. Prevalece el hacer, el propio experimentar con lo interno y externo asociado a la propia imaginación y a la fantasía. Se vive y se experimenta, luego se reflexiona

- B. **Promover el aprendizaje significativo del estudiante.** Se deben seleccionar los contenidos más próximos o interesantes, con el fin de provocar la curiosidad de los(as) estudiantes, además de proporcionar oportunidades que permitan comprobar la utilidad de lo aprendido y le acerquen hacia un proceso formativo. Según Cañizarez y Carbonero (2016), cada actividad es incentivada para dar una respuesta divergente. Por lo tanto, la Expresión Corporal no tiene relación con un aprendizaje codificado.
- C. **Potenciar el aprendizaje autónomo.** Capacitar al estudiante para que sea capaz de desenvolverse independientemente en el medio.

- D. **Modificar los esquemas de conocimiento previo.** Se deben diseñar actividades de enseñanza-aprendizaje que permitan relacionar los conocimientos con las experiencias previas que han sido interiorizadas por el(la) estudiantes junto con los nuevos aprendizajes.
- E. **Asegurar la actividad psicofísica de los(as) estudiantes.** Deben ser considerados como protagonistas del aprendizaje. Según Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Gil y Gutiérrez (2005), el(la) docente no dirige, sino que orienta. Lo importante es que la imaginación fluya libremente.
- F. **Fomentar técnicas de trabajo cooperativo en grupo.** Para favorecer la interacción de los(as) estudiantes, se deben respetar los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje, consiguiendo distintos objetivos y contenidos a través de tareas grupales, valorando las aportaciones de cada uno de los(as) miembros y no únicamente los resultados o ejecuciones.
- G. **Crear un clima de aceptación mutua y cooperación que favorezca las relaciones entre iguales.** Es ideal proporcionar un ambiente óptimo de trabajo que facilite la integración de todos los compañeros(as) del grupo-clase. Cuellar y Francos (2004), citado por Cañizarez et al. (2016), sugieren la creación de un ambiente positivo de aprendizaje para contribuir al incremento del nivel de expectativas de aprendizaje del(la) estudiante.
- H. **Reforzar la autoestima y el equilibrio personal y afectivo.** Se debe tener en cuenta que, durante la formación escolar, ocurren grandes cambios fisiológicos y psicológicos, lo que puede ocasionar desequilibrios emocionales, los cuales, como docentes, es fundamental compensarlos con apoyo y cariño. (José Manuel Viedma Martínez. (2003). *Unidades didácticas para secundaria: Expresión Corporal*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L)

III. 1.1.1.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA

En cuanto a los estilos de enseñanza más recomendados a utilizar al momento de abordar el contenido de la Expresión Corporal, Viedma (2003), propone dos estilos de enseñanza con sus respectivas argumentaciones:

A. Mando directo

En este estilo de enseñanza, las órdenes acerca de las actividades a realizar se dan para todos a la vez al igual que las correcciones pertinentes (fallos comunes del grupo-clase). Ideal para utilizar en un grupo numeroso.

B. Asignación de tareas

Este estilo de enseñanza permite que los(as) estudiantes sean más responsables y autónomos, puesto que son ellos(as) mismos(as) quienes dosifican la tarea para su nivel, momento de aprendizaje, grado de motivación, etc. Permite una mayor libertad.

A pesar de lo anterior, los estilos de enseñanza a utilizar, dependerá de cada docente. Para Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Cuellar y Francos (2008), muchos autores se inclinan por una metodología basada en la indagación y otros la combinan con la instrucción o mando directos.

III. 1.1.1.3 ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Para llevar a cabo cualquier tipo de actividad física o deportiva, especialmente en la Educación Física, existen dos tipos de estrategias de enseñanza: analíticas y globales. Viedma (2003) señala que las que más se adecuan al trabajo de la Expresión Corporal, son las estrategias globales, principalmente porque las analíticas se suelen utilizar para el aprendizaje de alguna habilidad específica o gesto técnico. En la práctica de la Expresión Corporal, la ejecución y la técnica de movimientos no son lo esencial. En cambio, los principales objetivos son la creatividad de la ejecución, el entendimiento entre compañeros(as), el autoconocimiento, entre otros.

Por su parte, Rodríguez Terrón (2006), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), indica que se debe utilizar una metodología específica, ya que, se persigue una finalidad concreta como lo es el desarrollo integral de los(as) estudiantes, donde el énfasis debe estar en el proceso más que en los resultados (ejecución y técnica del movimiento).

III. 1.1.1.4 TIPOS DE EVALUACIÓN

En cuanto a los tipos de evaluación que se pueden utilizar, Viedma (2003) distingue tres tipos: cognitiva o conceptual, motor, y afectiva. Aunque en este caso, por relación con la asignatura de Educación Física, se encontró de mayor relevancia describir y utilizar las de tipo motor y afectiva:

A. Evaluaciones de tipo motor

Estas evaluaciones consisten en pruebas físicas, que, según Viedma (2003), en el caso de la Expresión Corporal pueden ser:

- I. Representaciones teatrales. Donde los(as) estudiantes deben montar alguna escena referida a un tema libre o propuesto por el(la) profesor(a).
- II. Prueba física obligatoria. Donde los(as) estudiantes deben poner a pruebas una serie de habilidades específicas de Expresión Corporal. Por ejemplo, ejecutar alguna danza con características expresivas. En este punto, la Expresión Corporal se puede relacionar con el contenido de Danza y/o Baile.
- III. Montaje coreográfico. Donde los(as) estudiantes deben crear su propia coreografía y exponerla ante el(la) profesor(a).

B. Evaluaciones de tipo afectiva

Este tipo de evaluación es más bien una valoración de aspectos actitudinales, afectivos o de comportamiento, por lo que, se pueden complementar con las evaluaciones de tipo motor. De esta manera, se podría obtener una calificación final entre ambas. Para Viedma (2003), las evaluaciones de tipo afectivo pueden ser:

- I. Escala de valoración o de apreciación. Consiste principalmente en formular un listado de conductas y ver en qué medida estas se cumplen. (Ver Anexo 1. Tablas 2 y 2.1).

- II. Registro íntegro. Consiste en filmar el trabajo del(la) estudiante durante la clase y luego analizar por separado los aspectos conductuales que se evalúan.
- III. Listas de control. Consiste en recoger datos en cuanto a si se cumple o no una conducta determinada. Es más preciso. (Ver Anexo 1. Tabla 3).

III. 1.1.1.5 ENFOQUE DE LAS ACTIVIDADES

A menudo, las actividades en Educación Física suelen tener un carácter deportivo-competitivo, puesto que, cualquier deporte en sí, posiciona a un ganador y a un perdedor. Sin embargo, es posible abordar este tipo de actividades dejando de lado el objetivo de vencer o ganar a un contrincante. Esto va a depender de cada docente y en como desee abordar la clase de Educación Física. Por ejemplo, las actividades de expresión como lo explica Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Navarro (2007), tienen por objetivo descubrirse a sí mismo, desbloquear emociones o incluso vivir mejor en el propio cuerpo, lo cual implica un número de actividades diferentes. Dichas actividades, pueden ser una buena opción para abordar los contenidos de la Educación Física, dejando de lado el predominio de la competencia.

III. 1.1.2 DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO DISCIPLINA: ASPECTOS HISTÓRICOS

La Expresión Corporal ha ido evolucionando durante el transcurso del tiempo histórico de la humanidad. Durante la Edad Media comenzó a surgir en el mundo y expandirse paulatinamente. En el Renacimiento adquirió gran conocimiento e importancia y en el siglo XIX obtuvo mayor reconocimiento. A principios del siglo XX y finales del siglo XIX aparecieron grandes influyentes y precursores de esta disciplina tan liberal, expresiva y artística. Y a finales del siglo XX y en pleno desarrollo del siglo XXI, la influencia de las nuevas tecnologías ha permitido nuevas formas de expresión y medios didácticos para su aplicación.

Aparte de la expansión y conocimiento que ha ido adquiriendo la Expresión Corporal durante el transcurso del tiempo, sus orígenes se encuentran principalmente en los canales de comunicación y en las Danzas y Bailes.

III. 1.1.2.1 CANALES DE COMUNICACIÓN

La Expresión Corporal surge como una manifestación expresiva asociada al movimiento, la cual ha tenido un gran transcurso y evolución a lo largo del tiempo. Su desarrollo parte desde la base de la comunicación. Cabe destacar que, se suelen usar dos canales de comunicación interpersonal: comunicación verbal, a través de las palabras, y la comunicación no verbal, a través del gesto y la postura. En este caso, la comunicación no verbal sería uno de los orígenes de la Expresión Corporal.

III. 1.1.2.2 DANZAS Y BAILES

Además de comunicación, se pueden encontrar los orígenes de la Expresión Corporal en Danzas y Bailes, que han tenido diversas tendencias a lo largo de la historia. Por ejemplo, según Chinchilla y Díaz (2015), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), desde los tiempos de la prehistoria, “la Danza es una manifestación de carácter étnico” (p.13). Esta característica viene de que la Danza se utilizaba para varios motivos, entre ellos se encuentran: invocar a la naturaleza, representar elementos naturales para ejercer control sobre ellos, sacrificios, imitar animales, para captar sabiduría de algún anciano o árbol, etc.

III. 1.1.2.3 EDAD MEDIA

Durante la Edad Media, también surgen algunas manifestaciones expresivas. Entre algunas más destacadas se encuentran: las “momerías”, donde los participantes actúan disfrazados con máscaras en la antesala del ballet teatral, y los “entremeses”, que consisten en representaciones artísticas durante las comidas.

III. 1.1.2.4 RENACIMIENTO

Posterior a la Edad Media, el Renacimiento, marcó una etapa importante para todas aquellas manifestaciones artístico-expresivas existentes hasta el momento. Se comienzan a ignorar las restricciones de la Iglesia, respecto a las actividades expresivas, y surge el Humanismo. Entre las manifestaciones expresivas más destacadas de la época, se encuentran: “mascaradas”, “intermedios”, “fiestas” y la “interacción artística”.

III. 1.1.2.5 SIGLO XIX, SIGLO XX Y SIGLO XXI

Ya en el siglo XIX, se dan a conocer las primeras interacciones entre las actividades corporales expresivas y las estéticas como la Danza. Delsarte, fue un gran precursor de la Danza Moderna y un gran influyente en la propagación de la Expresión Corporal en E.E.U.U. a finales del siglo.

Finalmente, a principios del siglo XX y finales del siglo XIX, tras los acontecimientos de Mayo de 1968 (Francia) y la gran influencia de los movimientos del rock y pop, la psicodelia y la contracultura del momento, dieron origen a la dimensión del “cuerpo expresivo”. Cabe destacar a grandes influyentes y precursores de diferentes actividades expresivas durante la época, como: Dalcroze con los “Sistemas Rítmicos” en la Gimnasia Rítmica; Isadora Duncan, Von Laban, Wigmann y Bode, con la Gimnasia Expresiva; Heinrich Medau, Hilma, Jalkanen y Ernest Ildi, con la Gimnasia Moderna; nuevos sistemas rítmicos como la Gimnasia Jazz, Danza Jazz, Aeróbic y sus variantes de Step, Cardiobox, etc. (Fernández García, 2011, citado por Cañizarez y Carbonero, 2016). También los bailes de salón y las danzas folclóricas (Otero, 2012, citado por Cañizarez y Carbonero 2016).

Cabe destacar la influencia de las TIC, aparecidas a finales del siglo XX y en pleno desarrollo en el siglo XXI, las cuales han traído nuevas formas de expresión, como medio para su aplicación didáctica.

III. 1.2 PRINCIPIOS ESENCIALES PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN NIÑOS Y NIÑAS

Para explicar los principios esenciales para el desarrollo de la Expresión Corporal en niños y niñas, se considerará la Expresión Corporal en la Educación Infantil, donde es entendida como forma principal de expresividad del niño(a) en sus primeros años, ya que, en edad temprana, no sólo se expresa mediante su cuerpo, sino que la información que recibe del adulto es en gran medida corporal, generalmente por el contacto, la calidad de la voz o la expresión facial.

III. 1.2.1 LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

Zabalza (1987), citado por Madrona et al. (2005), indica que la Expresión Corporal en la educación infantil:

Tiene un sentido y una cabida plena, ya que es un periodo de la vida prioritario en referencia a las actuaciones expresivas por parte del niño, pero sobre todo en cuanto que dichas acciones nos informan sobre todo lo que hace, sea del área que sea. Esto es debido a que a medida que el niño va perfeccionando todos sus recursos va paralelamente especializando sus patrones expresivos, estableciendo mayor relación entre los recursos utilizados, el tipo de mensaje y sus intenciones de comunicación. Este es un objetivo básico de la Escuela Infantil, el potenciar a través de un abanico de materiales, experiencias y oportunidades de acción el desarrollo de sus posibilidades y del dominio de sus recursos expresivos (p.15).

Con lo anterior, Madrona et al. (2005), concluyen lo siguiente:

Una educación rica en Expresión Corporal, o una Expresión Corporal rica en valores educativos va a preparar al niño para muchas más cosas que para poder expresarse y captar mensajes a través del lenguaje corporal. La interiorización, la conciencia de sí mismo, la aceptación del propio cuerpo y del compañero, etc., sentarán las bases de un individuo crítico y autónomo, capaz de integrarse en la sociedad sin ser tragado y deshumanizado por ella. Ciertamente una de las funciones de la Educación Infantil es la socialización del niño o facilitar el proceso mediante el cual el niño se convertirá en un adulto de su sociedad.

En el proceso de socialización, el niño pasa de un movimiento íntimo, natural y espontáneo a otro estereotipado. La sociedad y sus grandes altavoces, los medios de comunicación, distorsionan nuestra imagen y nuestro movimiento, en palabras de Monfort (1999) nos imponen “un cuerpo común, irreal e inalcanzable”. Igualmente ocurre con el movimiento y nuestras conductas corporales, existiendo en este proceso una pérdida de independencia y de individualidad al existir una inhibición del movimiento libre puesto que vivimos en una sociedad que nos permite la libertad de pensamiento, pero no de “movimiento” en el sentido amplio del concepto.

Uno de los aspectos negativos de la socialización, como son los estereotipos de género, llevará sobre todo a los varones a oponerse a los contenidos de Expresión Corporal. Debemos pues aprovechar la falta de etiquetas en las actividades en Educación Infantil para que en etapas posteriores el niño no tenga estos prejuicios.

El Currículo de Educación Infantil concede gran importancia a la Expresión Plástica y Corporal debido a que el niño no es capaz de expresarse aún de forma completa mediante el lenguaje oral. La Expresión Corporal le ayudará a expresarse, conocerse a sí mismo y al otro, así como a que los adultos conozcamos lo que el niño. (p.15).

En la educación, la Expresión Corporal tiene un impacto significativo en la formación integral de la persona. La educación tradicional, históricamente se preocupa por los aspectos expresivos y comunicativos. Sin embargo, estos aspectos sólo son de carácter verbal, dejando de lado por completo las posibilidades de comunicar y expresar mediante el cuerpo y el movimiento. Esto último podría ser beneficioso, incluso para el funcionamiento del cerebro. Según Cachadiña et al. (2006), existen recientes investigaciones que mencionan que el uso del cuerpo y del movimiento como elementos de expresión, comunicación y creación activa

el hemisferio derecho del cerebro. Al contrario, la comunicación verbal, es procesada preferentemente por el hemisferio izquierdo. Por lo tanto, el uso de la comunicación verbal, más comúnmente aceptada y utilizada por la educación tradicional, en conjunto con la educación no verbal, a través del cuerpo y del movimiento, favorecen el uso de ambos hemisferios del cerebro, llegando a un equilibrio y logrando un desarrollo armónico de las personas, en este caso, de los(as) estudiantes. Sumado a lo anterior, Montesinos (2004), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), indica que “el objetivo como profesionales de la educación, es contribuir al crecimiento personal del alumnado y a la mejora de sus sistemas de comunicación.”

Por otro lado, tal y como lo menciona Madrona et al. (2005), los estereotipos de género de la sociedad han inculcado un cierto rechazo a la Expresión Corporal, sobre todo por parte de los varones. Esta es una razón fuerte para abordar este contenido durante los primeros niveles de enseñanza, ya que, como base de la formación estudiantil, los(as) estudiantes tendrán la oportunidad de experimentarla y tener una visión diferente de la misma, y no sólo de la Expresión Corporal en sí, sino también de los mismos estereotipos de género creados por la sociedad. Esto a la larga, se traduce en una generación más evolucionada, con menos restricciones y menos prejuicios.

III. 1.2.1.1 CRECIMIENTO Y DESARROLLO DEL NIÑO Y LA NIÑA

La importancia e impacto de abordar la Expresión Corporal, en los niveles básicos de Educación Física, se debe entender desde el crecimiento y desarrollo general de niños y niñas. En este sentido, este crecimiento y desarrollo se puede dar en diferentes áreas, las cuales son: cognitiva, motora, afectiva y social. El desarrollo de cada una de estas áreas se presenta continuamente a lo largo de la vida. Sin embargo, se debe tomar en cuenta, que no siempre es de forma lineal, ya que, también sufre la influencia del medio ambiente.

Lo anterior, demuestra que el aprendizaje se da por medio de una interacción social sumada con las experiencias significativas que vivencie el individuo. Esto quiere decir, que no influyen significativamente los aspectos biológicos, sino más bien aspectos históricos y sociales.

III. 1.2.1.1.1 DESARROLLO DEL ÁMBITO MOTOR Y SOCIAL

El desarrollo humano se da a través de diferentes procesos de maduración a lo largo de diferentes períodos de vida. En la Educación Infantil, los períodos más significativos son:

- De la vida intrauterina al nacimiento
- De recién nacido a los tres años (Primera Infancia)
- De tres años a seis años (Segunda Infancia)

Durante la primera infancia, se puede observar fundamentalmente un crecimiento físico, donde las habilidades motrices están fuertemente marcadas, junto a la adquisición del lenguaje. Mientras que, en la segunda infancia, se observan mayores aprendizajes respecto al autocuidado y la autonomía, junto con una gran creatividad e imaginación. Para esta investigación, se dará énfasis al crecimiento y desarrollo que forma parte de la segunda infancia por su cercanía con la población de estudio.

Durante esta misma etapa, se observa un aumento de la fuerza muscular y una adquisición de habilidades motrices, tanto simples como complejas, a través de juegos o actividades lúdicas. Es importante que cada uno de los juegos o actividades escogidas, contribuyan a una gran cantidad de posibilidades, donde el niño o la niña, pueda experimentar de variadas formas sus habilidades de locomoción para aprender a moverse de manera efectiva, teniendo como resultado un dominio amplio y mejorado de sus propias capacidades de movimiento.

Durante la segunda infancia (preescolar), los niños y niñas realizan mayormente movimientos para expresarse, contar historias o como resultado de sus mismas observaciones e imaginaciones. Para favorecer aún más su crecimiento, las actividades escogidas deben centrarse en realizar movimientos de todo el cuerpo, a modo de garantizar una adquisición de fuerza, agilidad y flexibilidad. Por lo tanto, la segunda infancia, es la mejor etapa para aplicar actividades rítmicas, principalmente aquellas de percepción corporal y memorización. En este sentido, el hecho de que, el currículo nacional aborde la expresividad corporal durante los primeros años de escolaridad (1° y 2° básico), es acertado.

En el ámbito social, la madurez en la etapa preescolar es lenta y depende de las relaciones de cada niño y niña (relaciones en la escuela y relaciones familiares). La aplicación de actividades que promuevan y faciliten la Expresión Corporal de sus sentimientos y emociones, puede facilitar la comprensión del niño o niña en cuanto a determinadas situaciones afectivas. Dichas actividades, ayudan a la propia identificación o autoconocimiento, ya que promueven la percepción de sí mismos y satisfacen, a la vez, sus necesidades. Cabe destacar también, que con ayuda de actividades lúdicas que impliquen cooperación, participación y responsabilidad, es posible ayudar al niño o niña a que pierda el miedo a equivocarse.

Las posibilidades de manifestar expresiones a través de diferentes lenguajes facilitan la comprensión de sí mismo, el acceso al conocimiento, la posibilidad de comunicarse corporalmente y de desarrollar la creatividad. Incluso, de dichas oportunidades dependen las manifestaciones de comportamientos inteligentes, demostrados por niños y niñas en situaciones problemáticas.

Se debe incentivar a que todos los niños y niñas, exploren sus ideas e intereses, porque a partir de las experiencias que realizan e interiorizan, y al interactuar con el entorno con sus acciones y observaciones, es que construyen el conocimiento, aunque esto solo ocurre cuando dichas experiencias, se realizan con atención y percepción corporal. (Vima Lení Nista-Piccolo, Wagner Wey Moreira. (2015). *Movimiento y Expresión Corporal en educación infantil*. Madrid. España: NARCEA, S.A. DE EDICIONES)

III. 1.2.1.2 CORPOREIDAD, CREATIVIDAD Y PSICOMOTRICIDAD

Para comenzar con la elaboración de la nueva unidad didáctica, además de entender mejor porqué la Expresión Corporal puede ser un elemento fundamental durante los niveles básicos de Educación Física (especialmente de 1° a 4° Básico), se deben tomar en cuenta tres aspectos fundamentales que debieran estar presentes en toda Educación Infantil: la corporeidad, la creatividad y la psicomotricidad.

En primera instancia, la idea es seguir trabajando algunos de los aspectos de la Expresión Corporal que se presentan en 1° y 2° Básico. En 3° Básico se pretende introducir la Expresión Corporal como contenido y desarrollar más aspectos de los que se conocen, tomando como base los aspectos fundamentales anteriormente mencionados (corporeidad, creatividad y psicomotricidad). Posteriormente, en 4° Básico, la idea es que ya se pueda profundizar más el trabajo de la Expresión Corporal y comenzar a desarrollar otros aspectos más complejos.

III. 1.2.1.2.1 IMPORTANCIA DE LA CORPOREIDAD

Según Lení y Wey (2015), “la corporeidad puede ser entendida como cuerpo en movimiento, que busca la vida en un determinado tiempo histórico y cultural”. (p.51).

Nobrega (2005), citado por Lení y Wey (2015), afirma que:

“La noción de corporeidad abarcando el cuerpo vivo y significativo, fundado en lo fáctico y en la cultura, supera la dicotomía biológico-cultural y expresa la unidad del ser en el mundo. Es, pues, el concepto más coherente para estructurar el conocimiento del cuerpo en la educación”. (p.51,52)

Tomando en cuenta la definición de Lení y Wey (2015) y la afirmación hecha por Nobrega (2005), se puede decir que la corporeidad consiste principalmente en el cuerpo en movimiento. Para aprender de ello, los niños y niñas deben tener la posibilidad de explorar sus posibilidades de movimiento, con la ayuda de distintos estímulos proporcionado por los(as) docentes. Por otro lado, la corporeidad permite una visión más amplia del cuerpo en la educación, puesto que va más allá que las características biológicas y culturales que se conocen, las que suelen condicionar y categorizar a cada individuo. Expresa la verdadera esencia del cuerpo y su existencia en el mundo, cultura e historia. Pues, nada podría realizarse si la persona no existiese corporalmente.

La corporeidad consiste principalmente en un proceso de concientización y de afirmación de la personalidad, individualidad y sentido de pertenencia a la etnia humana. Dichos procesos dan lugar al sentido de percepción corporal.

Cabe destacar, que, en la Expresión Corporal, se pueden distinguir bases físicas del movimiento, en las que se incluyen aspectos perceptivos y motores del movimiento (Cachadiña et al. 2006). Por lo tanto, es muy importante que la corporeidad forme parte de la base de la Expresión Corporal, sobre todo en los primeros años de escolaridad (Educación Infantil).

La corporeidad debe ser uno de los principales propósitos en la Educación Infantil, específicamente en la educación del movimiento, para evitar que se le reste importancia al

tema o se pierda la propia esencia. Lo cual, significa renunciar a la educación de movimientos estereotipados o métodos gimnásticos que pretenden adaptar al cuerpo a ciertas exigencias, y retomar la educación corporal a través de métodos lúdicos (juegos). De esta manera, la esencia del niño o niña se considera y no se pierde ni se desvaloriza. Según Freire (2008), citado por Lení y Wey (2015), “infelizmente en las escuelas los niños no son tratados como niños” (p.54). Por eso, es bastante importante el tema de la corporeidad durante la educación infantil, la cual debe proporcionar una práctica que respete las características del ser niños y donde se les trate como tales, a través de recursos lúdicos.

III. 1.2.1.2.2 IMPORTANCIA DE LA CREATIVIDAD

Según Lení y Wey (2015), la creatividad puede contribuir al desarrollo de diferentes conductas que representan valores humanos, los cuales pueden encontrarse dentro de los siguientes ámbitos:

- A. **Ámbito Motor:** optimiza y facilita el desarrollo perceptivo-motor, tras explorar y vivenciar nuevas posibilidades y formas de expresión, movimiento, espacio, objetos y relaciones interpersonales, por medio de la espontaneidad corporal.
- B. **Ámbito Cognoscitivo:** mejora la capacidad de procesar, ordenar y elaborar información, tras desarrollar la capacidad creativa y el pensamiento divergente. Además, potencia la flexibilidad, la fluidez, la originalidad, la espontaneidad, la sensibilidad y la adaptación, tras adquirir el hábito de percibir o predecir posibilidades y situaciones futuras.
- C. **Ámbito afectivo:** favorece la motivación y mejora la autoestima, tras ser educado con libertad, autonomía, responsabilidad y con capacidad de tomar decisiones, creando situaciones de alegría, placer, desinhibición, amistad y bienestar.

La motricidad de los niños y niñas, sobre todo durante la Educación Infantil, debe ir acompañada del trabajo y desarrollo de la creatividad. La creatividad, puede ser un gran influyente en la práctica de la motricidad y también en la práctica de la Expresión Corporal. Puede otorgar un sin fin de posibilidades, tanto de movimiento como de expresión. Por otro lado, la creatividad también contribuye a: mayor libertad de acción, originalidad, búsqueda de nuevas posibilidades para solucionar problemas, la cooperación, un clima lúdico y relajado, aceptación mutua y de los demás y, en consecuencia, el respeto mutuo.

Cabe destacar, que la labor de desarrollar y trabajar la creatividad recae en los(as) docentes. Es muy importante que, los profesionales del área de la educación incentiven este tipo de prácticas educativas. Potenciando, sobre todo en niños y niñas, la exploración y experimentación a través de lo lúdico.

III. 1.2.1.2.3 IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD

Según Lení y Wey (2015), la psicomotricidad se caracteriza por ser un conjunto de posibilidades que posee el ser humano para moverse, considerándolo como un individuo o especie.

La psicomotricidad se basa en la herencia biológica e histórico-cultural del individuo, es decir, todas las capacidades y habilidades motoras que le caracterizan son producto de dos factores: Un proceso de aprendizaje que se da en un tiempo y lugar determinado (factor histórico), y el proceso que se da en un determinado grupo social (factor cultural).

Por lo general, los movimientos se realizan para alcanzar determinados objetivos. En ocasiones, dichos objetivos pueden ser claros y evidentes, y otros poco definidos, pero la acción siempre está presente. Por esto, se habla de que la psicomotricidad implica una cierta intencionalidad, por lo que, es productora y portadora de significados. La intencionalidad de los movimientos se relaciona siempre con los significados que estos tienen para el individuo o grupo social perteneciente.

La psicomotricidad representa la interacción del ser humano con la naturaleza y sus semejantes. Todas las relaciones interpersonales que se forman ocurren gracias al movimiento, de igual manera, ningún sentimiento o pensamiento puede expresarse sin movimiento.

Tomar en consideración la psicomotricidad en la Educación Infantil es algo fundamental, pues, permite la libertad de acciones corporales y el desarrollo del niño(a) como tal, lo que significa, que ejercitan constantemente su motricidad al ir descubriendo el mundo que les rodea, así como también, sus propias características.

Con todo lo anterior, podría decirse que la Expresión Corporal forma parte de la psicomotricidad, pues, es la forma de expresión que tiene el ser humano, a través de su cuerpo y movimiento. Junto con esto, se debe entender que cada individuo tiene sus propias características, dentro de ellas, características motrices. La Expresión Corporal, entiende que cada individuo tiene su forma de movimiento y expresión, algo en común que tiene con la psicomotricidad.

Como se ha mencionado anteriormente, se debe considerar que el aprendizaje de los(as) niños(as) debe ser primordialmente bajo circunstancias lúdicas. Se debe entender que lo lúdico no significa que el(a) niño(a) haga lo que quiera, en este sentido, es muy importante el rol mediador del(a) profesor(a). Tampoco basta con que lancen una pelota o bailen al son de una música. Los juegos deben estar contextualizados, para lo cual, el(a) docente debe conocer muy bien a sus estudiantes, observarlos en diferentes situaciones y ofrecerles la oportunidad de desarrollarse. Todos los contenidos deben relacionarse con lo lúdico, mientras que el(a) profesor(a) actúa de mediador a través del propio juego, estimulando nuevas formas de jugar y tomando en consideración todas las posibles propuestas que hagan los(as) estudiantes. Para Lení y Wey (2015), citando a Gardner (1997), jugar significa mucho más que un simple ejercicio, se trata de un componente crucial del desarrollo, en la medida en que, por medio de los juegos, el/a niño/a puede experimentar comportamientos, acciones y percepciones diferentes sin miedo a represalias o fracasos. Por otro lado, Lení y Wey (2015) citando a Vygotsky (1994), interpreta que el juego es un medio de aprender que existen reglas. El(a) niño(a) crea una situación imaginaria y, al vivenciarla, lo hace con las reglas observadas en la vida real o en los juegos en los que ha participado antes.

III. 1.2.1.3 LAS BASES FÍSICAS Y EXPRESIVAS DEL MOVIMIENTO

En la Educación Física, el cuerpo y el movimiento constituyen los ejes básicos de la acción educativa. “Ésta abarca tanto los aspectos perceptivos y motores como los cognitivos, comunicativos, expresivos y creativos” (p.27). Según Cachadiña et al. (2006), así lo establecieron los Reales Decretos de Currículo para la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato que desarrollaba la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo de 1990, y así se establece en los Decretos que comenzaron a desarrollar la Ley de Calidad de la Educación de 2002.

En la Expresión Corporal se distinguen las “**Bases físicas del movimiento**”, las que incluyen aspectos perceptivos y motores del movimiento, y las “**Bases expresivas del movimiento**”, las que incluyen los factores expresivos, comunicativos y creativos del mismo. Ambos aspectos son decisivos a la hora de trabajar la Expresión Corporal. (Cachadiña et al. 2006).

Tanto, las “Bases expresivas del movimiento” para la Expresión Corporal, como los aspectos cognitivos, expresivos y motores del movimiento para la Educación Física, requieren de un dominio completo de los aspectos perceptivos y motores. Esto porque, según las taxonomías de Simpson (en Vázquez, 1989), Jewett (1974) (en Sánchez, 1992), Sánchez (1992), Harrow (1978) (en Vázquez, 1989) y Jacqueline Gangey (en Vázquez 1989), el movimiento expresivo y creativo está situado en la cúspide de las taxonomías del ámbito psicomotor.

Como se puede vislumbrar, entre los dos aspectos incitios de la Expresión corporal, en donde uno de ellos que son las bases psicomotrices o físicas del movimiento, es de suma relevancia y de primera importancia que estas bases de psicomotricidad sean trabajadas y desarrolladas en primer lugar o de manera previa al desarrollo de los aspectos de las bases expresivas y creativas del movimiento, las que componen como segundo aspecto a la Expresión corporal y a la Educación Física. Esto es debido a que, el movimiento expresivo y creativo, se encuentra en un estatus más desarrollado de las taxonomías, ya que, para poder hacer uso y manejo de este tipo de cualidades, se debe tener un dominio previo de todas las taxonomías de menor rango, es decir, un manejo adecuado de todos los movimientos

psicomotrices para desarrollar nuevos movimientos que implican expresividad y creatividad. Antes de enseñar a crear un movimiento nuevo y expresivo, se deben enseñar movimientos básicos.

Existe una gran relación entre los componentes físicos que trabaja la Educación Física y la Expresión Corporal, ambos son similares pero su objetivo es diferente. La Educación Física, pretende desarrollar los aspectos perceptivos y motores para contribuir a una mejor condición física y dominio deportivo, potenciando actividades competitivas. La Expresión Corporal, pretende un trabajo orientado a la concientización corporal y al descubrimiento de la propia realidad corporal, junto con sus posibilidades de movimiento. Tanto la Educación Física como la Expresión Corporal, pueden trabajar los mismos componentes de la condición física. (Ver Anexo 1. Tabla 4)

Sería interesante que la Educación Física integre ambos objetivos descritos anteriormente, lo cual, se traduciría en una educación mucho más completa e integral. Movimiento y expresión, son pilares fundamentales de la educación motriz.

III. 1.2.1.4 CAPACIDADES FÍSICAS, MOTRICES O COORDINATIVAS Y HABILIDADES MOTRICES TRABAJADAS DESDE LA EXPRESIÓN CORPORAL

En la Educación Física, cuando se habla de aspectos perceptivos y motores, se hace referencia a: las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad), las capacidades motrices y coordinativas (capacidad de diferenciación, capacidad de acoplamiento, de orientación, de equilibrio, de cambio, de ritmización y de relajación) y las habilidades motrices (desplazamientos, saltos, lanzamientos, giros y recepciones). Lo que, en Expresión Corporal, se conoce como “Bases Físicas del Movimiento”. (Cachadiña et al. 2006)

Como se vio anteriormente, es necesario tener un dominio de las “Bases Físicas del Movimiento”, para, posteriormente, comenzar con el trabajo de las “Bases expresivas del movimiento”. Ambas bases son propias de la Expresión Corporal, pero en definición son similares a las bases de la Educación Física.

Entre los contenidos que aborda la Educación Física y los que aborda la Expresión Corporal, hay múltiples nexos. Ambas pueden trabajar los mismos aspectos perceptivos y motores. Cabe destacar que, la Expresión Corporal, cuenta con una terminología específica para las habilidades motrices, las que reconoce, según Rudolf Von Laban (1987, 1978), como las **“Ocho Acciones Básicas del Movimiento”**. (Ver Anexo 2. Diagrama 1)

Entonces ¿Cómo es que se pueden trabajar las “Bases Físicas del Movimiento” en la Expresión Corporal? La respuesta a esta pregunta, la encontrará en los próximos capítulos.

III. 1.2.1.4.1 CAPACIDADES FÍSICAS EN LA EXPRESIÓN CORPORAL

En la Expresión Corporal, las capacidades físicas son trabajadas por medio de actividades rítmicas, las cuales tienen por objetivo promover la creatividad, la socialización, la participación y cooperación, contribuyendo a un desarrollo integral del estudiante. (Cachadiña et al. 2006).

Para trabajar y desarrollar las diferentes capacidades físicas por medio de la Expresión Corporal, se deben utilizar actividades con ciertas exigencias relacionadas a la capacidad física que se desee abordar. Todo va a depender del ejercicio que el(a) docente proponga. Por ejemplo, si se desea trabajar la resistencia cardiovascular, se deben utilizar actividades donde se mantengan esfuerzos por un tiempo prolongado, dichos esfuerzos pueden ser una serie de movimientos, los cuales pueden ser creados por los(as) mismos(as) estudiantes o guiados por el(a) profesor(a). De esta misma manera, se puede ir variando en la propuesta de movimientos, donde se puede incluir ejercicios de fuerza, velocidad o flexibilidad.

Cabe destacar que, en algunas manifestaciones expresivas que tienen como base la expresión del cuerpo por medio del movimiento, es fundamental el desarrollo de las capacidades físicas para su ejecución. Esto es, por ejemplo, el caso de la Danza y las Acrobacias. (Cachadiña et al. 2006).

III. 1.2.1.4.2 CAPACIDADES MOTRICES Y COORDINATIVAS EN LA EXPRESIÓN CORPORAL

Cachadiña et al. (2006), citando a Álvarez del Villar (1983) y Romero et al. (1992), indica que “las capacidades motrices y coordinativas son aquellos componentes responsables de los mecanismos de control del movimiento” (p.33).

Para Mora (1989), citado por Cachadiña et al. (2006), las capacidades motrices y coordinativas permiten organizar y regular el movimiento.

Según Cachadiña et al. (2006), citando a García, Navarro y Ruíz (1996), las capacidades motrices y coordinativas que mejor se relacionan con los aspectos a trabajar en la Expresión corporal son las siguientes:

A. Capacidad de diferenciación: La capacidad de diferenciación corresponde a la capacidad para lograr una coordinación muy fina de fases motoras y movimientos parciales individuales, la cual se manifiesta en una exactitud y economía del movimiento total (p.34).

Según Cachadiña et al. (2006), para desarrollar esta capacidad, es recomendable trabajar los siguientes canales de información:

- I. Información cinestésica: Permite “sentir” o percibir el movimiento, tomando una consciencia completa de cada parte del cuerpo. Esta información se obtiene a través de los mecanorreceptores ubicados en los músculos, tendones, articulaciones y la piel.
- II. Información vestibular: Permite conocer la orientación en el espacio. Esta información es proporcionada por el laberinto membranoso del oído interno, el cual entrega información respecto a las aceleraciones de la cabeza.
- III. Información visual: Permite conocer el entorno y construir una percepción visual del mismo. Esta información es proporcionada por los ojos, por medio de la vista.
- IV. Información acústica: Forma parte del sistema receptor.

A modo de ejemplo, algunas de las actividades de Expresión corporal más recomendadas para el trabajo de cada uno de los canales de información descritos, según Cachadiña et al. (2006), son las actividades de: percepción de movimiento y sensaciones, consciencia y control corporal, tonicidad, consciencia de la postura, entre otras.

B. Capacidad de acoplamiento: La capacidad de acoplamiento corresponde a “la capacidad de coordinar los movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación con el movimiento total que se realiza para obtener un objetivo motor determinado” (p.36). Consiste en la toma de consciencia de partes segmentadas del cuerpo, para posteriormente lograr una coordinación corporal general. Pertenece a una cualidad de las actividades coordinativas y se relaciona con las capacidades de equilibrio, ritmización y cambio.

Esta capacidad se suele relacionar con actividades de espacio y tiempo. Según Cachadiña et al. (2006), las actividades más recomendadas para el trabajo de esta capacidad son la toma de consciencia de diferentes segmentos corporales, por ejemplo: ejercicios activos de cada segmento corporal; sus componentes (huesos, músculos y articulaciones) y su acción en conjunto con otros segmentos corporales.

C. Capacidad de orientación: La capacidad de orientación corresponde a “la capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo” (p.36), con relación a una acción definida u objeto en movimiento. Para desarrollar esta capacidad, es necesario tener una base de desarrollo de percepción espaciotemporal. Cabe destacar, que la percepción del espacio implica tres dimensiones: vertical, horizontal y transversal.

Para los autores, las actividades más recomendables a utilizar para desarrollar esta capacidad son las actividades de toma de conciencia de espacio y tiempo, como, por ejemplo: desplazarse ocupando el mayor espacio (espacio) en el menor o mayor tiempo posible (tiempo).

D. Capacidad de equilibrio: La capacidad de equilibrio, consiste en “la capacidad de mantener o recuperar la posición del cuerpo” (p.37) durante la ejecución de posiciones estáticas y/o dinámicas.

Para los autores, las actividades recomendadas para desarrollar la capacidad de equilibrio son aquellas donde se trabajen movimientos desde el centro de gravedad, próximo y alejado de la base de sustentación, por ejemplo: realizar movimientos con el centro de gravedad próximo y/o alejado de la base de sustentación.

E. Capacidad de cambio: La capacidad de cambio, corresponde a la capacidad de adaptación de un individuo a nuevas situaciones de movimiento que se presentan durante la ejecución de una actividad física con numerosas interferencias.

Para los autores, las actividades recomendadas para desarrollar la capacidad de cambio son aquellas donde, por ejemplo, los/as estudiantes deban desplazarse libremente por el espacio sin chocar. Según lo decida el/la profesor/a cargo, pueden ir cambiando de trayectoria y velocidad para aumentar el nivel de dificultad.

F. Capacidad de ritmización: La capacidad de ritmización consiste en “reproducir mediante el movimiento un ritmo externo o interno”. La percepción del tiempo en esta capacidad es fundamental y depende de la duración y sucesión de acciones.

Para los autores, las actividades recomendadas para desarrollar la capacidad de ritmización, son todas las actividades rítmicas y de toma de consciencia temporal. Por ejemplo: en parejas, adaptarse al ritmo que sigue el/a compañero/a; representar un personaje u objeto mediante un gesto o movimiento característico, el cual deberá ser ejecutado en un momento y tiempo determinado en conjunto con un momento de pausa.

G. Capacidad de relajación: La capacidad de relajación consiste en “la capacidad de relajar de forma voluntaria la musculatura”, siendo un factor importante para poder ejecutar eficientemente las actividades físicas y deportivas. Según Motos (1983), citado por Cachadiña et al.

(2006), la relajación en Expresión Corporal no pertenece a un estado pasivo sino activo, el cual requiere de un entrenamiento físico-psicológico, algo así como cuerpo-mente, enriquecedor para la calidad del movimiento expresivo.

Para los autores las actividades más recomendables para trabajar la capacidad de relajación son ejercicios de visualización con el cuerpo en reposo y en una posición idealmente cómoda. Por ejemplo, visualizar en reposo las siguientes situaciones: imaginar un cielo azul, el mar, caminata por un sendero o bosque, etc. También, otro ejemplo de estos ejercicios puede ser la toma de conciencia de relajación de cada parte del cuerpo, para esto el/a profesor/a a cargo, deberá ir nombrando diferentes partes del cuerpo, a medida que los/as estudiantes van soltando y relajando dichas partes del cuerpo mencionadas.

III.1.2.1.4.3 HABILIDADES MOTRICES EN LA EXPRESIÓN CORPORAL

En la Educación Física, las habilidades motrices son de uso habitual. La mayoría de los contenidos se centran en trabajar específicamente una o más habilidades motrices básicas. Se emplean para designar a las actividades tales como: correr, lanzar, trepar, reptar, saltar, recibir, girar, etc.

Cachadiña et al. (2006), citando a Sánchez (1984) y apoyándose en los autores Godfrey y Kephart (1969), indica que las habilidades motrices “hacen referencia a los movimientos que implican fundamentalmente el manejo del propio cuerpo y los movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos” (p.39).

Desde la Educación Física, las habilidades motrices básicas más utilizadas comúnmente por el ser humano se clasifican en: desplazamientos (andar o correr); saltos; lanzamientos; giros; recepciones; y manipulaciones.

Según Cachadiña et al. (2006), desde la Expresión Corporal, las habilidades motrices pueden trabajarse con gran ayuda de la imaginación y la creatividad:

- A. **Desplazamientos:** Se pueden realizar actividades donde se imagina que se transita por diferentes superficies y el movimiento ha de adaptarse a ellas o bien imaginar situaciones, asignando roles a los/as estudiantes. Por ejemplo: caminar o correr sobre nieve; caminar o correr sobre charcos de agua; caminar o correr entre piedras; caminar o correr sobre hielo; ser perseguido; ser el perseguidor; ser un animal depredador que desea alimentarse; ser una presa que debe arrancar del animal depredador; etc. El/a estudiante deberá simular estas situaciones y adaptar su movimiento.
- B. **Salto:** Se puede utilizar actividades de imaginación, al igual que las anteriores, pero, también, se pueden incluir saltos comunes (cortos, largos, horizontales o verticales) en ejercicios con movimientos guiados.
- C. **Giros:** Los giros pueden practicarse en cualquier tipo de ejercicio, utilizando los diferentes planos: longitudinal, transversal y anteroposterior.
- D. **Lanzamientos:** Se puede simular que se lanzan diferentes objetos como: una gran piedra, un globo, una jabalina, etc. También se pueden utilizar objetos

reales para realizar y experimentar diferentes posibilidades de movimiento, permitiendo que el/a estudiante se exprese.

- E. **Recepciones:** Al igual que lo anterior, se puede practicar la recepción de objetos imaginarios con diferentes pesos, texturas y formas, y, también, se pueden utilizar objetos reales, realizando ejercicios de recepción en movimiento.
- F. **Manipulaciones:** Se puede simular que se manipula un objeto imaginario, variando en su textura, temperatura, forma y peso. Por ejemplo: un objeto caliente; un objeto frío; un objeto pequeño; un objeto grande, un objeto duro; un objeto blando; etc. También se pueden utilizar objetos reales para que el/a estudiante lo manipule y experimente diferentes posibilidades de movimiento.

Para Cachadiña et al. (2006), es imprescindible la integración de los componentes **tiempo y espacio** de los movimientos, para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

III. 1.2.1.5 APORTACIONES DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

En la Educación Física, la Expresión Corporal es uno de los bloques de contenidos más enriquecedores para el(la) estudiante. A través de sus diferentes técnicas, el(la) estudiante puede explorar un mundo diferente que le motivará hacia la práctica de la actividad física. Además de esto, este contenido contribuye de manera significativa a la socialización y a conocer las posibilidades expresivas de su cuerpo en relación con los demás y su entorno. (Luis Manuel Timón Benítez y Fran Hormigo Gamarro. (2010). *La Expresión Corporal en la clase de Educación Física: Propuesta curricular desde la administración educativa*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L). Timón et al. (2010) clasifican las aportaciones de la Expresión Corporal en:

A. Aportaciones Específicas

Se refiere a aquellas aportaciones orientadas al desarrollo y mejora de las áreas o capacidades concretas de la persona. El trabajo específico de dichas actitudes y destrezas va a suponer una mejora de las técnicas corporales en los siguientes aspectos:

- Mayor dominio de la psicomotricidad.
- Mejora de la coordinación.
- Mayor y mejor ordenación del espacio temporal.
- Mayor estructuración del espacio, tanto personal como grupal.
- Mayor y mejor percepción del espacio y del tiempo.
- Mejor utilización de la forma consciente y expresiva de todos estos recursos.
- Enriquecimiento de las capacidades comunicativas de las personas.

B. Aportaciones Generales

Se refiere a aquellas aportaciones que afectan a toda la personalidad, es decir, aspectos superficiales y aspectos más profundos e importantes de ésta. El enriquecimiento es sobre todo a nivel psicológico o de crecimiento personal, ya que su práctica permite un acercamiento de espacio y tiempo de

la persona en sí misma, en conclusión, favorece la introspección y la armonía interna de la persona. (Timón et al. 2010)

De lo anterior, Timón et al. (2010) llegan a lo siguiente:

Con la Expresión Corporal vamos a favorecer que la persona tenga la posibilidad de entrar en contacto con ella misma, tome conciencia de sí misma, y, en consecuencia, tenga una mejor aceptación de uno mismo. Se va a permitir la búsqueda del mundo interior, implicando un gran valor catártico y de la personalidad. (p.12)

Como síntesis de lo anterior, se pueden revisar los ámbitos de aplicación de la Expresión Corporal en diferentes contextos (Ver Anexo 1. Tabla 5).

Las ventajas sobrepasan el uso beneficioso, para niños(as), de la aplicación y provecho de la Expresión Corporal, tanto para sus desarrollos tempranos como para superar dificultades o trabas a medida que crecen. Les brinda “alas” y herramientas en la parte educativa, terapéutica, ocio y tiempo libre, es un todo completo y que siempre va a estar presente.

III. 1.2.1.5.1 IMPORTANCIA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

La Expresión Corporal en la Educación Infantil tiene una importancia relevante, según como lo indica Zabalza sería:

La Expresión Corporal tiene un sentido y una cabida plena, ya que es un periodo de la vida prioritario en referencia a las actuaciones expresivas por parte del niño, pero sobre todo en cuanto que dichas acciones nos informan sobre todo lo que hace, sea del área que sea. Esto es debido a que a medida que el niño va perfeccionando todos sus recursos va paralelamente especializando sus patrones expresivos, estableciendo mayor relación entre los recursos utilizados, el tipo de mensaje y sus intenciones de comunicación. Este es un objetivo básico de la Escuela Infantil, el potenciar a través de un abanico de materiales, experiencias y oportunidades de acción el desarrollo de sus posibilidades y del dominio de sus recursos expresivos.

Una educación rica en Expresión Corporal, o una Expresión Corporal rica en valores educativos va a preparar al niño para muchas más cosas que para poder expresarse y captar mensajes a través del lenguaje corporal. La interiorización, la conciencia de sí mismo, la aceptación del propio cuerpo y del compañero, etc., sentarán las bases de un individuo crítico y autónomo, capaz de integrarse en la sociedad sin ser tragado y deshumanizado por ella. Ciertamente una de las funciones de la Educación Infantil es la socialización del niño o facilitar el proceso mediante el cual el niño se convertirá en un adulto de su sociedad. En el proceso de socialización, el niño pasa de un movimiento íntimo, natural y espontáneo a otro estereotipado que agrade a padres y educadores y se inserta de forma

convencional y según los cánones sociales. La sociedad y sus grandes altavoces, los medios de comunicación, distorsionan nuestra imagen y nuestro movimiento, en palabras de Montfort 8, nos imponen “un cuerpo común, irreal e inalcanzable”. Igualmente ocurre con el movimiento y nuestras conductas corporales, existiendo en este proceso una pérdida de independencia y de individualidad al existir una inhibición del movimiento libre puesto que vivimos en una sociedad que nos permite la libertad de pensamiento, pero no de “movimiento” en el sentido amplio del concepto. (Gutiérrez Díaz del Campo, D. y David Gutiérrez Díaz del Campo (2005). Expresión corporal y educación infantil

Según lo que dice Zabala, se puede decir que la importancia de la Expresión Corporal en el aprendizaje de la Educación Infantil, se debe al acompañamiento y compás que va a la par con el desarrollo biológico propio de los niños y niñas, y que trabaja como un complemento que potencia aquellas cualidades como: el descubrimiento del propio cuerpo; la socialización; el conocimiento y exploración propia, sin un guía; el desapego hacia los padres; el trabajo en construcción y fortalecimiento de las propias emociones como el lenguaje verbal y no verbal. Esto promueve y genera un individuo crítico y a la vez autónomo independiente, el cual es capaz de integrarse en una sociedad siendo autónomos y autosuficientes, sin ser tragados y deshumanizado por ella.

La Expresión Corporal se sabe cómo una ciencia completa, eficaz y trascendente capaz de trabajar y ser abordada en pro de beneficios en el desarrollo motriz infante-juvenil. Por ende, trabaja capacidades físicas. Lo anterior, se puede apreciar en la siguiente cita de Cachadiña et al. (2006):

Para nosotros, los aspectos perceptivos y motores del movimiento son las capacidades físicas básicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad), las capacidades motrices y coordinativas (capacidad de diferenciación, de acoplamiento, de orientación, de equilibrio, de cambio, de ritmización, y de

relajación), y las habilidades básicas (desplazamientos, saltos, lanzamientos, giros y recepciones).

El estudio de las capacidades físicas básicas nos proporciona información sobre los factores cuantitativos que posibilitan el movimiento, mientras que el estudio de las capacidades motrices y coordinativas nos proporciona información sobre los factores cualitativos del movimiento, esto es sobre los mecanismos de control y regulación de este. Por último, el estudio de las habilidades básicas nos proporciona información sobre los patrones fundamentales del movimiento. Cualquier movimiento realizado por el cuerpo humano se puede descomponer en estos patrones fundamentales, es decir, cualquier movimiento por complejo que sea, es una combinación de habilidades básicas. (Cachadiña Casco, M. P. (2006). Expresión corporal en clase de educación física.)

El desarrollo motriz a través de la Expresión Corporal es esencialmente trabajado mediante sus componentes de trabajo como las capacidades físicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad), en conjunto con las habilidades básicas (desplazamientos, saltos, lanzamientos, giros y recepciones). Estas potencian capacidades como mejoras en la capacidad de transmitir mensajes, ideas, pensamientos, en aprender a verbalizar de mejor manera o gesticular lo que aún no se es capaz de verbalizar, moldear potenciando capacidades expresivas como ritmo, gestión y dramatización. Esto es mejorable y se puede hacer un trabajo más individualizado y completo, analizando el estudio de las habilidades básicas, lo cual, generará información de cada movimiento para así descomponer los patrones fundamentales que llevarán a un movimiento más complejo. Será más eficaz al ser una combinación de habilidades básicas.

III. 2 MARCO REFERENCIAL

Este capítulo hace referencia a todas las investigaciones y propuestas didácticas similares a la de la presente investigación. La mayoría de estas investigaciones y propuestas se orientan en un plan didáctico de trabajo y desarrollo de la Expresión Corporal en la educación. Posteriormente, la idea es tomar la base de las propuestas más similares y establecer los principales elementos que conformarán la nueva unidad didáctica.

III. 2.1 PROPUESTA DE CAÑIZARES Y CARBONERO

En Andalucía (España), Cañizarez y Carbonero (2016), realizan un análisis del diseño curricular de Educación Física, encontrando referencias a la Expresión Corporal, tal como sucedió con el análisis realizado a las bases curriculares del MINEDUC del programa de Educación Física.

Posterior al análisis, los autores realizan una propuesta de intervención educativa para abordar el trabajo de la Expresión Corporal en la escolaridad. Para un mejor entendimiento, a continuación, se detallan los puntos del diseño curricular de Andalucía, que hacen referencia o mención a la Expresión Corporal:

a) R. D. 126/2014, Artículo 6. Principios generales. “La finalidad de la Educación Primaria es facilitar a los alumnos y alumnas los aprendizajes de la expresión y comprensión oral, la lectura, la escritura, el cálculo, la adquisición de nociones básicas de la cultura, y el hábito de convivencia así como los de estudio y trabajo, **el sentido artístico , la creatividad y la afectividad**, con el fin de garantizar una **formación integral** que contribuya al **pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos y alumnas** y de prepararlos para cursar con aprovechamiento la E.S.O. La acción educativa en esta etapa procurará la integración de las distintas experiencias y aprendizajes del alumnado y se adaptará a sus ritmos de trabajo”.

El mismo R.D. indica sobre el currículo que “los elementos curriculares de la programación de la asignatura de Educación Física pueden estructurarse en torno a cinco situaciones motrices diferentes”. Una de ellas está relacionada con la expresión: “**Acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión**. En estas situaciones las respuestas motrices requeridas son de carácter estético y comunicativo y pueden ser individuales o en grupo. El uso del

espacio, las calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de **expresión (corporal, oral, danzada, musical)**, son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades están los juegos cantados, **la Expresión Corporal**, las danzas, el juego dramático y el mimo, entre otros”.

b) O. Introducción. 17/03/2015. Aspectos Generales del Área de Educación Física. “El área de Educación Física tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz orientada a la puesta en práctica de procesos, conocimientos y actitudes motrices para realizar actividades y ejercicios físicos, **representaciones, escenificaciones**, juegos y deportes. La enseñanza de la Educación Física ha de promover y facilitar que alumnos y alumnas **se sientan bien con su cuerpo**, que adquieran una **comprensión significativa del mismo y de sus posibilidades**, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su desenvolvimiento de forma normalizada en el medio, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los otros. De igual manera, se debe resaltar la **importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas**; así como la importancia de la aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente”.

c) Competencias Clave.

La LOMCE/2013 indica una serie de competencias. Las más relacionadas son:

- Conciencia y expresiones culturales. La **expresión de ideas o sentimientos de forma creativa** contribuye mediante la **exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento**. A la apreciación y comprensión del

hecho cultural, y a la valoración de su diversidad, lo hace mediante el reconocimiento y la apreciación de las manifestaciones culturales específicas de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, **las actividades expresivas o la danza** y su consideración como patrimonio de los pueblos.

d) Objetivos de Etapa. Se destaca al objetivo “J”: “Utilizar diferentes **representaciones y expresiones artísticas** e iniciarse en la construcción de propuestas visuales”.

e) Objetivos de Área para la Etapa. El objetivo O. EF. 3 del Área de Educación Física indica “Utilizar la **imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo**, así como comprender mensajes expresados de este modo”.

f) Bloques de Contenido. La Expresión Corporal está ubicada en el Bloque 3: “La Expresión Corporal: expresión y creación artística: se refiere al uso del movimiento para comunicarse y expresarse, con creatividad e imaginación” (O. 17/03/2015). Algunos ejemplos son:

- Investigación y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo (tono muscular, mímica, gestos) y del movimiento (ritmo, espacio, tiempo).
- Expresión e interpretación de la música en general y el flamenco en particular a través del cuerpo, sincronizando sencillas estructuras rítmicas a partir de un compás y un tempo externo.
- Práctica de sencillos bailes y danzas populares o autóctonas de la Comunidad Andaluza.

- Imitación y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.

g) Evaluación. El criterio más directamente relacionado con la expresión es el n°2 (R.D.126/2014):

“Utilizar los **recursos expresivos del cuerpo y el movimiento**, de forma estética y creativa, **comunicando sensaciones, emociones e ideas**”

Los indicadores que le corresponden son:

- Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.
- Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.
- Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.
- Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales

(Cañizarez et al. 2016)

Hay varios puntos del diseño curricular de Andalucía que presentan cierta similitud con los de las bases curriculares del MINEDUC, por lo que, se puede hacer una comparación entre ambos diseños curriculares. Por ejemplo, los principios generales, señalan la “importancia del estudio y trabajo de las acciones motrices artístico-expresivas, la creatividad y la afectividad”, características que otorga el trabajo de la Expresión Corporal y también de la Danza. En el caso de las bases curriculares del MINEDUC, este punto tiene relación con la descripción de la Unidad n°3 en los cursos de 1° y 2° Básico, y con uno de los indicadores de evaluación de 3° y 4° Básico, donde se da importancia al trabajo de la expresividad, emocionalidad (afectividad) y sentimientos a través del movimiento.

Dentro de los mismos principios generales, también se menciona la utilización de acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión, a través de actividades o juegos. Esto con el fin de desarrollar un sentido espacial, un mejor manejo del cuerpo y de los movimientos, mejorando los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y creatividad, aplicando diferentes contextos de expresión (corporal, oral, danzada o musical). Este punto tiene relación con que, la tercera unidad en 3° y 4° Básico, propone la realización de actividades lúdicas y rítmicas.

La finalidad de la Educación Física en el currículum de Andalucía es desarrollar competencias motrices a través de actividades, ejercicios físicos, representaciones, escenificaciones, juegos y deportes. En el caso de las actividades de representación y escenificación, la Expresión Corporal, puede ser una excelente opción al momento de trabajar el arte escénico. En Chile, la finalidad de la Ed. Física también es desarrollar competencias motrices. Sin embargo, deja un poco de lado lo que son las representaciones y escenificaciones artísticas. Por lo general, las actividades se centran en un trabajo técnico y con menos libertad de exploración de movimiento y expresión; se prioriza la ejecución y coordinación de movimientos.

El enfoque de la Ed. Física en Andalucía se orienta en promover y facilitar que los(as) estudiantes se sientan bien con su propio cuerpo, adquieran una comprensión significativa del mismo y de sus posibilidades, con el fin de facilitar su desenvolvimiento en el medio, mejorar sus condiciones de vida y establecer interrelaciones. Además, recalca la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas. En Chile, el enfoque de la Ed. Física se centra en el desarrollo de habilidades motrices específicas y suele ser de carácter deportivo competitivo, por lo que, le resta importancia a los aspectos expresivos y comunicativos del cuerpo. Sería bastante interesante ampliar este concepto y enfoque de la Ed. Física en Chile, tomando como ejemplo y base el de Andalucía.

Dentro de las competencias claves que se desean desarrollar en el diseño curricular de Ed. Física en Andalucía, se encuentran el reconocimiento y valorización de la cultura, a través de actividades donde se desarrolle la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa. Esto es un panorama muy distinto para Chile, puesto que, generalmente, en España, las expresiones artísticas, como la Expresión Corporal y la Danza, son parte fundamental del

patrimonio cultural. Incluso, en algunos de los objetivos de su diseño curricular de Ed. Física, se mencionan el uso de recursos expresivos y artísticos. Por ejemplo, dentro de los objetivos de etapa, se destaca el objetivo “j”, que menciona la “utilización de diferentes representaciones y expresiones artísticas. También, dentro de los objetivos de área, el objetivo O.EF. 3 del área de Ed. Física, menciona la “utilización de la imaginación, creatividad y expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo”. En comparación con las bases curriculares de Chile, lo único que tendría relación con esto, sería el objetivo general de la Unidad n°3 en los cursos de 1° y 2° Básico, pero, a partir de 3° Básico, dicho objetivo se reemplaza por aspectos más específicos y técnicos, como la correcta ejecución o técnica de algún movimiento.

En Chile, la Danza y la Expresión Corporal y artística en general, no suelen considerarse como patrimonios culturales “fundamentales”, sino que, se consideran como actividades recreativas y, por lo general, no son apreciadas como debiese ser. Aun así, la Unidad n°3, pretende entregar un mayor conocimiento en cuanto a cultura y costumbres tradicionales de cada zona o región de Chile, a través, de representaciones de Danzas Tradicionales o Folklóricas. A pesar de que, esto se cumple y los(as) estudiantes aprenden sobre sus propias costumbres y cultura a través de las Danzas y Bailes folklóricos, se sigue dejando de lado el trabajo de la Expresión Corporal. Por lo tanto, se deben compensar ambas partes para que la unidad sea mucho más completa; la valorización y representación de la cultura, a través de la Danza y el Baile, junto con la Expresión Corporal. De esta manera, el enfoque y concepto de la Ed. Física en Chile, podría volverse poco a poco más amplio, considerando los aspectos expresivos y afectivos de los(as) estudiantes, y teniendo como resultado, una Ed. Física integral.

Cabe destacar que, en el diseño curricular de Ed. Física en Chile, existen pocos contenidos orientados al trabajo de la Expresión Corporal. La única excepción es el caso de 1° y 2° Básico, donde se alude a este tipo de actividades, pero, luego, dichas actividades desaparecen y solo se mencionan en uno que otro indicador de evaluación. En el diseño curricular de Ed. Física de Andalucía, existen contenidos específicos para el trabajo de la Expresión Corporal o “uso del movimiento para comunicarse”. De todos modos, no se detalla si estos contenidos son para todos los niveles de formación escolar o, al igual que en Chile, si son sólo para algunos. En cuanto a los indicadores de evaluación, en ambos diseños

curriculares son similares. Consisten principalmente en representar o expresar, a través de movimientos, ideas, emociones, situaciones, personajes, etc., utilizando recursos expresivos del cuerpo y a partir de estímulos musicales o rítmicos. Dentro de los indicadores de evaluación del plan curricular de Andalucía, aparece también el uso de la Danza y Baile para representar características culturales, aunque, este punto establece que se debe seguir una coreografía determinada, al igual que en la mayoría de los objetivos e indicadores de la Unidad n°3 de Ed. Física en Chile. Esto quiere decir, que quizás el Baile y la Danza necesitan de un cierto patrón específico coreográfico o establecido para llevarse a cabo, pero, el hecho de abordar a la par la Expresión Corporal permite que, posteriormente, al realizar una Danza y/o Baile, la expresividad aflore de todas maneras y no se pierda. La Expresión Corporal, hará que cada uno de los movimientos tenga sentido y cobre vida. De esta manera, se puede lograr un aprendizaje mucho más significativo y vivenciado, ya que, se puede entender aún más profundamente lo que se representa con dicha Danza y/o Baile, y, por ende, un mayor conocimiento y aprendizaje de la cultura.

Posterior al análisis anterior, Cañizarez y Carbonero (2016), proponen una intervención educativa de Expresión Corporal para un primer nivel con aprendizajes más elementales, conformado por el 1° y 2° ciclo, que corresponden a los niveles de 1° a 5° Básico en Chile, y un segundo nivel donde se incorporan aprendizajes más complejos, conformado por el 2° y 3° ciclo, que corresponden a los niveles de 6° a 8° Básico en Chile. Dichos aspectos son:

A. Aspectos básicos (1° y 2° ciclo)

- I. Lenguaje Corporal
- II. Gesto
- III. Ritmo
- IV. Movimiento Corporal
- V. Técnicas teatrales adaptadas

B. Aspectos complejos (2° y 3° ciclo)

- I. Dramatización. Juego dramático.
- II. Mimodrama
- III. Baile-Danza
- IV. Coreografía

Para los autores, la utilización de cada aspecto va a depender del docente y del contexto.

Los aspectos mencionados en la propuesta pertenecen a conceptos propios de la Expresión Corporal, por ende, su descripción aparecerá dentro de los próximos capítulos correspondientes al marco conceptual de la investigación.

III. 2.2 PROPUESTA DE POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS

Como segunda referencia para la investigación en curso, se hace mención a una propuesta didáctica de la ciudad de Bogotá (Colombia), que, mediante la Expresión Corporal, busca la estimulación de la creatividad motriz de niñas y niños de nivel educacional de segundo grado.

Dicha propuesta, menciona como problemática, una carente propuesta didáctica desde el campo de la Educación Física, dirigida hacia la estimulación de la creatividad motriz. Ocurre algo similar al analizar las bases curriculares de Educación Física en Chile, donde la problemática, es que se encuentra una carente propuesta didáctica dirigida hacia la Expresión Corporal en niveles de Enseñanza Básica.

Según los autores de la propuesta, Poveda, Ramírez y Vargas (2012), indican lo siguiente:

Se destaca la importancia de estimular la creatividad motriz en dicha población puesto que se le quiere ofrecer al niño una gama de situaciones motrices en las que se vea influido y afectado y donde se sienta partícipe de su propio proceso de enseñanza, causando interés y reflexión sobre las cosas que vive y la forma de solucionarlas, todo esto en pro de formar no niños altamente creativos y con respuestas poco frecuentes todo el tiempo, sino que tratándose de esta edad aún temprana se quiere formar bases para la adquisición de futuros aprendizajes y destrezas. (p.18).

En esta propuesta, se hace hincapié a la prioridad y beneficios de incluir la Expresión Corporal en la Educación Física, además de la creatividad motriz en cuanto al desarrollo y aprendizaje de los(as) niños(as) de segundo grado. Si bien, las edades del grupo de estudio de esta propuesta didáctica son uno o dos años menor que los(as) niños(as) de la propuesta didáctica de la presente investigación, aun así, existe una relación en plantear como objetivo una Educación Física integral.

Algunos puntos destacados de la propuesta didáctica de Bogotá son: “¿Qué es la Creatividad Motriz?” y “La Expresión Corporal en Educación Física”. Cabe destacar también, que la metodología de enseñanza aplicada se basa en un enfoque de Resolución de Problemas.

A continuación, en los siguientes capítulos, se detallan los puntos más relevantes encontrados en la propuesta didáctica de los autores.

III. 2.2.1 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: ¿QUÉ ES LA CREATIVIDAD MOTRIZ?

Según Brack, “la creatividad motriz es la capacidad humana que permite al hombre realizar nuevas respuestas abundantes y divergentes a resolver problemas de carácter motor”. Con esta definición, se evidencia que todos tienen la capacidad de crear nuevas respuestas motrices y que cada persona, está en la capacidad de desarrollar esta condición humana y estimularla para fortalecerla y ejecutarla en su vida cotidiana.

El psicólogo investigador y profesor de la Universidad de Harvard, Howard Gardner y su teoría de “las inteligencias múltiples”, divide a la inteligencia humana en diferentes subinteligencias, entre las cuales se destaca la “Inteligencia Corporal Cenestésica”. Este tipo de inteligencia menciona la utilización del cuerpo para resolver problemas o realizar actividades. Según Gardner, este tipo de inteligencia se manifiesta desde temprana edad. Se puede ver que la inteligencia propuesta por Gardner es muy similar a la definición de creatividad motriz de Brack. Este último, menciona que todo proceso de creatividad motriz posee indicadores de originalidad, flexibilidad y fluidez.

En cuanto a la originalidad, esta juega un papel fundamental donde lo innovador toma lugar. En algunos casos, resulta complicado abordar la originalidad. Por ejemplo, en una clase de Educación Física, se le pide a un niño o niña ser original y que realice un gesto motor o movimiento innovador. Por lo general, el escenario que más comúnmente ocurre es que el niño o la niña copien movimientos ya vistos, ya sea vistos de otros compañeros, amigos, familiares, etc., lo cual dificulta el cumplimiento de este indicador.

En cuanto a flexibilidad, para De la Torre, “suele presentar a menudo, una significativa correlación con la originalidad, ya que, para conseguir respuestas originales, no queda más remedio que olvidarse de lo ya conocido e intentar ver la realidad de una forma diferente y menos cuadrículada”. (Poveda, Ramírez y Vargas, 2012, p.39).

Por esta razón, muchas veces resulta complicado ser una persona creativa, puesto que no se logran liberar las cadenas que encasillan una idea o perspectiva. Lo único que logra acabar con esto, es ser una persona que rompe con todos los paradigmas existentes. En el

caso de la creatividad motriz, este rompimiento sería una respuesta única que nadie se hubiera imaginado antes o que obedezca a parámetros poco establecidos. Con esto, no se quiere decir que, a la persona, en este caso al niño o niña, se le pida siempre que dé respuestas motrices totalmente diferentes, sino que trate de innovar siempre pensando en ponerle ese toque de originalidad. (Poveda, Ramírez y Vargas, 2012)

III. 2.2.2 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: CONTEXTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

Para muchas personas, la Expresión Corporal es conocida como una corriente del Baile y el arte, pero desde la Educación Física, según Arteaga y Conde (1997), consiste en “un proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra personalidad a través del cuerpo o bien, como técnica, que, a través del cuerpo, trata de interpretar las sensaciones y sentimientos”, es decir, sacar todos los sentimientos y emociones de lo más profundo del ser.

Entre algunas definiciones de la Expresión Corporal, Shinca la define como “una disciplina de estudio y profundización del empleo del cuerpo”. Con estas palabras, el autor quiere dar a entender que de lo físico se puede llegar a lo más interno de cada ser para poder expresar sus sentimientos.

Para efectos de esta investigación, el punto de interés es la Expresión Corporal como una de las tendencias de la Educación Física. Esta surge justamente como una corriente de la Educación Física en la década de los setenta, orientada hacia la creatividad y la libre expresividad del cuerpo. Según Poveda, Ramírez y Vargas (2012) “se incluye por primera vez en los programas de Educación Física en España en el año de 1987, pero sin definir ni concretar nada; donde cada profesor la implementa como sepa o piense” (p.44). Esto ha significado un problema, ya que, deja prácticamente sin base a la Expresión Corporal; sin objetivos concretos ni una metodología de enseñanza definida.

III. 2.2.3 POVEDA, RAMÍREZ Y VARGAS: INTERVENCIÓN DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.

La Expresión Corporal, tuvo múltiples influencias en la década de los setenta, donde obtuvo su primera intervención en la Educación Física francesa con Claude Pudyade Renand, donde la Danza establecía una relación entre técnica y creatividad.

Por otra parte, en Estados Unidos, se busca que la Expresión Corporal no solo la practican las mujeres, sino que también los hombres, utilizando para esto actividades de improvisación corporal.

La Expresión Corporal, es considerada por During, como “un tanto marginal de la Educación Física por la doble razón de su menor práctica con relación a las otras variantes de esta”. Esto ocurre mucho puesto que se utilizan variantes o corrientes como la psicomotricidad o la cultura física, las cuales desplazan a la Expresión Corporal.

En los años de 1968 y 1969 se crea el G.R.E.C (Grupee de Recherches en Expresión Corporal de Toulouse), la cual está conformada por profesores de Educación Física, especializados en las modalidades de la Expresión Corporal. Su objetivo era el cuerpo expresivo del estudiante en la Educación Física. (Poveda, Ramírez y Vargas, 2012)

En la propuesta didáctica de los autores, se buscó interconectar la Expresión Corporal con la Educación Física, a través de una metodología de enseñanza en base al método de resolución de problemas, con un instrumento de recolección de planes de clase y la variación en el estímulo de la creatividad motriz, a través de una prueba de estimulación. Dicha prueba, fue aplicado en un grupo de 100 estudiantes del segundo grado, donde se pudo evidenciar el impacto que causaron las clases enfocadas a la Expresión Corporal, la que buscaba estimular la creatividad motriz. Finalmente, se demostró la variación positiva para dar respuestas nuevas y divergentes a problemas motores de la vida diaria.

III. 2.2.4 CONCLUSIONES DE LOS AUTORES RESPECTO A LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA.

Tras la aplicación de la propuesta de intervención educativa en Bogotá, los autores Poveda, Ramirez y Vargas, concluyeron lo siguiente:

- I. Se concluye que los niños al inicio de la aplicación del proyecto presentaron manifestaciones creativas pero reservadas y tímidas. Sin embargo, a medida que se estimuló la creatividad motriz mediante la ejecución de los planes de clase, esta misma presentó variaciones positivas, dando pie hacia la viabilidad de la propuesta de investigación.
- II. Se concluye que implementar planes de clase basados en el estilo de enseñanza de Resolución de Problemas, fue lo más pertinente para esta propuesta. ya que se evidencio la variación positiva hacia el estímulo de la creatividad motriz.
- III. Con la aplicación de esta propuesta de investigación, se concluye que se logró estimular la creatividad motriz en los niños de segundo grado, por medio de ejecuciones de planes de clase con el estilo de enseñanza de Resolución de Problemas. Además, se logró evidenciar esta variación a través del test planteado por los ponentes. (Poveda, Ramírez y Vargas, 2012).

III. 3 CONTEXTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN FÍSICA CHILENA

El contexto actual de la Expresión Corporal en la Educación Física de Chile es que no es trabajada ni desarrollada a cabalidad, pues, solo se menciona como parte de los contenidos de Danza y Baile, pero realmente, en la práctica estos contenidos no se relacionan entre sí. La Expresión Corporal es abordada única y completamente en los niveles de 1° y 2° Básico, pero, desde 3° Básico en adelante, incluyendo la Enseñanza Media, la Expresión Corporal aparece solamente como un indicador de evaluación, señalando aspectos como: expresión de sentimientos y muestras de sensaciones o sentimientos. El problema es que difícilmente se puedan evaluar dichos aspectos si el trabajo se enfoca únicamente a la correcta ejecución y repetición de ejercicios o secuencias de movimiento, pues, debiese existir al menos un balance entre ambos objetivos.

La Expresión Corporal, en su particularidad y magnitud, es una buena fuente de ventajas y posibilidades, sobre todo para niñas y niños, tanto para su etapa de desarrollo y aprendizaje escolar académico, como para su formación como personas íntegras.

Mediante la propuesta de la nueva unidad, se pretende crear una oportunidad óptima para el uso de la Expresión Corporal, y que esta sea aprovechada al máximo, en los beneficios que conlleva durante la etapa escolar en niños y niñas.

El enfoque de la Educación Física, respecto a la Expresión Corporal, es meramente hacia la correcta ejecución de una secuencia de movimientos específicos, respetando sus tiempos, ritmos e incluso un determinado espacio. Lo cual no es malo, pero si es el único enfoque que se tiene, el resultado serán movimientos mecanizados, estructurados, que, en ocasiones, se realizan sin saber su razón o sentido.

III. 4 MARCO CONCEPTUAL

En este capítulo, se detallan todos los conceptos propios de la Expresión Corporal.

III. 4.1 CONCEPTOS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

La necesidad de enseñar a expresarse con el cuerpo es una herramienta en donde entran en juego distintos ámbitos que intervienen en el desarrollo de los(as) niños(as). Estos ámbitos son: sociales, cognitivos, lingüísticos, motores y afectivos. Trabajar en esta forma de transmitir mensajes supone intervenir en todos estos terrenos al mismo tiempo. De esta forma, la Expresión Corporal ayudará a que el niño o niña, no solo aprenda a comunicar un mensaje, sino que, además, a tener un manejo corporal completo, tanto en el plano físico como en el psicológico y afectivo. Para explicar esto último, se definen los siguientes conceptos:

- A. El cuerpo.** Es un instrumento expresivo porque es la fuente de información sobre los estados de ánimo, tanto para quien expresa como para quien observa la expresión. Además, con la Expresión Corporal se aprende la anatomía corporal y su funcionamiento, así como la actitud corporal iconográfica, es decir el esquema corporal (intuición global del propio cuerpo).
- B. Emociones.** La manifestación de la emoción a través de los gestos, el cuerpo y la voz es auténtica; por ello, el ser humano desde temprana edad es capaz de distinguir los diferentes tipos de emociones a través de la observación de la expresión facial, de la entonación de la voz, su intensidad, el ritmo y el acento de la frase.
- C. El gesto.** El gesto es un lenguaje. En efecto, no sólo sirve para captar el mundo y establecer cierto contacto con los objetos, sino que comunica a los demás una intención.
- D. El movimiento.** Es uno de los elementos de la conducta motriz y que presenta cuatro componentes fundamentales. Estos son: el objeto, qué es lo que se mueve; el espacio y el sentido, en qué dirección; la intensidad, con qué energía; y la duración, durante cuánto tiempo.
- E. La postura.** Es la clave no verbal más fácil de descubrir y observar. A través de ella se puede reconocer a una persona.

III. 4.1.1 ASPECTOS GENERALES Y COMPLEJOS

En la propuesta de intervención educativa que presentan los autores Cañizarez y Carbonero (2016) para la ciudad de Andalucía, se mencionan una serie de aspectos generales y complejos que sirven de base para la construcción de los elementos que conformarán la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal. Como se dijo anteriormente, dichos aspectos pertenecían a conceptos propios de la Expresión Corporal, los cuales se detallan a continuación:

I. Aspectos Generales

A. Lenguaje corporal

Según Cañizarez et al. (2016), citando a Valín (2010), el lenguaje corporal o también llamada comunicación no verbal, es un conjunto de movimientos, gestos, miradas, actitudes, etc. con los que la persona puede manifestar y expresar lo que piensa o siente.

Para Martín, Cabañas y Gómez (2005), citados por Cañizarez et al. (2016), se trata de exteriorizar los sentimientos internos y emociones que se experimenten. Al mismo tiempo, permite el desarrollo óptimo de la originalidad y creatividad.

Pastor (2007), citado por Cañizarez et al. (2016), plantea que cualquier relación que se establezca con los(as) demás, se sostiene con el apoyo del lenguaje corporal y sus posibilidades de comunicación, de tal forma que el movimiento pasa a ser un elemento fundamental constitutivo de la Expresión Corporal.

Según Ortiz (2002), citado por Cañizarez et al. (2016), las fases para la construcción del lenguaje corporal son el conocimiento y dominio del cuerpo (Cinésica), el espacio (Proxémica) y el tiempo (Cronémica).

A.1) Cinésica: conocimiento y dominio del cuerpo

Para Cañizarez et al. (2016), citando a Gil y Gutiérrez (2005), el comportamiento cinésico (del griego “kinesis” que significa movimiento) comprende todo lo que son los gestos, mímicas faciales, miradas y posturas corporales. Esto

quiere decir que, se pueden exteriorizar todos los pensamientos, sentimientos y emociones propias, a través de todo lo que comprende el comportamiento cinésico.

Cañizarez et al. (2016), en su propuesta propone tres pasos a seguir para conseguir un buen dominio y conocimiento del cuerpo. Estos pasos son:

- 1) Concienciación corporal, identificación de diferentes zonas y segmentos del cuerpo, admitiendo las propias capacidades y limitaciones.
- 2) Experimentación de toda posibilidad de expresión
- 3) Búsqueda de nuevos mecanismos de comunicación interna y externa.

Para cada uno de los pasos, es recomendable dividir el trabajo corporal por zonas, principalmente porque cada una presenta diferentes características. Ruano (2006) por ejemplo, citado por Cañizarez et al. (2016), divide el trabajo en: cabeza y cara; cejas; ojos; brazos y manos; hombros; tronco; cintura; piernas y pie; expresividad global.

A.2) Proxémica: dominio del espacio.

Según Gil y Gutiérrez (2005), citado por Cañizarez et al. (2016), la proxémica es el estudio del uso y percepción del espacio personal y social o interpersonal (distancia en relación con los y las demás). Nuestro cuerpo necesita de un espacio, ya sea próximo o lejano, para expresarse. Para un mejor entendimiento y estudio de la proxémica, así como también su posterior trabajo, Cañizarez et al. (2016), clasifica dos tipos de zonas en función de la proximidad. Estas zonas son:

- 1) **Espacio próximo o Kinesfera.** También denominada como la “burbuja imaginaria” que sigue los desplazamientos. Pertenece a la zona de los límites corporales, básicamente son todos los movimientos que se pueden realizar en un espacio sin necesidad de desplazamiento.
- 2) **Espacio lejano.** Pertenece al área donde se encuentran los demás sujetos.

A.3) Cronémica: dominio del tiempo.

Según Valín (2010), citado por Cañizarez et al. (2016), las actividades que ocupan un espacio también tienen un determinado tiempo tenga o no acompañamiento musical. Cañizarez et al. (2016), citando a Rodríguez Terrón (20016), postula que el ritmo es el elemento motor de la música y que la estructura rítmica organiza todos los aspectos referentes a las duraciones temporales de los sonidos.

Fernández García (2011), citado por Cañizarez et al. (2016), señala que nuestro cuerpo funciona a través de movimientos rítmicos, el empleo de la música para la coordinación corporal resulta bastante útil para las clases de Educación Física. Con esto, se alude a la utilización de la Danza y el Baile como método de enseñanza para la Expresión Corporal y también para la coordinación, ya que, para ambos casos, el uso de la música puede ser una herramienta fundamental.

Cañizarez et al. (2016), citando a Fernández (2002), indica que para poder expresar algo en el momento adecuado, es necesario dominar la coordinación corporal. Supone que el ritmo debe ser la base de la comunicación humana.

B. El Gesto

Para Cañizarez et al. (2016), citando a Fernández (2002), el gesto pertenece a todos los movimientos del cuerpo con los que podemos expresar estados de ánimo y sentimientos. La autora M^o Ángeles Cáceres Guillen, cita a Scheflen (1976), definiendo al gesto como “movimiento significativo o lenguaje que comunica a los demás con intención (M^o Ángeles Cáceres Guillen. (2010). p.5. *La Expresión Corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil*. España: Revista digital de la Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía).

Según Gil y Gutiérrez (2005), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), algunos autores atribuyen el gesto a todo el cuerpo, mientras que otros lo relacionan únicamente con el rostro y las manos.

Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Ortiz (2002), describe clasificaciones del gesto citando a diferentes autores:

- 1) Stoetzel (1971), clasifica los gestos en: **autísticos** (sin intención comunicativa), **habituales** (que expresan más de lo que pretenden comunicar) y **simbólicos** (gestos determinados culturalmente).
- 2) Scheflen (1976), distingue tres tipos de gestos: de **referencia** (aquellos que señalan o refieren a alguna cosa o persona, como por ejemplo, apuntar con el dedo índice), **enfáticos** (aquellos que indican fuerza en la expresión, como por ejemplo, golpear con el puño), **demostrativos** (aquellos que se emplean para indicar la dimensión de algo o describir imágenes, como por ejemplo, hacer círculos de diferentes tamaños con los brazos para indicar algo grande o pequeño) y **táctiles** (aquellos que establecen contacto con quien recibe el mensaje, como por ejemplo, indicar una afirmación o negación con los dedos).
- 3) Valín (2010), clasifica los gestos en grupos: **universales** (gestos comúnmente conocidos como alegría, enojo, tristeza, asco, etc.), **culturales o aprendidos** (gestos imitados e interiorizados que generalmente son aprendidos por una misma comunidad o cultura, como, por ejemplo, sacar la lengua para demostrar burla) y, **personales y creativos** (aquellos que expresan nuestro propio carácter).

C. El Ritmo

Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Bernal y Calvo (2000), lo define como “la subdivisión de un período de tiempo en secciones perceptibles por los sentidos” (p.18). También cita a Lorenzo y Souto (2008), describiendo al ritmo como una armonía, un orden en la sucesión de las cosas; la frecuencia de algo. “El ritmo organiza la dimensión temporal que da sentido a la música” (p.18). Dichos autores, indican tres elementos fundamentales que constituyen el ritmo: **pulso** (percusión repetida de forma regular y periódica), **acento** (pulsaciones que se destacan

periódicamente) y **duración o tiempo** (tiempo que transcurre desde el comienzo al final del sonido).

Para Shinca (2011), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), el ritmo es básico al momento de abordar bailes y danzas de cualquier carácter. Por lo tanto, el ritmo constituye un elemento fundamental al momento de trabajar el desarrollo de la Expresión Corporal, justamente mediante la Danza y el Baile.

D. Movimiento Corporal

El movimiento corporal, según Rodríguez Terrón (2006), citado por Cañizarez et al. (2016), es entendido como “el cambio de situación de un ser corpóreo en el espacio” (p. 19). Este autor presenta cuatro componentes fundamentales que conforman el movimiento corporal: **segmento** (qué es lo que se desplaza), **espacio y sentido** (hacia qué dirección se desplaza), **intensidad** (con qué energía se desplaza) y **duración** (durante cuánto tiempo se desplaza).

Existen dos elementos que interactúan entre sí al momento de trabajar el movimiento corporal expresivo: elementos cuantitativo y cualitativo. Según Rodríguez Terron (2006), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), los elementos cuantitativos se refieren a capacidades de ejecución más menos específicas, mientras que los elementos cualitativos se refieren a las diferentes formas de usar el cuerpo, el espacio, el tiempo y la energía. El trabajo de la Expresión Corporal se caracteriza por partir de ambos elementos; se parte de la base de los elementos cuantitativos para transformarlos en cualitativos. Esto quiere decir que, al principio del trabajo expresivo corporal, el objetivo estará enfocado a la ejecución de movimientos con ciertas características específicas. Sin embargo, este trabajo se realiza para que, posteriormente, se pueda desarrollar una mejor conciencia, sensibilización y afinamiento corporal, tomando al cuerpo como un instrumento de comunicación, siendo este el objetivo de los elementos cualitativos. Esto es bastante lógico, pues para ser conscientes del propio cuerpo, sensaciones y emociones, y poder expresar todo al exterior mediante movimientos, lo primero es conocer las propias características, incluyendo la propia capacidad de movimiento.

Existen factores que ejercen sobre el movimiento y de los cuales depende la calidad de este. Cañizarez y Carbonero (2016), citando a Shinca (1988), distingue cinco factores:

- 1) **Energía.** Se define como el grado de tensión o tono muscular. Se caracteriza por movimientos suaves y/o fuertes.
- 2) **Fluir.** Este concepto se relaciona con la energía y se refiere a movimientos que pueden ser de carácter continuo, que se propagan de forma constante y regular, y, al contrario, de carácter discontinuo.
- 3) **Gravedad.** La característica de los movimientos dependerá de si se ejecutan a favor o en contra de la gravedad, el resultado en el primer caso serán movimientos pesados y, en el segundo caso, serán movimientos livianos.
- 4) **Espacio.** El espacio pertenece al lugar donde se desarrolla el movimiento. Su característica dependerá si dicho movimiento se ejecuta en una sola dirección, siendo de carácter directo, o cambiando de dirección, siendo indirecto, flexible o curvo.
- 5) **Tiempo.** Se refiere a la duración del movimiento. Su característica dependerá si dicho movimiento se ejecuta de manera lenta, siendo sostenido, o de manera rápida, siendo súbito.

Para entender mejor la interacción de los factores anteriormente descritos, Cañizarez y Carbonero (2016) ponen de ejemplo el movimiento de una caricia, el cual sería suave en cuanto a energía, discontinuo respecto a fluidez, liviano respecto a gravedad, de carácter curvilíneo o indirecto respecto al espacio y lento o sostenido respecto al tiempo.

E. Técnicas Teatrales Adaptadas

Los autores Cañizarez y Carbonero (2016), proponen una serie de técnicas teatrales adaptadas para los primeros niveles escolares, de las cuales, las más relevantes y aplicables según esta investigación, fueron las siguientes:

- 1) **El cuento:** Narrado, inventado y escenificado de forma grupal.
- 2) **Las máscaras:** Potencian la expresividad de las partes no ocultas.
- 3) **Sketch o flash:** Se representan o parodian anuncios, estatuas, cuadros, etc.

II. Aspectos Complejos

A. Dramatización: El juego dramático

El término dramatizar, hace referencia a la representación de alguna situación con el fin de conmover al espectador. Para Fernández (2002), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), se trata de convertir un suceso real o imaginario en una historia susceptible de ser representada escénicamente o “teatralizada”. En dicha representación pueden interactuar diferentes elementos, como lo son: personajes, espacios y tiempos determinados. Dentro de la representación dramática se puede dar la improvisación, que significa representar sin un guión previo y que surge espontáneamente a partir de estímulos dados.

Cabe destacar que, teatro y juego dramático no pertenecen a lo mismo, aunque son similares. El teatro se orienta a la representación escénica profesional, mientras que el juego dramático se suele utilizar con fines pedagógicos. Sin embargo, ambos participan de un proceso común como es recrear y vivenciar situaciones reales o imaginarias.

Según Cañizarez y Carbonero (2016), el juego dramático propicia a que el(a) estudiante tenga contacto con un mundo real o irreal en el que es capaz de sentirse creador, destructor o adquirir personalidades determinadas que enriquecen su ser total.

La dramatización, según los autores, lleva consigo recursos expresivos como gesto, posición, manifestaciones externas de los propios sentimientos, la expresión verbal con monólogos y diálogos, la expresión rítmica musical que armoniza movimiento y sonido, la música que se inserta en los diálogos para acompañar a los movimientos, etc. Además, implica gestionar la iluminación, decoración y ornamentación para crear un ambiente motivador (Cañizares y Carbonero, 2016, citando a Gil y Gutiérrez, 2005).

Para llevar a cabo el juego dramático de forma efectiva, Castillo (2000), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), propone un esquema con los siguientes elementos:

- 1) **Tema:** Idea básica que la obra quiere transmitir. Los valores.
- 2) **Personajes:** Los seres y objetos reales o imaginarios.
- 3) **Conflicto:** Lo que ocurre. Suceso que provoca lucha o contraste, situación problema o contradicción en la que dos fuerzas se enfrentan por una causa.
- 4) **Espacio:** Lugar donde se realiza la acción.
- 5) **Tiempo:** Tiempo dramático se refiere al que dura la representación; el de ficción, en cambio, es la época donde ocurre el conflicto.
- 6) **Argumento:** Asunto de lo que trata el relato, lo que se cuenta, la trama.

B. Mimodrama

Según Cañizarez y Carbonero (2016), el “mimodrama” pertenece al arte de expresarse mediante el gesto y otros movimientos corporales prescindiendo del lenguaje verbal, para interpretar situaciones, personajes, estados de ánimo, etc.

C. Baile-Danza

Cañizarez y Carbonero (2016), considera ambos términos como sinónimos, con la diferencia de que la Danza posee movimientos más estéticos y de interpretación, mientras que el Baile tiene un carácter más lúdico. De este punto, cabe señalar que los términos “Baile” y “Danza” por definición no son lo mismo, pero si son un complemento. Según la Academia de Danza Esmeralda (2019), bailar es llevar a cabo movimientos con cierto compás:

Usualmente estos movimientos involucran diversas partes del cuerpo, como piernas, brazos y pies. No necesariamente necesitan tener un ritmo específico ni mucho menos verse bien estéticamente. Por otro lado, aunque de manera similar, la danza es la secuencia de movimientos corporales que siguen patrones específicos determinados. La danza es

intencionalmente rítmica y siempre involucra un cierto valor estético. El baile suele ser libre, no existen coreografías estrictas que seguir. Quienes bailan suelen tener libertad de movimiento. Por lo general la danza es un arte que requiere de estudios, dedicación, ensayos o prácticas. La danza es mucho más estricta y estructurada que el baile. Además, la mayor parte del tiempo tiene un mensaje de fondo que va de acuerdo con ciertos cánones estéticos. (p.1)

En relación con lo anterior, los autores Jaramillo y Murcia (2002), indican que:

Cuando se habla de danza, no se está haciendo referencia de igual forma al baile; pues en el primer caso, tiene albergue el conjunto de emociones, sentimientos, ideas y pasiones expresados; y en el segundo caso, se refiere al medio a través del cual se ponen en escena tales aspectos. Baile, es aquella parte que hace de la danza una realidad, en la cual una persona entra en su mundo. La danza al querer expresar un acto simbólico como el amor, la pasión, las costumbres o el modo de ser de un individuo o de una comunidad, lo hace por intermedio del baile o bailes. (p.1)

Jaramillo y Murcia (2002), señalan que “también se puede bailar por simple diversión; es decir, como juego donde hay una liberación de energía en forma gratuita sin ningún propósito determinado y con el ánimo de traer alegría al cuerpo”. (p.1)

Finalmente, a modo de sintetizar todo lo anterior, Jaramillo y Murcia (2002), llegan a la siguiente idea:

Se puede observar una diferencia entre danza y baile. Pese a que los dos se complementan y están íntimamente relacionados. Sin embargo, aunque la danza se hace visible por medio de bailes, no siempre se baila para comunicar algo en sí, sino que se puede bailar por alegría, diversión y desfogue de

energía, siendo una práctica como dice Gardner (1991, 28) en forma de juego (libre y espontáneamente); por el contrario, la danza comunica un estado vivido, la cual va más allá del simple juego (sin querer decir con esto, que el que danza no juega; pues también se puede jugar con gran significación y no sólo por divertirse) siendo a su vez, más extensa y holística que el baile. (p.1)

Se puede decir que existe una relación entre Baile y Danza: ambos se complementan. La danza pretende comunicar algo a través de un lenguaje corporal, esto ya sea una emoción, sentimiento, situación o tradición de alguna cultura y lo hace por medio de bailes. Sin embargo, la diferencia recae en que no siempre se baila para comunicar algo en sí, sino que se puede bailar por diferentes motivos, ya sea alegría o simple diversión. El Baile es de carácter libertario, no necesita una reglamentación básica necesaria estipulada para llevarse a cabo, puede ser más recreativo. En cambio, la Danza, es un estudio, tiene una estructura determinada, sigue patrones y es reglamentada para ser ejecutada de cierta manera. La danza suele ser más estereotipada por alguna característica específica o tradición.

La propuesta de intervención educativa de Cañizarez y Carbonero (2016), relaciona únicamente la Danza con la Expresión Corporal, dejando al Baile fuera de esta relación: la Danza en la educación debe ser un contenido de carácter expresivo y comunicativo, sin pretender alcanzar un rendimiento. Con esto último, podría decirse que desde la Expresión Corporal, Baile y Danza actúan de forma similar. Montavez (2005), citado por Cañizarez y Carbonero (2016), indica que la danza puede mejorar el sentido espacial y rítmico, las relaciones socioafectivas, la coordinación, entre otras. Aspectos que también proporciona la Expresión Corporal.

D. Coreografía

Cañizarez y Carbonero (2016), define a la coreografía como una “representación de algún tema musical usando todos los recursos expresivos posibles” (p.22). Se pueden incluir decorados, música, disfraces, etc. Se puede

realizar en grupos o subgrupos mixtos y su mayor dificultad radica en la coordinación grupal.

III. 4.1.2 MANIFESTACIONES EXPRESIVAS

La propuesta de Expresión Corporal presentada en Bogotá por los autores Poveda, Ramírez y Vargas (2012), distingue diez tipos de manifestaciones expresivas, las cuales se detallan a continuación:

- 1) **El ritmo:** Acto perceptivo del tiempo, movimiento ordenado. Dentro de él se consideran los siguientes elementos:
 - **Pulso o Pulsación:** unidad básica de ritmo. Es constante o variable y es dada por pulsos naturales a frecuencias distintas.
 - **Compás:** organización fija y estructurada de la pulsación.
 - **Subdivisión:** determina la duración de la unidad base de cada estructura musical.
- 2) **Mirada:** Tiene un alto poder para comunicar y pueden tener diferentes finalidades como: buscar información, mostrar interés, invitar a la comunicación, controlar la interacción comunicativa, dominar e influir a los demás, agradar o aceptar a los demás.
- 3) **Los gestos:** Son mensajes transmitidos de forma consciente o inconsciente. Pueden ser de tipo transitorio o permanente con una finalidad de clarificación, la cual puede ser de tipo emotivo, cultural o profesional.
- 4) **Las posturas:** Posición que adopta el cuerpo para realizar una actividad que muestran componentes de tipo afectivo y emocional. Se relacionan directamente con el tono muscular del cuerpo.
- 5) **La Danza:** Para el brasilero Paulo Freire, “la danza es una actividad transformadora, renovadora, de creación constante y no como una actividad reproductora de estilos e ideas; una actividad en donde no prime la exuberancia física de los sujetos danzantes, sino que resalta la expresión de la sensibilidad humana”.
- 6) **Dramatización:** Es un arte que utiliza el propio cuerpo como vehículo de la comunicación. Matiza Motos, destaca que en la dramatización lo que interesa es el proceso y no el resultado, y que la representación teatral se adapta en la parte pedagógica, potencializando los caracteres más interesantes. Entre las

dramatizaciones más destacadas se encuentran las actividades teatrales, marionetas o títeres, la improvisación y los juegos de máscaras.

- 7) **El mimo:** Es el lenguaje del gesto. Los músculos del rostro, acompañados de posturas, dan vida a la expresión por gestos, donde se intentan transmitir mensajes capaces de ser entendidos fácilmente por los demás. Para desarrollar el mimo, se necesita que los gestos sean claros, exagerados y muy precisos, ya que deben ser entendidos por el espectador.

III. 4.2 SÍNTESIS

Como se puede apreciar, existen varias terminaciones que engloban el concepto de la Expresión Corporal. Algunas de estas terminaciones se consideran generales, mientras que otras son más complejas por su desarrollo y aplicación, aunque no imposibles. Otras terminaciones conforman las bases expresivas de la Expresión Corporal, lo que quiere decir, que se ocupan mayormente para exteriorizar “algo” a través del lenguaje corporal.

A modo de síntesis, los conceptos descritos anteriormente tienen múltiples definiciones según los distintos autores consultados. Aun así, son parte de lo que conforma a la Expresión Corporal. Si bien, se repiten muchos de los conceptos, es para demostrar las distintas versiones de estos. De este modo, se obtiene una definición más amplia y general, para poder conformar los elementos de la nueva unidad didáctica con la mejor calidad.

IV. CAPÍTULO 3: MARCO METODOLÓGICO

Este capítulo, describe todos los procedimientos realizados que llevaron a la construcción de la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal, para los niveles de 3° y 4° Básico de Educación Física.

IV. 1 PROCEDIMIENTOS

Los procedimientos utilizados en la presente investigación, que llevaron a la idea de elaborar una propuesta de nueva unidad didáctica, que implemente y promueva el trabajo de la Expresión Corporal en la Educación Física, fueron los siguientes:

1. Se analiza el programa curricular del MINEDUC de Educación Física de 1° a 4° Básico.
2. Se identifica el problema que llevó al plan de construcción de una nueva unidad didáctica para 3° y 4° Básico.
3. Se escoge una unidad del plan curricular de Ed. Física de 3° y 4° Básico para realizar modificaciones y elaborar la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal.
4. Se definen los objetivos de investigación orientados a la construcción de la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal para 3° y 4° Básico.
5. Se realiza un estudio sobre aspectos de la Expresión Corporal y su desarrollo en niños y niñas; descripción; metodología de enseñanza; desarrollo como disciplina; principios para su desarrollo en niños y niñas; crecimiento y desarrollo del niño y niña; corporeidad, creatividad y psicomotricidad; bases físicas y expresivas del movimiento; aportaciones de la Expresión Corporal en la Educación Física; propuestas de intervención similares; conceptos propios de la Expresión Corporal; todo a través de métodos cualitativos: revisiones y referencias bibliográfica.
6. Se definen los elementos que conformarán la nueva unidad didáctica: objetivos; indicadores de evaluación; contenidos; sugerencias de actividades; metodología de enseñanza; recursos didácticos; tiempo y espacio
7. Se comienza a modificar la unidad escogida debido a los elementos definidos que conformarán la nueva unidad didáctica:
 - Se modifica el propósito de la unidad
 - Se modifican los objetivos, indicadores de evaluación, contenidos y sugerencias de actividades
 - Se establecen los recursos didácticos y las metodologías de enseñanza más recomendables.

- Se establece el tiempo y espacio determinado para llevar a cabo el proyecto de la nueva unidad didáctica.
8. Se presenta el plan completo de la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal en Ed. Física para 3° y 4° Básico.
 9. Se discuten los resultados obtenidos, en cuanto a la elaboración de la nueva unidad didáctica.
 10. Se realizan las conclusiones del trabajo realizado.

IV. 1.1 POBLACIÓN DE ESTUDIO

Los participantes o población de estudio, en quienes, principalmente, se basó esta investigación, y en quienes el proyecto de unidad didáctica va especialmente dirigido, fueron, en su mayoría, niños y niñas de nacionalidad chilena y extranjera, que se encuentren cursando la Educación Escolar Básica entre los niveles de 3° y 4° Básico, y que comprendan las edades de entre 8 y 10 años. Un pequeño porcentaje de la población de estudio, también fueron niños y niñas de nacionalidad chilena y/o extranjera, que se encontrasen en Educación Infantil (de 0 a 6 años). Este pequeño grupo fue utilizado para estudiar algunos aspectos teóricos de la investigación, con el fin de obtener un mejor entendimiento del proceso de desarrollo y crecimiento en cada etapa escolar y edad, a modo de contribuir una continuidad en los contenidos, y, por tanto, en el proceso de aprendizaje.

IV. 1.2 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

Los métodos utilizados para el trabajo de investigación fueron principalmente de carácter cualitativo, a través de revisiones y referencias bibliográficas (teórico).

La razón por la cual se estableció este tipo de método fue por la contingencia que afecta actualmente el país (pandemia), la cual no permitió salir siquiera de los hogares durante un período de tiempo y dificultó el traslado de un lugar a otro. Por lo tanto, probar el proyecto o realizar toma de muestras se volvió algo bastante complejo, por lo que, la única forma de probar la efectividad, importancia y eficacia de la investigación y proyecto fue a través de fundamentos teóricos.

IV. 1.2.1 FILTRO DE INFORMACIÓN

Para el filtro o búsqueda de información, se utilizaron palabras clave como: “Expresión Corporal”; “Expresión Corporal y Educación Física”; “Expresión Corporal y Educación”; “Historia de la Expresión Corporal”; “Principios de la Expresión Corporal”; “Expresión Corporal y Educación Infantil”; “Expresión Corporal en niños y niñas “; “Desarrollo del niño y niña”; “Danza y Expresión corporal”; “Baile y Expresión corporal”.

La priorización de información, fueron libros y artículos de fuentes académicas publicados desde el año 2000 hasta ahora. En este caso, se utilizaron:

- E-book (biblioteca UMCE)
- E-libro (biblioteca UMCE)
- Google Académico

En cuanto a los hallazgos, se encontró un total de 85 resultados que tenían relación con el tema y población de estudio, de los cuales, finalmente, sólo 10 fueron escogidos para efectos de la investigación y, por ende, para el proyecto de unidad didáctica.

IV. 1.3 OBJETIVO DE LA PROPUESTA

Antes de entrar en detalle en cuanto a las modificaciones realizadas y los nuevos elementos establecidos para la nueva unidad didáctica, vale la pena destacar el objetivo de esta propuesta, la cual espera:

Implementar una unidad que tiene por objetivo desarrollar y promover el uso de la Expresión Corporal en la asignatura de Educación Física en los niveles de 3° y 4° Básico, entregando una nueva herramienta de trabajo para los(as) docentes del área y dándole un sentido a los parámetros establecidos en la antigua unidad por el programa curricular, es decir, otorgar una unidad donde si exista una relación y concordancia entre objetivos, contenidos e indicadores de evaluación.

IV. 1.4 MÉTODOS UTILIZADOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA NUEVA UNIDAD

Para la construcción de la nueva unidad didáctica, se tomó de ejemplo y base la Unidad n°3 propuesta por el plan curricular nacional de Educación Física en 3° y 4° Básico.

Los pasos metodológicos fueron los siguientes:

1. Una vez analizado el currículum nacional de Educación Física con sus respectivas unidades, en los niveles de 3° y 4° Básico, se escoge la Unidad n°3 para ser modificada y adaptada a los elementos de la nueva unidad, principalmente, por su relación con el contenido de Expresión Corporal y su mención en algunos objetivos e indicadores de evaluación.
2. Se realiza un estudio y análisis completo de la Unidad n°3 del programa curricular de Educación Física de los niveles de 3° y 4° Básico.
3. Se estudian todos los aspectos y componentes importantes a la hora de elaborar una unidad didáctica, y que esta tenga relación con las exigencias del programa curricular.
4. Se realizan modificaciones a la Unidad n°3 del programa curricular y se establecen los nuevos elementos que conformarán la nueva unidad: propósito; objetivos; indicadores de evaluación; contenidos; sugerencias de actividades; recursos didácticos.
5. Se establecen los principios metodológicos más recomendables para la enseñanza de los contenidos: estilos de enseñanza; tipos de evaluación.

IV. 1.4.1 PROPÓSITO, OBJETIVO E INDICADORES DE EVALUACIÓN

El propósito, los objetivos específicos y los indicadores de evaluación para la nueva unidad didáctica de 3° y 4° Básico, se establecieron en concordancia con las exigencias del plan curricular. Para ello, las modificaciones realizadas en estos tres puntos se enfocaron en coincidir con el objetivo de una unidad que trabaja y desarrolla la Expresión Corporal, la cual, a la vez, cumple con las competencias descritas en el plan curricular nacional de Educación Física. Por lo tanto, se modificaron sólo algunos aspectos del plan curricular, mientras que otros se dejaron tal cual estaban por su relación con el contenido de la nueva unidad. Por ejemplo: para la nueva unidad, se dejaron algunos indicadores de evaluación del plan curricular, especialmente, aquellos que tenían sentido y relación con los nuevos objetivos establecidos, mientras que, otros indicadores fueron modificados y adaptados. En el caso de indicadores, como por ejemplo para los del objetivo de hábitos de higiene, fueron reducidos por su extensión y poca relación con la nueva unidad. En el caso del propósito y los objetivos específicos, la situación fue similar a la descrita.

IV. 1.4.2 CONTENIDOS Y SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES

La elaboración de los contenidos y las actividades, se establecieron con el fin de cumplir con el propósito de la unidad y con los objetivos específicos establecidos. Para ello, la conformación de los contenidos y las actividades, se basaron en los siguientes autores:

- Gil y Gutiérrez (2005) y su propuesta de Expresión Corporal en la Educación Infantil.
- Cañizarez y Carbonero (2016) y los aspectos presentes en su propuesta de intervención didáctica de Expresión Corporal: aspectos básicos (Lenguaje Corporal, Gesto, Movimiento Corporal y Técnicas teatrales adaptadas); aspectos complejos (Dramatización o Juego dramático, Mimodrama, Baile-Danza y Coreografía)
- Poveda, Ramírez y Vargas (2012) y las manifestaciones expresivas presentes en su propuesta didáctica de Expresión Corporal: Ritmo; Mirada; Gestos, Posturas; Danza; Dramatización; Mimo.

IV. 1.4.2.1 ELABORACIÓN DE ACTIVIDADES

La elaboración de las actividades creadas y desarrolladas para la nueva Unidad n°3, fueron tomadas de la base de actividades propias de la disciplina de Expresión Corporal, mientras que otras, fueron inventadas según las referencias estudiadas y consultadas a lo largo de la presente investigación. La mayoría de las actividades presentadas, tuvieron que ser adaptadas para coincidir con los objetivos y contenidos de la unidad, los cuales, presentan aspectos del plan curricular de Educación Física. Por esto es que, no se obtuvo una unidad propia de Expresión Corporal, sino una unidad de Educación Física que integra a la Expresión Corporal, es decir, los objetivos, contenidos y actividades se orientan al trabajo de aspectos de la Educación Física, a través de la Expresión Corporal.

En el nivel de 3° Básico, las actividades fueron pensadas para incorporar y desarrollar la consciencia corporal y la propia Expresión Corporal, fomentando el autoconocimiento del propio movimiento junto con sus posibilidades. Por otra parte, las actividades en el nivel de 4° Básico, fueron pensadas para trabajar y desarrollar la creatividad motriz y la autonomía de los(as) estudiantes, fomentando el uso de la imaginación e independencia en las actividades, para potenciar la creatividad de los(as) estudiantes en sus ejecuciones, ampliando sus posibilidades de movimiento.

IV. 1.4.3 RECURSOS EDUCATIVOS

El programa curricular de Educación Física de los niveles de 3° y 4° Básico, ofrece ocho documentos, denominados como “actividades complementarias”, con un modelo de planificación para desarrollar la Expresión Corporal en conjunto con la Danza.

Por la relación con la nueva unidad, en este caso, los recursos educativos establecidos serán los mismos recursos que propone el plan curricular de Educación Física.

IV. 1.4.4 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA

La metodología de enseñanza recomendada para la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal se estableció en base a los siguientes autores:

- Cañizarez y Carbonero (2016), y los principios metodológicos para el proceso de enseñanza-aprendizaje
- Viedma (2003), con los estilos de enseñanza: mando directo y asignación de tareas. Y los tipos de evaluación: motor y afectiva
- Poveda, Ramírez y Vargas (2012) y el estilo de enseñanza bajo resolución de problemas.

V. CAPÍTULO IV: RESULTADOS

En este capítulo, se presenta la nueva unidad didáctica de Expresión Corporal para los niveles de 3° y 4° Básico, con sus respectivos elementos y competencias: propósito; objetivos (de aprendizaje y actitudinales); indicadores de evaluación; contenidos; sugerencias de actividades; recursos materiales y educativos; tiempo y espacio para la aplicación de la propuesta.

V. 1 PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD: PROPÓSITO, OBJETIVOS E INDICADORES DE EVALUACIÓN

A continuación, se presenta el propósito, los objetivos (de aprendizaje y actitudinales) y los indicadores de evaluación establecidos para la nueva unidad didáctica de Educación Física en los niveles de 3° y 4° Básico.

V. 1.1 3° BÁSICO. UNIDAD 3: “JUEGO Y MOVIMIENTO EXPRESIVO”

Esta unidad en 3° Básico, pretende interiorizar el trabajo de la Expresión Corporal en niños y niñas, con un enfoque lúdico. La idea es que los(as) estudiantes logren ser conscientes de su propio cuerpo y descubran nuevas posibilidades de movimiento, aumentando su creatividad y permitiendo que desarrollen su propia esencia y expresión corpórea. Se busca que los(as) estudiantes desarrollen su expresividad corporal y creatividad, principalmente, a través de actividades lúdicas, rítmicas y de dramatización.

En relación con los propósitos propios de la Educación Física, esta unidad seguirá con los siguientes objetivos generales:

- Mejorar aspectos físicos (Bases Físicas de la Expresión Corporal) a través de actividades lúdicas de Expresión Corporal.
- Aplicar reglamentaciones en juegos o actividades (principios de juego)
- Describir y registrar respuestas corporales.
- Promover normas de higiene, prevención, seguridad y participación, a través de actividades lúdicas de Expresión Corporal.

V. 1.1.1 CONSIDERACIONES

Se debe considerar que, las actividades de Expresión Corporal en 3° Básico (los ejercicios propuestos), serán en base a la imitación e interpretación de personajes, situaciones, objetos, ideas, emociones, cuentos, animales, etc. Esto con el fin de desarrollar la creatividad y expresividad corporal de una forma lúdica. Esto es algo totalmente nuevo en la Educación Física, por lo que, en los próximos capítulos se detallan varios ejemplos de ejercicios y actividades para realizar, que cumplan con los propósitos y objetivos de la unidad.

En cuanto a las evaluaciones, estas no deben ser extremadamente exigentes o estrictas. La idea es desarrollar en los(as) estudiantes la expresividad de variadas formas, así como también potenciar su creatividad, demostrando su propia esencia. Por ende, cualquier movimiento que el(a) estudiante realice y demuestre lo anterior, será válido. De igual manera, se deben considerar algunos parámetros para verificar el proceso de aprendizaje que tenga el(a) estudiante, en cuanto a los objetivos que se esperan lograr dentro de la unidad. Algunos ejemplos son: la estética de los movimientos (movimientos limpios); la creatividad de los movimientos en la actividad; la expresión demostrada a través del cuerpo y el movimiento. En los próximos capítulos, se detallan varias formas de evaluación (las más recomendables) para este tipo de actividades.

V. 1.1.2 PROPÓSITOS DE LA UNIDAD

- 1) Interiorizar la práctica de Expresión Corporal, a través de actividades lúdicas, que permitan: desarrollar un conocimiento y una consciencia corporal, temporal y espacial; explorar diferentes posibilidades de movimiento; aplicar reglas específicas.
- 2) Ejecutar simples secuencias de movimientos y/o elementos de Danza, a través de actividades rítmicas y lúdicas, que permitan demostrar: expresividad y creatividad en los movimientos.
- 3) Trabajar y desarrollar las “Bases Físicas” de la Expresión Corporal (capacidades físicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices), a través de actividades lúdicas de Expresión Corporal.
- 4) Practicar actividades de dramatización, que permitan: desarrollar y demostrar la expresividad corporal y creatividad; interpretar e imitar diferentes personajes, situaciones, objetos, emociones, ideas, cuentos o animales de forma creativa.
- 5) Describir y registrar diferentes respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico.
- 6) Promover normas de higiene, prevención, seguridad y participación en las actividades.

V. 1.1.3 OBJETIVOS DE LA UNIDAD

A continuación, se muestra un cuadro comparativo entre los antiguos y nuevos objetivos de aprendizaje de la unidad, y se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Modificación	Comentario
OA 03: “Practicar juegos predeportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como avanzar y retroceder en bloque, recuperar el balón, acompañar la jugada y la visión periférica, avanzar y retroceder en bloque, recuperar el balón, acompañar la jugada y la visión periférica”.	OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: desarrollar un conocimiento y una consciencia corporal, temporal y espacial, explorando diferentes posibilidades de movimiento	• Al igual que el objetivo OA 03 original del plan curricular, la nueva unidad de Expresión Corporal pretende aplicar reglamentaciones específicas, a través de actividades lúdicas, aunque con un enfoque diferente y menos normativo (no se consideran los principios de juego). • El nuevo objetivo OA 03, espera que los(as) estudiantes practiquen, aplicando reglas específicas, actividades lúdicas de Expresión Corporal, permitiéndoles desarrollar un conocimiento y una consciencia corporal, temporal y espacial, y experimentando diferentes posibilidades de movimiento. • El objetivo OA 03 original del plan curricular, se enfoca en aplicar principios de juego y reglas en actividades de carácter predeportivo. Por lo tanto, se trata de actividades mucho más limitadas y específicas. • En síntesis, ambos objetivos tienen una finalidad similar, pero con un enfoque distinto; uno desea desarrollar el conocimiento y la consciencia de distintos aspectos de la Expresión Corporal, junto con experimentar diferentes posibilidades de movimiento,

		y el otro, desea abordar juegos de carácter predeportivo.
OA 05: “Ejecutar movimientos o elementos de Danzas Tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal”.	OA 05: Ejecutar secuencias simples de movimientos o elementos de Danzas, demostrando expresividad y creatividad en los movimientos, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.	● El objetivo OA 05 original del plan curricular, especifica el uso de Danzas Tradicionales y la realización de secuencias coordinadas de movimiento, lo cual, ya es una condicionante. ● El nuevo objetivo OA 05, pretende que los(as) estudiantes ejecuten secuencias simples de movimiento o elementos de Danzas de cualquier tipo, con el fin de demostrar expresividad y creatividad en los movimientos realizados. ● Se debe recordar y enfatizar, que el fin es que los(as) estudiantes demuestren su propia expresividad, creatividad y esencia en los movimientos. La idea es que adopten un estilo propio de movimiento y de Expresión Corporal.
OA 06: “Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales”.	OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar y desarrollar las “Bases Físicas del Movimiento” (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices).	● Tanto la Educación Física como la Expresión, pretenden trabajar los mismos componentes físicos. En la Expresión Corporal, dichos componentes se denominan como “Bases Físicas del Movimiento”. ● El objetivo OA 06 original del plan curricular, tiene énfasis en la práctica de actividades físicas, buscando desarrollar y mejorar la condición y las capacidades físicas básicas. ● El objetivo OA 06 de la nueva unidad, también pretende desarrollar y mejorar las capacidades físicas básicas y la condición física, por medio de

		actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal.
OA 07: “Practicar de manera regular y autónoma actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, como saltar la cuerda y caminar hasta el colegio”.	OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar la creatividad y la expresividad corporal, interpretando diferentes personajes, ideas, emociones, situaciones, objetos, animales, cuentos, etc.	- En este caso, el objetivo OA 07 cambió totalmente su enfoque para coincidir con los contenidos y propósitos de la unidad. - El objetivo OA 07 original del plan curricular, busca promover la práctica regular y autónoma de actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa. - El nuevo objetivo OA 07, pretende que los(as) estudiantes, desarrollen su creatividad y expresividad corporal, a través de actividades de dramatización.
OA 08: “Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física, como aumento de la frecuencia cardiaca y respiratoria”.	OA 08: Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico, como aumento de la frecuencia cardiaca y respiratoria.	La esencia del objetivo no cambió. Sin embargo, cambió su redacción, considerando que cualquier ejercicio o esfuerzo que se mantenga durante un tiempo prolongado, permite describir y registrar respuestas corporales.
OA 09: “Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física”.	OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable, etc.	Se modifica la redacción del objetivo, dando mayor énfasis a la demostración de hábitos de higiene y vida saludable.
OA 11: “Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: participar en actividades de calentamiento en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad;	OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; respetar los límites de espacio establecidos en la actividad; asegurar que el espacio está libre de obstáculos.	La esencia del objetivo no cambió. Sólo se modifica la redacción del objetivo, dando énfasis a la participación de los(as) estudiantes durante las actividades en clase, respetando todas las instrucciones y limitaciones que

asegurar que el espacio está libre de obstáculos”.		coloque el(a) profesor(a) y asegurándose de que el espacio esté libre de obstáculos.
--	--	--

V. 1.1.4 OBJETIVOS ACTITUDINALES

A continuación, se muestra un cuadro comparativo entre los antiguos y nuevos objetivos actitudinales de la unidad, y se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Modificación	Comentario
OAA B: “Demostrar disposición a mejorar su condición física e interés por practicar actividad física de forma regular”.	OAA B: Demostrar disposición y entusiasmo en realizar los ejercicios y las actividades lúdicas de Expresión Corporal	- El objetivo OAA B del plan curricular, pretende que los(as) estudiantes demuestren disposición a mejorar su condición física e interés por la realización de actividad física. - Para la nueva unidad didáctica, esto se modificó, y lo que prima es la demostración de disposición y entusiasmo en la realización de ejercicios y actividades de Expresión Corporal.
OAA D: “Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase”.	OAA D: Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase.	No hubo modificación.
OAA E: “Promover la participación equitativa de hombres y mujeres en toda actividad física y deporte”.	OAA E: Promover la participación del grupo curso y valores, como: el respeto, la solidaridad y la empatía.	Se cambia la redacción del objetivo, sin hacer una diferencia de género (hombres-mujeres), y dando hincapié en promover valores, como: el respeto, la solidaridad y la empatía.
OAA H: “Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.”.	OAA H: Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.	No hubo modificación.

V. 1.1.5 INDICADORES DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestra un cuadro que contiene los nuevos objetivos de aprendizaje con sus respectivos indicadores de evaluación de la unidad. Además, se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Indicadores de evaluación	Comentario
OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: desarrollar un conocimiento y una consciencia corporal, temporal y espacial, explorando diferentes posibilidades de movimiento	A. Reconocen distintos segmentos corporales y partes del cuerpo. B. Ejecutan movimientos de diferentes segmentos corporales. C. Utilizan el movimiento, asociado a diferentes tiempos y ritmos. D. Respetan los límites del espacio E. Utilizan el espacio de forma adecuada. F. Ejecutan actividades lúdicas aplicando reglas específicas. G. Respetan las instrucciones y reglas de cada actividad. H. Exploran diferentes posibilidades de movimiento, por medio de actividades lúdicas. I. Ejecutan actividades lúdicas demostrando expresividad. J. Interpretan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones, emociones, sensaciones, etc. K. Reconocen la situación o acción que se interpreta a través del movimiento. L. Identifican ideas, emociones, sensaciones o situaciones mediante el lenguaje corporal.	- Se modificaron todos los indicadores de evaluación del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 03. - Se dejó uno de los indicadores originales del plan curricular (C), por su relación con el objetivo, y se modificó su redacción.

OA 05: Ejecutar secuencias simples de movimientos o elementos de Danzas, demostrando expresividad y creatividad en los movimientos, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.	A. Ejecutan secuencias simples de movimiento o elementos de Danzas en actividades lúdicas y rítmicas de forma individual o grupal. B. Demuestran expresividad y creatividad en los movimientos realizados. C. Ejecutan combinaciones simples de movimientos, procurando expresar sensaciones, ideas o emociones. D. Interpretan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones, emociones, sensaciones, etc. E. Reconocen la situación o acción que se interpreta a través del movimiento. F. Demuestran congruencia entre el movimiento y lo que se desea expresar o interpretar a través del mismo. G. Realizan distintos movimientos procurando llevar el ritmo, en forma individual o grupal	● Se modificaron algunos indicadores de evaluación del plan curricular, para adaptarse al nuevo objetivo OA 05. ● Se dejaron dos de los indicadores de evaluación originales del plan curricular (C y F), por su relación con el objetivo OA 05, cambiando su redacción.
OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar y desarrollar las “Bases Físicas” del movimiento (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices).	A. Ejecutan ejercicios corporales durante las actividades lúdicas de Expresión Corporal. B. Reconocen la acción o movimiento que se está realizando. C. Reconocen las capacidades físicas, motrices y habilidades que se están trabajando durante la actividad.	● Se modificaron todos los indicadores de evaluación del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 06.
OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar la creatividad y la expresividad corporal, interpretando diferentes personajes, ideas, emociones, situaciones, objetos, animales, cuentos, etc.	A. Ejecutan actividades de dramatización demostrando creatividad y expresividad corporal. B. Interpretan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones, emociones, sensaciones, etc.	● Se modificaron todos los indicadores de evaluación originales del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 07.

	C. Reconocen la situación o acción que se interpreta a través del movimiento. D. Identifican ideas, emociones, sensaciones o situaciones mediante el lenguaje corporal. E. Demuestran congruencia entre el movimiento y lo que se desea expresar o interpretar a través de este. F. Representan una condición o situación específica, por medio de un lenguaje corporal, de forma creativa.	
OA 08: Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico, como aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria.	A. Reconocen algunos cambios que sufre el organismo desde un estado pasivo a la realización de algún movimiento o actividad: cambios de latidos, estado de fatiga, sudor. B. Utilizan distintas formas para medir algunas respuestas orgánicas frente al ejercicio, como frecuencia cardíaca y respiratoria.	● Se dejaron dos indicadores de evaluación del plan curricular, por su relación con el nuevo objetivo OA 08, cambiando su redacción.
OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física, etc.	A. Señalan aquellos alimentos que aportan más energía y que son más saludables. B. Llevan colaciones saludables como frutas, cereales, frutos secos, etc., para el día de la clase de Educación Física y Salud y describen la importancia de estos alimentos en la actividad física. C. Realizan rutinas básicas de higiene al término de la clase: ducharse y cambiarse de ropa después de la práctica del ejercicio físico. D. Señalan conductas de autocuidado frente a la exposición solar, utilizando bloqueadores solares y una ropa	● Se dejaron cuatro indicadores de evaluación del plan curricular, por su relación con el nuevo objetivo OA 08. ● Sin modificación de redacción.

	adecuada para la práctica de actividad física	
OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada: escuchar y seguir instrucciones; respetar los límites de espacio establecidos en la actividad.	A. Conocen y ponen en práctica medidas de seguridad adecuadas. B. Participan de manera activa en la clase y las actividades. C. Escuchan las instrucciones del(a) profesor(a) antes de realizar la actividad. D. No empujan a sus compañeros(as) mientras practican alguna actividad. E. Recogen el material utilizado en la clase para dejar el espacio libre de obstáculos. F. Manipulan de forma adecuada los materiales propuestos para la clase. G. No abandonan la actividad motriz, aunque el resultado sea adverso.	● Se dejaron seis indicadores originales del plan curricular (A, C, D, E, F y G), tomados de diversas unidades, por su relación con el objetivo OA 11, modificando su redacción ● Se agregó un nuevo indicador de evaluación, en relación con la participación en la clase y las actividades.

V. 1.2 4° BÁSICO. UNIDAD 3: “MOVIMIENTO EXPRESIVO Y CREATIVO”

Con el trabajo previo en 3° Básico, en 4° Básico, los(as) estudiantes ya tendrán más interiorizada la Expresión Corporal y serán conscientes de su corporeidad y de sus movimientos: tendrán un previo manejo y conocimiento de estos. Ya habrán desarrollado parte de su creatividad, trabajado las “Bases Físicas del Movimiento”, y sabrán expresarse corporalmente interpretando diferentes situaciones.

El propósito de la unidad en 4° Básico, es trabajar más en profundidad los puntos anteriores, con el fin de empezar a desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”, es decir, la segunda etapa del trabajo de la Expresión Corporal. Esto conlleva a la utilización de la creatividad.

La idea es que los(as) estudiantes logren crear nuevos movimientos, a través de actividades lúdicas, rítmicas y de dramatización, como pueden ser: secuencias coreográficas inventadas (bailes), representaciones dramáticas creativas, montajes, movimientos libres, entre otros. En síntesis, esta unidad se centra en la creación.

En relación con los propósitos propios de la Educación Física, esta unidad seguirá con los siguientes objetivos generales:

- Mejorar aspectos físicos (Bases Físicas de la Expresión Corporal) a través de actividades lúdicas de Expresión Corporal.
- Aplicar reglamentaciones en juegos o actividades (principios de juegos).
- Promover normas de higiene, prevención, seguridad y participación, a través de actividades lúdicas de Expresión Corporal.
- Medir y registrar respuestas corporales.

V. 1.2.1 CONSIDERACIONES

Se debe considerar que, las actividades de Expresión Corporal en 4° Básico (los ejercicios propuestos), serán en base a la creación, imitación e interpretación de personajes, situaciones, objetos, ideas, emociones, cuentos, animales, etc. Esto con el fin de desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”, y potenciar la creatividad y expresividad corporal de una forma lúdica. En los próximos capítulos se detallan varios ejemplos de ejercicios y actividades para realizar, que cumplan con los propósitos y objetivos de la unidad.

En cuanto a las evaluaciones, al igual que en 3° Básico, estas no deben ser extremadamente exigentes y estrictas. Se recuerda que la idea es desarrollar y potenciar en los(as) estudiantes, la creatividad y expresividad de variadas formas, demostrando su propia esencia. Por ende, cualquier movimiento que el(a) estudiante realice y demuestre lo anterior, será válido. De igual manera, se deben considerar algunos parámetros para verificar el proceso de aprendizaje que tenga el(a) estudiante, en cuanto a los objetivos que se esperan lograr dentro de la unidad. Algunos ejemplos son: la estética de los movimientos (movimientos limpios); la creatividad de los movimientos en la actividad; la expresión demostrada a través del cuerpo y el movimiento. En los próximos capítulos, se detallan varias formas de evaluación (las más recomendables) para este tipo de actividades.

V. 1.2.2 PROPÓSITOS DE LA UNIDAD

- 1) Potenciar la Expresión Corporal, la creatividad y la consciencia corporal, temporal y espacial, a través de actividades lúdicas, que permitan: desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”; aplicar reglas específicas.
- 2) Trabajar las “Bases Físicas de la Expresión Corporal” (capacidades físicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices), a través de actividades lúdicas y rítmicas de Expresión Corporal.
- 3) Desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento” por medio de actividades lúdicas, rítmicas y de dramatización.
- 4) Ejecutar simples secuencias de movimientos y/o elementos de Danza, inventadas por los(as) estudiantes, que permitan demostrar: expresividad y creatividad.
- 5) Practicar actividades de dramatización, que permitan: potenciar la creatividad y la expresividad corporal; representar diferentes situaciones (reales o imaginarias), ideas, historias o emociones, inventadas por los(as) estudiantes.
- 6) Medir y registrar diferentes respuestas corporales provocadas por el ejercicio físico.
- 7) Promover normas de higiene, prevención, seguridad y participación en las actividades

V. 1.2.3 OBJETIVOS DE LA UNIDAD

A continuación, se muestra un cuadro comparativo entre los antiguos y nuevos objetivos de aprendizaje de la unidad, y se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Modificación	Comentario
OA 03: “Practicar juegos predeportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como acoplarse en ataque y replegarse en defensa, utilizar el campo de juego a lo largo y ancho o reconocer el espacio del adversario”.	OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: potenciar la consciencia corporal, temporal y espacial, y la creatividad; desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”.	• El objetivo OA 03 original del plan curricular, pretende aplicar principios generales de juego más complejos, de carácter predeportivo. • El nuevo objetivo OA 03, pretende trabajar más a fondo la concientización corporal, espacial y temporal, en conjunto con la creatividad, pero su mayor énfasis, es el desarrollo de las “Bases Expresivas del Movimiento”, con el fin de que los(as) estudiantes logren crear nuevas formas de movimiento y expresión.
OA 05: “Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal”.	OA 05: Ejecutar simples secuencias de movimientos y/o elementos de Danza, creadas por los(as) estudiantes demostrando: expresividad y creatividad.	• El objetivo OA 05 original del plan curricular, específica el uso de Danzas Tradicionales y la realización de secuencias coordinadas de movimiento, lo cual, ya es una condicionante. • En el caso del nuevo objetivo OA 05, aparece el concepto de creación y creatividad dentro del objetivo. • El propósito es que los(as) estudiantes creen nuevas secuencias de movimiento, las cuales pueden ser movimientos libres o breves secuencias coreográficas inventadas, como también ejecutar elementos de

		Danzas de cualquier tipo, demostrando total expresividad y creatividad.
OA 06: “Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales”.	OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar las “Bases Físicas del Movimiento” (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices).	• El objetivo OA 06 original del plan curricular, tiene énfasis en la práctica de actividades físicas, buscando desarrollar y mejorar la condición y las capacidades físicas básicas • El nuevo objetivo OA 06, pretende trabajar más en profundidad las “Bases Físicas del Movimiento”, ya sea, aumentando la intensidad o dificultad de los ejercicios.
OA 07: “Practicar de manera regular y autónoma actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, como saltar la cuerda y caminar hasta el colegio”.	OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar y trabajar las “Bases Expresivas del Movimiento”, demostrando: creatividad y expresividad corporal; e interpretando y representando diferentes situaciones (reales o imaginarias), ideas, historias, emociones, objetos, entre otras; inventadas por los(as) estudiantes.	• En este caso, el objetivo OA 07 cambió totalmente su enfoque para coincidir con los contenidos y propósitos de la unidad. • El objetivo OA 07 original del plan curricular, busca promover la práctica regular y autónoma de actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa. • El nuevo objetivo OA 07, pretende desarrollar y trabajar las “Bases Expresivas del Movimiento”, interpretando y representando diferentes situaciones inventadas por los(as) estudiantes, demostrando creatividad y expresividad corporal.
OA 08: “Medir y registrar las respuestas corporales provocadas por la actividad física mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo”.	OA 08: Medir y registrar, mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo, las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico.	• La esencia del objetivo no cambió. Sin embargo, cambió su redacción, considerando que cualquier ejercicio o esfuerzo que se mantenga durante un tiempo prolongado, permite medir y registrar respuestas corporales.

OA 09: “Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física”.	OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable, etc.	● Se modifica la redacción del objetivo, dando mayor énfasis a la demostración de hábitos de higiene y vida saludable
OA 11: “Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento en forma apropiada; utilizar de manera adecuada los materiales y las instalaciones para evitar el riesgo personal y de otros; escuchar y seguir instrucciones; asegurar de que el espacio está libre de obstáculos”.	OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada; utilizar de manera adecuada los materiales y las instalaciones para evitar el riesgo personal y de otros; escuchar y seguir instrucciones; asegurar de que el espacio está libre de obstáculos	● La esencia del objetivo no cambió. Sin embargo, se modificó la redacción del objetivo, dando énfasis a la participación de los(as) estudiantes durante las actividades en clase, utilizando los materiales e instalaciones de manera adecuada para evitar el riesgo personal y de otros, respetando las instrucciones del profesor(a), y asegurándose de que el espacio esté libre de obstáculos.

V. 1.2.4 OBJETIVOS ACTITUDINALES

A continuación, se muestra un cuadro comparativo entre los antiguos y nuevos objetivos actitudinales de la unidad, y se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Modificación	Comentario
OAA B: “Demostrar disposición a mejorar su condición física e interés por practicar actividad física de forma regular”.	OAA B: Demostrar interés por las actividades en clase y la práctica de la Expresión Corporal.	- El objetivo OAA B del plan curricular, pretende que los(as) estudiantes demuestren disposición a mejorar su condición física e interés por la realización de actividad física. - Para la nueva unidad didáctica, esto se modificó, y lo que prima es la demostración de disposición y entusiasmo en la realización de ejercicios y actividades de Expresión Corporal.
OAA D: “Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase”.	OAA D: Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase.	No hubo modificación.
OAA E: “Promover la participación equitativa de hombres y mujeres en toda actividad física y deporte”.	OAA E: Promover la participación del grupo curso y valores, como: el respeto, la solidaridad y la empatía.	Se cambia la redacción del objetivo, sin hacer una diferencia de género (hombres-mujeres), y dando hincapié en promover valores, como: el respeto, la solidaridad y la empatía.
OAA H: “Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia”.	OAA H: Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.	No hubo modificación.

V. 1.2.5 INDICADORES DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestra un cuadro que contiene los nuevos objetivos de aprendizaje con sus respectivos indicadores de evaluación de la unidad. Además, se detallan las modificaciones realizadas.

Objetivo	Indicadores de evaluación	Comentario
OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: potenciar la consciencia corporal, temporal y espacial, y la creatividad; desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”.	A. Reconocen distintos segmentos corporales y partes del cuerpo. B. Ejecutan movimientos de diferentes segmentos corporales. C. Utilizan el movimiento, asociado a diferentes tiempos y ritmos. D. Respetan los límites del espacio E. Utilizan el espacio de forma adecuada. F. Demuestran un dominio de la consciencia corporal, temporal y espacial. G. Demuestran conocimiento sobre su propio cuerpo y posibilidades de movimiento. H. Ejecutan actividades lúdicas aplicando reglas específicas. I. Respetan las instrucciones y reglas de cada actividad. J. Ejecutan actividades lúdicas demostrando expresividad y creatividad. K. Interpretan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones, emociones, sensaciones, etc. L. Identifican ideas, emociones, sensaciones o situaciones mediante el lenguaje corporal. M. Representan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones,	- Se modificaron todos los indicadores de evaluación del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 03. - Se dejó uno de los indicadores originales del plan curricular (C), por su relación con el objetivo, y se modificó su redacción.

	emociones, sensaciones, etc; inventadas por ellos(as) mismos(as)	
OA 05: Ejecutar simples secuencias de movimientos y/o elementos de Danza, creadas por los(as) estudiantes demostrando: expresividad y creatividad.	A. Ejecutan secuencias simples de movimiento o elementos de Danzas en actividades lúdicas y rítmicas de forma individual o grupal. B. Demuestran expresividad y creatividad en los movimientos realizados. C. Ejecutan secuencias de movimientos expresando algo de manera creativa, demostrando emociones, sensaciones, etc. D. Ejecutan combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos, procurando expresar sensaciones, ideas, emociones, etc. E. Utilizan el movimiento y los gestos como medio de expresión de sentimientos y emociones asociadas a diferentes músicas y sonidos. F. Demuestran congruencia entre el movimiento y lo que se desea expresar o interpretar a través de este. G. Realizan distintos movimientos, procurando llevar el ritmo de una melodía en forma individual y grupal H. Reconocen la situación o acción que se interpreta a través del movimiento.	● Se modificaron algunos indicadores de evaluación del plan curricular, para adaptarse al nuevo objetivo OA 05. ● Se dejaron cuatro de los indicadores de evaluación originales del plan curricular (C, D, E y H), por su relación con el objetivo OA 05, cambiando su redacción.
OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar las “Bases Físicas del Movimiento” (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices).	A. Ejecutan ejercicios corporales durante las actividades lúdicas de Expresión Corporal. B. Reconocen la acción o movimiento que se está realizando.	● Se modificaron todos los indicadores de evaluación del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 06.

	C. Reconocen las capacidades físicas, motrices y habilidades que se están trabajando durante la actividad.	
OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar y trabajar las “Bases Expresivas del Movimiento”, demostrando: creatividad y expresividad corporal; e interpretando y representando diferentes situaciones (reales o imaginarias), ideas, historias, emociones, objetos, entre otras; inventadas por los(as) estudiantes.	A. Ejecutan actividades de dramatización demostrando creatividad y expresividad corporal. B. Interpretan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones, emociones, sensaciones, etc. C. Representan corporalmente distintos personajes, ideas, situaciones (reales o imaginarias), emociones, sensaciones, etc.; inventadas por ellos(as) mismos(as) D. Reconocen la situación o acción que se interpreta a través del movimiento. E. Identifican ideas, emociones, sensaciones o situaciones mediante el lenguaje corporal. F. Demuestran congruencia entre el movimiento y lo que se desea expresar o interpretar a través de este. G. Representan una condición o situación específica, por medio de un lenguaje corporal, de forma creativa.	● Se modificaron todos los indicadores de evaluación originales del plan curricular, y se adaptaron para coincidir con el nuevo objetivo OA 07.
OA 08: Medir y registrar, mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo, las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico.	A. Reconocen algunos cambios que sufre el organismo desde un estado pasivo a la realización de algún movimiento o actividad: cambios de latidos, estado de fatiga, sudor. B. Utilizan distintas formas para medir algunas respuestas orgánicas frente al ejercicio, como frecuencia cardíaca, respiratoria y escalas de percepción de esfuerzo.	● Se dejaron dos indicadores de evaluación del plan curricular, por su relación con el nuevo objetivo OA 08, cambiando su redacción.

OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable, etc.	A. Señalan aquellos alimentos que aportan más energía y que son más saludables. B. Llevan colaciones saludables como frutas, cereales, frutos secos, etc., para el día de la clase de Educación Física y Salud y describen la importancia de estos alimentos en la actividad física. C. Realizan rutinas básicas de higiene al término de la clase: ducharse y cambiarse de ropa después de la práctica del ejercicio físico. D. Señalan conductas de autocuidado frente a la exposición solar, utilizando bloqueadores solares y una ropa adecuada para la práctica de actividad física	● Se dejaron cuatro indicadores de evaluación del plan curricular, por su relación con el nuevo objetivo OA 08. ● Sin modificación de redacción.
OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada; utilizar de manera adecuada los materiales y las instalaciones para evitar el riesgo personal y de otros; escuchar y seguir instrucciones; asegurar de que el espacio está libre de obstáculos.	A. Conocen y ponen en práctica medidas de seguridad adecuadas. B. Participan de manera activa en la clase y las actividades. C. Escuchan las instrucciones del(a) profesor(a) antes de realizar la actividad. D. No empujan a sus compañeros(as) mientras practican alguna actividad. E. Recogen el material utilizado en la clase para dejar el espacio libre de obstáculos. F. Manipulan de forma adecuada los materiales propuestos para la clase. G. Identifican los lugares aptos y seguros para la realización de actividades. H. No abandonan la actividad motriz, aunque el resultado sea adverso.	● Se dejaron siete indicadores originales del plan curricular (A, C, D, E, F, G y H), tomados de diversas unidades, por su relación con el objetivo OA 11, modificando su redacción ● Se agregó un nuevo indicador de evaluación, en relación con la participación en la clase y las actividades.

V. 2 PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD: CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

Este capítulo presenta los contenidos, actividades y recursos materiales establecidos para la nueva unidad didáctica de 3° y 4° Básico.

V. 2.1 3º BÁSICO. UNIDAD N°3: “JUEGO Y MOVIMIENTO EXPRESIVO”

A continuación, se muestran un cuadro que contiene los contenidos, actividades y recursos materiales establecidos para la nueva unidad de 3º Básico, ordenados según los objetivos de aprendizaje.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	EJEMPLOS DE ACTIVIDADES	RECURSOS
OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: desarrollar un conocimiento y una consciencia corporal, temporal y espacial, explorando diferentes posibilidades de movimiento OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; respetar los límites de espacio establecidos en la actividad; asegurar que el espacio está libre de obstáculos.	I. CINÉSICA: CONOCIMIENTO Y DOMINIO DEL CUERPO - Conocimiento y concientización corporal. - Lenguaje corporal. - Relajación. - Centro de gravedad. - Equilibrio. - Simetrías. - Sensopercepción. II. PROXÉMICA: DOMINIO DEL ESPACIO - Ejes y planos. - Kinesfera o espacio próximo y lejano. - Espacio total. III. CRONÉMICA: DOMINIO DEL TIEMPO - Temporalidad. - Ritmo.	A. MOVIMIENTOS POR SEGMENTOS CORPORALES: Siguiendo las indicaciones del(a) docente, los(as) estudiantes deberán reconocer y realizar movimientos de uno o más segmentos corporales o partes del cuerpo. Ejemplo: El(a) docente indica realizar movimientos de brazos; manos; piernas; pies; cuello; cabeza. Se pueden realizar combinaciones: brazos y pies; piernas y manos; torso y pies; cabeza y brazos; cuello y manos. Aporte: Ideal para desarrollar el conocimiento y consciencia corporal, mientras se demuestran comportamientos seguros como: escuchar y seguir las instrucciones Variaciones: Los(as) estudiantes pueden cerrar o vendarse los ojos mientras escuchan la indicación del profesor(a), realizando los movimientos. Esto estimulará el trabajo de conocimiento y consciencia corporal.	- Música (radio o parlante) - Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.)

B. EQUILIBRIOS:

En un espacio delimitado, los(as) estudiantes ejecutan diferentes equilibrios. Dichos equilibrios pueden ser guiados por el(a) docente, o bien, los(as) mismos(as) estudiantes pueden explorar diferentes posibilidades de equilibrios corporales.

Ejemplo: Dentro de un espacio delimitado, el(a) docente va indicando una serie de equilibrios que se deben realizar de manera individual o en grupos: levantar un pie; juntarse en grupos de 4 y tener sólo 2 apoyos; practicar parada de manos; entre otros.

Aporte: Ideal para trabajar equilibrios y conocer el centro de gravedad, mientras se demuestran comportamientos seguros como: escuchar y seguir las instrucciones

C. EJERCICIOS DE RELAJACIÓN:

Al final de cada sesión, los(as) estudiantes deben tener una vuelta a la calma que les permita trabajar la capacidad de relajación. Para este tipo de actividad se recomienda que el(a) docente vaya

		guiando a los(as) estudiantes en los ejercicios. Ejemplo: Los(as) estudiantes se sientan en el suelo. El(a) docente indica que cierran los ojos y comiencen a realizar varias respiraciones profundas, inhalando y exhalando por la nariz. Poco a poco irán relajándose y, a medida que esto suceda, podrán optar por acostarse en el suelo. Una vez acostados, el(a) docente indica que perciban su cuerpo; su posición o diferentes partes del cuerpo: pies, manos, piernas, espalda, cuello, nuca, cabeza, etc. Esta actividad se puede acompañar con música tranquila y relajada. Aporte: Ideal para desarrollar la capacidad de relajación. D. ESPEJO: Esta actividad se realiza en parejas, y la idea es realizar movimientos simétricos imitando la acción de un espejo. Ejemplo: Los(as) estudiantes se ubican frente a frente. Uno(a) de los(as) estudiantes deberá representar un espejo de movimientos, imitando	
--	--	---	--

		todos los movimientos que el(a) compañero(a) realice. Aporte: Ideal para trabajar las simetrías. E. DESPLAZAMIENTOS: Los(as) estudiantes deberán desplazarse por el espacio, el cual puede estar delimitado o no, realizando constantes movimientos, en diferentes trayectorias, y siguiendo las indicaciones del(a) docente. Ejemplo: El(a) docente indica desplazamientos realizando movimientos: del tronco; piernas; siguiendo una trayectoria diagonal u horizontal; juntándose en parejas, tríos o grupos de un cierto número de estudiantes; saltando; corriendo; caminando; realizando movimientos rápidos o lentos; interpretando emociones o situaciones a través de algún movimiento; movimientos de brazos, manos, cabeza; etc. Aporte: Ideal para trabajar la sensopercepción, la consciencia corporal y espacial, mientras se demuestran comportamientos seguros como: escuchar y seguir las instrucciones.	
--	--	--	--

Variaciones: La actividad puede ser acompañada de manipulación de objetos y/o música. Este último recurso es ideal para trabajar el ritmo y la consciencia temporal.

F. JUEGO MUSICAL:

Esta actividad se realiza en grupos, y la idea es que, en hileras, los(as) estudiantes se desplacen por el espacio realizando diferentes movimientos corporales al ritmo de la música.

Ejemplo: Una vez agrupados y formados en hileras, el(a) estudiante que se encuentre al inicio, deberá realizar algún ejercicio, movimiento o gesto corporal, mientras que los(as) demás compañeros(as) del grupo le siguen. La idea es que cada grupo o hilera realice movimientos diferentes al de los demás. Cuando la música se detenga, los(as) estudiantes deberán cambiar de lugar.

Aporte: Ideal para trabajar el ritmo, la coordinación grupal y la consciencia temporal.

G. CONGELADO:

Con acompañamiento musical, los(as) estudiantes se dispersan por el espacio

		realizando movimientos libres al ritmo de la música, hasta que esta se detenga. Ejemplo: Los(as) estudiantes se encuentran realizando diferentes movimientos en el espacio al ritmo de la música que suena. Al momento en que la música se detenga, todos los(as) estudiantes deberán permanecer inmóviles en la posición que quedaron. Aportes: Ideal para desarrollar la coordinación y la consciencia temporal. Variaciones: Se pueden agregar algunas condicionantes a la actividad, como: realizar movimientos de ciertos segmentos corporales o dentro de un espacio determinado. Esto último es ideal para trabajar la consciencia corporal y espacial.	
OA 05: Ejecutar secuencias simples de movimientos o elementos de Danzas, demostrando expresividad y creatividad en los movimientos, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.	I. SECUENCIAS EXPRESIVAS • Secuencias de movimientos rítmicos y expresivos. • Baile-Danza.	A. ESQUEMAS CORPORALES MUSICALES: El(a) profesor(a) indica una serie de movimientos corporales que los(as) estudiantes deben ejecutar siguiendo el ritmo de la música. Ejemplo: El(a) docente dirige una breve secuencia de movimientos corporales para que	- Música (radio o parlante) - Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.)

		los(as) estudiantes la realicen al ritmo de la música. Los movimientos pueden crearse en conjunto con los(as) estudiantes para promover la participación en la actividad. Aporte: Ideal para trabajar secuencias de movimientos rítmicos y expresivos. Variaciones: Para trabajar aún más la Expresión Corporal, se pueden poner diferentes condicionantes, como: realizar los movimientos interpretando diferentes emociones; hacer cambios de velocidad y trayectoria, en los movimientos; variar en los tiempos y ritmos de ejecución. B. BAILE-DANZA: El(a) docente escoge una Danza o crea un Baile de cualquier tipo o índole, apta para que los(as) estudiantes puedan ejecutarla. Ejemplo: Los(as) estudiantes ejecutan una Danza o Baile inventado, siguiendo el ritmo y realizando los movimientos con su propia esencia o estilo.	
--	--	--	--

		Aporte: Ideal para trabajar el contenido de Danza-Baile y desarrollar la coordinación. Variaciones: Para trabajar aún más la Expresión Corporal, se pueden poner diferentes condicionantes como: interpretar emociones o situaciones a través de la Danza o Baile.	
OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar y desarrollar las “Bases Físicas del Movimiento” (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices). OA 08: Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico, como aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria. OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable, etc.	I. BASES FÍSICAS DEL MOVIMIENTO • Habilidades motrices. • Capacidades Físicas Básicas. • Capacidades Motrices y Coordinativas.	A. JUEGO MOTOR IMAGINARIO: El(a) docente propone diferentes situaciones imaginarias que los(as) estudiantes deberán representar de manera motriz. Ejemplo: Simular: caminar o correr sobre nieve; caminar o correr sobre charcos de agua; saltar un gran acantilado; saltar para alcanzar una fruta de un árbol muy alto; lazar algo liviano o pesado; recepcionar algo liviano o pesado; caminar sobre una cuerda. Aporte: Ideal para trabajar las habilidades motrices y capacidades físicas básicas. Variaciones: Se pueden utilizar objetos o materiales para una mayor estimulación.	- Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.) - Música (radio o parlante)

		B. PINTA MÍMICA: Jugar al pillarse de una forma innovadora interpretando animales, personajes o situaciones. Ejemplo: Jugar al pillarse simulando ser: animal depredador y presa; policía y ladrón. Aporte: Ideal para desarrollar capacidades físicas básicas. Variaciones: Las formas de desplazamiento pueden variar según lo que se represente, por ejemplo: reptando; saltando; volando. C. EJERCICIOS CORPORALES: Siguiendo las indicaciones del(a) docente, los(as) estudiantes deberán ejecutar diferentes ejercicios corporales. Ejemplo: Realizar trotes en el lugar; saltos; esquivar obstáculos; equilibrios; lanzamientos y recepciones; entre otros. La idea es que cada estudiante realice los ejercicios con su propia esencia y forma. Se	
--	--	--	--

		puede añadir música para el ritmo y la coordinación. Aporte: Ideal para trabajar las capacidades físicas básicas y coordinativas, y describir y registrar respuestas corporales provocadas por los ejercicios.	
OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar la creatividad y la expresividad corporal, interpretando diferentes personajes, ideas, emociones, situaciones, objetos, animales, cuentos, etc.	I. REPRESENTACIÓN Y DRAMATIZACIÓN • Juego simbólico. • Juego dramático y mímica. • Cuento motor.	A. JUEGO SIMBÓLICO: Esta actividad se realiza en parejas o grupos. Los(as) estudiantes deberán interpretar diferentes situaciones cotidianas. Ejemplo: Interpretar: una actividad del hogar; un escolar camino a su establecimiento escolar; un cliente entrando a una tienda; la sala de clases; entre otras. Aporte: Ideal para trabajar la representación de personajes y roles. B. JUEGO DRAMÁTICO: Los(as) estudiantes desempeñan tres roles que deberán representar: autor, actor y espectador. Ejemplo: Los autores deberán crear o escoger una breve historia, que los actores deberán representar frente a los demás	- Música (radio o parlante)

		compañeros(as), quienes serán los espectadores. Aporte: Ideal para trabajar la interpretación y la expresividad. C. CUENTO MOTOR: Esta actividad se puede realizar en parejas o grupos. Los(as) estudiantes deberán representar una breve historia narrada. En este juego habrá dos roles: Narradores y Actores. Ejemplo: El narrador, quien puede ser representado por el(a) profesor(a) o por los(as) estudiantes, deberá ir narrando la historia mientras que los actores la representan al mismo tiempo. Aporte: Ideal para trabajar la improvisación. D. MÍMICAS: El(a) docente indica diferentes situaciones, personajes, objetos o animales que los(as) estudiantes deben representar a través de movimientos. Puede ser adivinado o no.	
--	--	--	--

		Ejemplo: El(a) docente indica un animal que los(as) estudiantes deben imitar realizando movimientos. Aporte: Ideal para desarrollar la creatividad. Variaciones: En relación con la asignatura, la interpretación de deportes es una excelente opción. Esto puede ser acompañado de objetos para una mayor estimulación.	
--	--	--	--

V. 2.2 4° BÁSICO. UNIDAD N°3: “MOVIMIENTO EXPRESIVO Y CREATIVO”

A continuación, se muestran un cuadro que contiene los contenidos, actividades y recursos materiales establecidos para la nueva unidad de 4° Básico, ordenados según los objetivos de aprendizaje.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	EJEMPLOS DE ACTIVIDADES	RECURSOS
OA 03: Practicar actividades lúdicas de Expresión Corporal, aplicando reglas específicas, que permitan: potenciar la consciencia corporal, temporal y espacial, y la creatividad; desarrollar las “Bases Expresivas del Movimiento”. OA 11: Practicar actividades demostrando comportamientos	I. CINÉSICA: CONOCIMIENTO Y DOMINIO DEL CUERPO • Lenguaje Corporal. • Tonicidad. II. PROXÉMICA: DOMINIO DEL ESPACIO	A. EL MANIQUÍ: Actividad en parejas, donde los(as) estudiantes deben cumplir dos roles: maniquí y creador. Ejemplo: Quien actúe de maniquí deberá permanecer de cubito supino en el suelo, inmóvil pero no rígido. Quien actúe de	- Música (radio o parlante) - Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.)

seguros, como: participar en las actividades en forma apropiada; utilizar de manera adecuada los materiales y las instalaciones para evitar el riesgo personal y de otros; escuchar y seguir instrucciones; asegurar de que el espacio está libre de obstáculos.	• Kinesfera o espacio próximo y lejano. • Espacio total. III. CRONÉMICA: DOMINIO DEL TIEMPO • Ritmo • Tiempo súbito y continuado.	creador, deberá utilizar el cuerpo del compañero(a) para adoptarle diferentes posturas. Para ello, el(a) "creador(a)" debe tomar conciencia de las posibilidades y limitaciones del compañero(a) para realizar su creación. Aporte: Ideal para trabajar la tonicidad. B. MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS MOTRICES: Los(as) estudiantes deberán realizar diferentes movimientos desplazándose por el espacio, el cual puede estar limitado o no. Ejemplo: Realizar movimientos divididos por segmento corporal: movimientos de los brazos, movimientos de las piernas; movimientos en diferentes trayectorias, velocidades, tiempos y ritmos; equilibrios. Aporte: Ideal para potenciar la creatividad del movimiento y trabajar la consciencia espacial, temporal, corporal y el equilibrio. Variaciones: Esta actividad se puede acompañar de música para	
---	---	--	--

		trabajar la coordinación y ritmo. También se puede optar por el trabajo autodidacta en parejas o grupos. C. MOVIMIENTO A CIEGAS: Los(as) estudiantes deben permanecer con los ojos cerrados o vendados. Dentro de su espacio personal, sin desplazarse, deberán realizar pequeños movimientos. Ejemplo: Con los ojos vendados realizar movimientos: de diferentes segmentos corporales; en diferentes trayectorias; desplazamientos breves; kinesfera o espacio próximo; equilibrios. Esta actividad puede ser acompañada de música para mayor estimulación. Aporte: Ideal para trabajar la consciencia corporal, temporal y espacial. Variaciones: Se puede realizar esta actividad en parejas, realizando desplazamientos, donde uno(a) de los(as) estudiantes deberá guiar al(a) compañero(a) que se encuentre con los ojos cerrados o vendados.	
--	--	---	--

OA 05: Ejecutar simples secuencias de movimientos y/o elementos de Danza, creadas por los(as) estudiantes demostrando: expresividad y creatividad.	I. SECUENCIAS EXPRESIVAS Y CREATIVAS ● Movimiento libre. ● Coreografía. ● Bailes-Danzas. ● Creación.	A. MOVIMIENTOS LIBRES Y CREATIVOS: Los(as) estudiantes se dispersan por el espacio. Con un acompañamiento musical, deberán desplazarse realizando movimientos corporales. Ejemplo: Al ritmo de la música, los(as) estudiantes se desplazan por el espacio, el cual puede estar limitado o no, realizando: movimientos en diferentes trayectorias, velocidades, tiempos y espacios. Aporte: Ideal para potenciar la creatividad motriz y trabajar la consciencia corporal, espacial y temporal. B. COREOGRAFÍA: Esta actividad consiste en la creación de una secuencia coreográfica de movimientos. Ejemplo: En parejas o grupos, los(as) estudiantes crean y ejecutan una serie de movimientos corporales siguiendo el ritmo de la música. Variaciones: Para trabajar aún más la Expresión Corporal, se pueden poner diferentes condicionantes, como: realizar los movimientos	- Música (radio o parlante) - Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.)
--	---	---	---

		demonstrando emociones; que los movimientos contengan diferentes trayectorias, velocidades, tiempos y espacios. C. DANZA-BAILE: El(a) docente escoge una Danza o crea un Baile de cualquier tipo o índole, apta para que los(as) estudiantes puedan ejecutarla. Ejemplo: Los(as) estudiantes ejecutan una Danza o Baile inventado, siguiendo el ritmo y realizando los movimientos con su propia esencia o estilo. Aporte: Ideal para trabajar el contenido de Danza-Baile y desarrollar la coordinación. Variaciones: Para trabajar aún más la Expresión Corporal, se pueden poner diferentes condicionantes como: interpretar emociones o situaciones a través de la Danza o Baile. D. CREACIÓN DE UNA DANZA O BAILE: En grupos, los(as) estudiantes deberán crear una breve coreografía de Danza o Baile. Se debe considerar que si se trata de una Danza, los elementos	
--	--	--	--

		y parámetros, en cuanto a lo que se desea expresar, deberán estar bien establecidos y ser claros. Los(as) pueden escoger la música y los movimientos. Ejemplo: Los(as) estudiantes se juntan en grupos para crear una coreografía de Danza o Baile (esto queda a libre elección del docente). Aporte: Ideal para potenciar la creatividad, y trabajar el ritmo y coordinación grupal. Variantes: Se pueden incluir objetos para la creación de la coreografía.	
OA 06: Ejecutar actividades lúdicas y/o rítmicas de Expresión Corporal que permitan trabajar las “Bases Físicas del Movimiento” (capacidades físicas básicas, capacidades motrices y coordinativas, y habilidades motrices). OA 08: Medir y registrar, mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo, las respuestas corporales provocadas por algún ejercicio físico. OA 09: Practicar las actividades en forma segura, demostrando hábitos de higiene y vida saludable, tales	I. BASES FÍSICAS DEL MOVIMIENTO • Habilidades motrices. • Capacidades Físicas Básicas. • Capacidades Motrices y Coordinativas.	A. JUEGO MOTOR IMAGINARIO II: Los(as) estudiantes, con la ayuda del(a) docente, proponen diferentes situaciones imaginarias que deberán representar de manera motriz. Ejemplo: Simular: caminar o correr sobre nieve; caminar o correr sobre charcos de agua; saltar un gran acantilado; saltar para alcanzar una fruta de un árbol muy alto; lazar algo liviano o pesado; recepcionar algo liviano	- Materiales didácticos a disposición (aros, balones, conos, lentejas, bancos, etc.) - Música (radio o parlante)

como: utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable, etc.		o pesado; caminar sobre una cuerda. Aporte: Ideal para trabajar las habilidades motrices y capacidades físicas básicas, y potenciar la creatividad. Variaciones: Se pueden utilizar objetos o materiales para una mayor estimulación. B. CIRCUITO MOTRIZ: El(a) docente arma un circuito motor donde los(as) estudiantes deberán poner a prueba diferentes habilidades físicas. Ejemplo: Equilibrios sobre alguna superficie u objeto; cruzar una banca de un lado a otro en parejas; pasar o saltar sobre aros distribuidos en el suelo; saltar la cuerda; lanzar un balón hacia un punto determinado; colgarse de un objeto algo o una colchoneta grande puesta en vertical; entre otros. Aportes: Ideal para trabajar las habilidades motrices, las capacidades físicas básicas y las capacidades motrices coordinativas.	
--	--	--	--

		Variaciones: Los(as) estudiantes pueden poner a prueba su creatividad imaginando e interpretando diferentes situaciones, como: el suelo es lava; el suelo es agua, donde algunos estudiantes pueden actuar de cocodrilos o tiburones intentando atrapar a los(as) compañeros(as) que intenten pasar; saltar un gran acantilado; el entorno es una selva; el entorno es submarino; entre otras. La idea es que todas las acciones motrices o movimientos que realicen, los hagan acorde a la situación o entorno imaginario que se presente. Esto hará la actividad mucho más lúdica y potenciará la creatividad. C. EJERCICIOS CORPORALES: Siguiendo las indicaciones del(a) docente, los(as) estudiantes deberán ejecutar diferentes ejercicios corporales. Ejemplo: Realizar trotes en el lugar; saltos; esquivar obstáculos; equilibrios; lanzamientos y recepciones; entre otros. La idea es que cada estudiante realice los ejercicios con su propia esencia y forma. Se	
--	--	--	--

		puede añadir música para el ritmo y la coordinación. Aporte: Ideal para trabajar las capacidades físicas básicas y coordinativas, y medir registrar respuestas corporales provocadas por los ejercicios. Variaciones: Para estimular la creatividad, los ejercicios corporales pueden ir siendo propuestos por los(as) mismos(as) estudiantes.	
OA 07: Practicar actividades de dramatización, que permitan desarrollar y trabajar las “Bases Expresivas del Movimiento”, demostrando: creatividad y expresividad corporal; e interpretando y representando diferentes situaciones (reales o imaginarias), ideas, historias, emociones, objetos, entre otras; inventadas por los(as) estudiantes.	I. REPRESENTACIÓN Y CREACIÓN DRAMÁTICA • Juego simbólico. • Juego dramático y mímica. • Cuento motor. • Dramática creativa • Ideas y montajes.	A. JUEGO SIMBÓLICO: Esta actividad se realiza en parejas o grupos. Los(as) estudiantes deberán interpretar diferentes situaciones cotidianas. Ejemplo: Interpretar: una actividad del hogar; un escolar camino a su establecimiento escolar; un cliente entrando a una tienda; la sala de clases; entre otras. Aporte: Ideal para trabajar la representación de personajes y roles. B. JUEGO DRAMÁTICO: Los(as) estudiantes desempeñan tres roles que deberán representar: autor, actor y espectador.	- Música (radio o parlante)

Ejemplo: Los autores deberán crear o escoger una breve historia, que los actores deberán representar frente a los demás compañeros(as), quienes serán los espectadores.

Aporte: Ideal para trabajar la interpretación y la expresividad

C. CUENTO MOTOR:

Esta actividad se puede realizar en parejas o grupos. Los(as) estudiantes deberán representar una breve historia narrada. En este juego habrá dos roles: Narradores y Actores.

Ejemplo: El narrador, quien puede ser representado por el(a) profesor(a) o por los(as) estudiantes, deberá ir narrando la historia mientras que los actores la representan al mismo tiempo.

Aporte: Ideal para trabajar la improvisación.

D. MÍMICAS CREATIVAS:

Los(as) estudiantes, con ayuda del(a) docente, proponen diferentes situaciones, personajes, objetos o animales que deberán representar a través de

		movimientos. Puede ser adivinado o no. Ejemplo: Los(as) estudiantes proponen representar un animal, el cual deberán imitar realizando movimientos corporales. Aporte: Ideal para desarrollar la creatividad. E. CREACIÓN DRAMÁTICA: En grupos, los(as) estudiantes deberán crear una historia para ser representada dramática. La creación dramática incluye musicales, ideas o montajes. Puede ir acompañada de escenografía. Ejemplo: Los(as) estudiantes se juntan en grupo y crean una historia, la cual deberá ser representada escénicamente. Ellos(as) ponen las condiciones de lo que deseen representar. El(a) docente siempre deberá estar presente para servir de guía en el proceso.	
--	--	---	--

V. 3 RECURSOS EDUCATIVOS

Como se dijo en capítulos anteriores, los recursos educativos establecidos para la nueva unidad de ambos niveles escolares serán los mismos recursos utilizados por el programa curricular de Educación Física. Para ver más detalles, los documentos se pueden encontrar en la página actual del currículum nacional de la Unidad n°3 de Educación Física para los niveles de 3° y 4° Básico:

- 1) **3° Básico.** Unidad 3: “*Juegos predeportivos y Danzas Tradicionales*”. Recursos educativos: “*Expresión Corporal y Danza*”. Fichas: 05; 06; 07; 08; 09; 10; 11; 12. (Ministerio de Educación. 2020. Programa curricular de Educación Física. Chile)
- 2) **4° Básico.** Unidad 3: “*Practicar juegos predeportivos y Danzas Tradicionales*”. Recursos educativos: “*Expresión Corporal y Danza*”. Fichas: 19; 20; 21; 22; 23; 24. (Ministerio de Educación. 2020. Programa curricular de Educación Física. Chile)

V. 4 TIEMPO Y ESPACIO DE APLICACIÓN PARA LA PROPUESTA

La nueva unidad didáctica planteada, la cual tiene por objetivo incluir una unidad de que integre el trabajo y la toma de consciencia de la Expresión Corporal en 3° y 4° Básico, pretende ser implementada en establecimientos educacionales, a través del programa curricular de Educación Física, durante el año 2022.

Para ello, aún no se han determinado los parámetros para hacer llegar dicha propuesta a manos del Ministerio de Educación en Chile. Por el momento, lo anterior es sólo una proyección y una idea, ya que, el énfasis de la presente investigación se orientó a la búsqueda de información respecto a la Expresión Corporal y a la elaboración de la nueva unidad didáctica.

V. 5 METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA

Para la metodología de enseñanza, se recomienda utilizar una manera lúdica y didáctica de pasar los contenidos y llevar a cabo las actividades, permitiendo que los(as) estudiantes interactúen entre ellos(as), aprendan bajo experimentaciones y descubrimiento. Se debe recalcar, que el énfasis de esta unidad, y, por tanto, de la Expresión Corporal, no es la correcta ejecución y técnica de movimientos o ejercicios corporales, sino, la creatividad y expresividad del movimiento, el entendimiento entre pares, el autoconocimiento, la toma de consciencia corporal, entre otros. Hay que recordar que el propósito es la búsqueda de la formación integral del estudiante, por medio de la Expresión Corporal.

Se debe considerar que, para cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje, existen algunos principios metodológicos generales. Estos principios son aplicables para cualquier tipo de contenido.

V. 5.1 PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

- I. **Partir del nivel de desarrollo de los(as) estudiantes.** El(la) profesor(a) debe conocer a fondo al grupo clase, considerando todos sus previos conocimientos y experiencias de aprendizajes; sus intereses; su estilo cognitivo, aquellos estímulos o actividades que les motiva; sus capacidades y necesidades educativas.
- II. **Promover el aprendizaje significativo del estudiante.** Se deben seleccionar los contenidos más próximos o interesantes, con el fin de provocar la curiosidad de los(as) estudiantes, además de proporcionar oportunidades que permitan comprobar la utilidad de lo aprendido y le acerquen hacia un proceso formativo.
- III. **Potenciar el aprendizaje autónomo.** Capacitar al estudiante para que sea capaz de desenvolverse independientemente en el medio.
- IV. **Modificar los esquemas de conocimiento previo.** Se deben diseñar actividades de enseñanza-aprendizaje que permitan relacionar los nuevos conocimientos con las previas experiencias de aprendizaje.
- V. **Asegurar la actividad psicofísica de los(as) estudiantes.** Deben ser considerados como protagonistas del aprendizaje. Lo importante es que la imaginación fluya.
- VI. **Fomentar técnicas de trabajo cooperativo en grupo.** Para favorecer la interacción de los(as) estudiantes, se deben respetar los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje, consiguiendo distintos objetivos y contenidos a través de tareas grupales, valorando las aportaciones de cada uno de los(as) miembros y no únicamente los resultados o ejecuciones.
- VII. **Crear un clima de aceptación mutua y cooperación que favorezca las relaciones entre iguales.** Es ideal proporcionar un ambiente positivo y óptimo de aprendizaje que facilite la integración de todos los compañeros(as) del grupo-clase.
- VIII. **Reforzar la autoestima y el equilibrio personal y afectivo.** Se debe tener en cuenta que, durante la formación escolar, ocurren grandes cambios

fisiológicos y psicológicos, lo que puede ocasionar desequilibrios emocionales, los cuales, como docentes, es fundamental compensarlos con apoyo y cariño.

V. 5.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA

Los estilos de enseñanza más recomendables para utilizar durante esta unidad en ambos niveles escolares son:

1. **Mando Directo:** Ideal para utilizarlo en un principio a modo de ejemplificar la técnica de algunos ejercicios corporales o movimientos, para, posteriormente, desarrollar la espontaneidad y creatividad de estos. Se recomienda utilizar este estilo de enseñanza mayormente en 3° Básico y emplearlo de manera esporádica en 4° Básico. También es ideal cuando se tiene un grupo muy numeroso. Las órdenes se dan para todos a la vez, al igual que las correcciones pertinentes (fallos comunes del grupo-clase).
2. **Asignación de Tareas:** Ideal cuando se desea interiorizar la autonomía y el desarrollo de la espontaneidad y creatividad. Este estilo permite que los(as) estudiantes sean más responsables, ya que, pueden dosificar la tarea acorde a su propio nivel, momento de aprendizaje, grado de motivación, etc. Este estilo permite una mayor libertad. Se deja que el(a) estudiante aprenda de forma autónoma. Aun así, el(a) profesor(a) siempre debe estar presente y con disposición a ayudar y guiar en el proceso formativo. Se recomienda utilizar este estilo mayormente en 4° Básico.
3. **Resolución de Problemas:** Ideal cuando se desea desarrollar la espontaneidad y creatividad en el grupo curso, además de incentivar la exploración y la búsqueda de soluciones a diferentes situaciones problema. En este estilo, los(as) estudiantes deben ingeniárselas para alcanzar un determinado objetivo. El(a) profesor(a) debe estar interactuando constantemente con sus estudiantes para poder evaluar su proceso. Se recomienda utilizar este estilo mayormente en 4° Básico y emplearlo de manera esporádica en 3° Básico.

V. 5.3 EVALUACIONES

Para la nueva unidad, en ambos niveles escolares se sugiere utilizar los siguientes tipos de evaluación:

1. **Evaluaciones tipo motor:** Consisten en pruebas físicas, que, para Expresión Corporal, pueden ser expresadas en:
 - A. **Representaciones teatrales.** Donde los(as) estudiantes deben montar alguna escena referida a un tema libre o propuesto por el(la) profesor(a).
 - B. **Prueba física obligatoria.** Donde los(as) estudiantes deben poner a pruebas una serie de habilidades específicas de Expresión Corporal. Por ejemplo, ejecutar alguna secuencia de movimientos corporales o de Danza con características expresivas.
 - C. **Montaje coreográfico.** Donde los(as) estudiantes deben crear su propia coreografía y exponerla ante el(la) profesor(a).
2. **Evaluaciones tipo afectiva:** Consiste en la valoración de aspectos actitudinales, motores, afectivos o de comportamiento. Se pueden complementar con el tipo de evaluaciones anteriores. La valoración de diferentes aspectos se puede realizar por medio de las siguientes opciones:
 - A. **Escala de valoración o de apreciación.** Consiste principalmente en formular un listado de conductas y ver en qué medida estas se cumplen.
 - B. **Registro íntegro.** Consiste en filmar el trabajo del(la) estudiante durante la clase y luego analizar por separado los aspectos conductuales que se evalúan. Este tipo de evaluación es posible sólo si las condiciones lo permiten.
 - C. **Listas de control.** Consiste en recoger datos en cuanto a si se cumple o no una conducta determinada. Es más preciso.

VI. CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

Posterior a todo el proceso de investigación y elaboración de la nueva unidad didáctica, se obtuvo como resultado, una nueva unidad modificada que integra el trabajo de la Expresión Corporal a la Educación Física en dos niveles de Enseñanza Básica: 3° y 4° Básico.

La base para la elaboración de esta nueva unidad fue la Unidad n°3 original del plan curricular vigente de Educación Física de 3° y 4° Básico. Dentro del plan curricular, ya existía una orientación hacia la Expresión Corporal en la Educación Física durante la Enseñanza Básica, aunque, sólo presente en dos niveles de Enseñanza Básica: 1° y 2° Básico. Por ende, gracias a la elaboración de la nueva unidad didáctica, esta orientación se extendió a los cursos de 3° y 4° Básico.

Cabe destacar, que actualmente dentro de los planes y programas de Educación Física, la Expresión Corporal es un elemento que se ha ido manifestando poco a poco en el tiempo, haciéndose cada vez más necesaria y presente. Por ejemplo, Educación Física en Enseñanza Media, en los niveles de 3° y 4° Medio, se vuelve una asignatura optativa y electiva, la cual presenta varias ramas en la que los(as) estudiantes pueden especializarse. Dentro de una de esas ramas, existe una dedicada a la Expresión Corporal.

Las modificaciones realizadas para efectos de la nueva unidad fueron, principalmente, en los objetivos e indicadores de evaluación, los cuales, en un principio no presentaban una total coherencia. El plan curricular de Educación Física en 3° y 4° Básico aludía a evaluar aspectos de la Expresión Corporal, pero estos no se incluían dentro de los objetivos y contenidos de la unidad. Posterior a dichas modificaciones, se elaboraron los contenidos y actividades en coherencia con los nuevos objetivos e indicadores de evaluación.

Para la elaboración de la nueva unidad, se tomaron algunos aspectos ya incluidos de la unidad original, y, otros, se designaron tomando el ejemplo de los autores que presentaron propuestas muy similares. Dichos autores y propuestas son las siguientes:

1. **Propuesta de Cañizarez y Carbonero (2016).** Estos autores realizan un análisis al plan curricular de Educación Física de Andalucía (España) para elaborar un plan de intervención didáctica que integre el trabajo y desarrollo de la Expresión Corporal en niveles de 1° y 2° ciclo (algo que se asemeja bastante al trabajo realizado). Los autores designan ciertos aspectos generales y complejos a desarrollar en cada ciclo; los

aspectos generales serían trabajados en el 1° ciclo y los aspectos complejos en el 2° ciclo. Para la elaboración de los contenidos y actividades de la nueva unidad educativa, se tomaron de ejemplo los aspectos generales del 1° ciclo (Lenguaje Corporal, Gesto, Ritmo, Movimiento Corporal y Técnicas teatrales adaptadas) y los aspectos complejos del 2° ciclo (Dramatización o Juego dramático, Mimodrama, Baile-Danza y Coreografía)

2. **Propuesta de Poveda, Ramírez y Vargas (2010).** La propuesta de estos autores busca la estimulación de la creatividad motriz, por medio de la Expresión Corporal. Dicha propuesta está dirigida a estudiantes de segundo grado, y surge por una carente propuesta didáctica en el campo de la Educación Física en Bogotá (Colombia). De esta propuesta, se tomó de ejemplo, el enfoque de la metodología de enseñanza aplicada bajo resolución de problemas.

Cabe destacar, que esta propuesta realiza una prueba de estimulación a 100 estudiantes del segundo grado, buscando interconectar la Expresión Corporal con la Educación Física, a través de un método de enseñanza bajo resolución de problemas. En dicha prueba, se pudo evidenciar el impacto de las clases enfocadas a la Expresión Corporal, y se demostró la variación positiva para dar respuestas nuevas y divergentes a problemas motores de la vida diaria. Por los buenos resultados de la prueba aplicada, se escoge y sugiere como opción este estilo de enseñanza para llevar a cabo los contenidos de Expresión Corporal. También se tomó en cuenta la relación entre el desarrollo de la creatividad motriz y la Expresión Corporal.

Esta propuesta, presenta coherencia con los objetivos de plantear una Educación Física integral. Además, define y distingue diez tipos de manifestaciones expresivas de la Expresión Corporal (ritmo, mirada, gestos, posturas, dramatización y mimo), las cuales son tomadas de ejemplo para elaborar los contenidos y actividades sugeridas para la nueva unidad didáctica.

3. **Estilos de enseñanza propuestos por Viedma (2003).** Los estilos que recomienda este autor para trabajar y abordar la Expresión Corporal son: el mando directo y la asignación de tareas. Estilos de enseñanza que también son tomados de ejemplo para añadirlos a las mejores opciones metodológicas para llevar a cabo la unidad. Este mismo autor, propone tres formas de evaluar el contenido de Expresión Corporal, de

las cuales, solo dos (evaluaciones tipo motor y evaluaciones tipo afectiva) son tomadas de ejemplo para añadirlas como sugerencias de evaluación.

4. **Gil y Gutiérrez (2005) y su propuesta de Expresión Corporal en la Educación Infantil.** Los contenidos y algunas de las actividades sugeridas para la nueva unidad educativa, se tomaron del ejemplo de esta propuesta.

El resultado final, fue una nueva unidad didáctica de Educación Física para 3° y 4° Básico, que integra aspectos de todas las propuestas didácticas e intervenciones educativas de Expresión Corporal anteriormente señaladas, por lo que, se trata de un recopilado de objetivos, contenidos y actividades recomendadas por los autores de dichas propuestas e intervenciones, que permiten predecir un resultado óptimo.

VII. CAPÍTULO 6: CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES

En este capítulo, se dan a conocer las conclusiones respecto al trabajo realizado, y las reflexiones obtenidas posterior a todo lo investigado.

VII. 1 CONCLUSIONES

- Los cambios realizados a la Unidad Educativa n°3 del plan curricular de Educación Física, para los niveles de 3° y 4° Básico, se lograron enfocar hacia un verdadero desarrollo y trabajo de la Expresión Corporal. Por las características del plan curricular, la unidad, quedó orientada al desarrollo de competencias propias de la Educación Física, con un enfoque de Expresión Corporal. Anteriormente, no existía coherencia entre los objetivos e indicadores de evaluación de la Unidad n°3 del plan curricular, los cuales, sólo hacían mención a aspectos de la Expresión Corporal, que, en la realidad, nunca podían ser vivenciados ni mucho menos evaluados. Por lo que, finalmente, se logra elaborar una unidad que integra el trabajo de la Expresión Corporal en la Educación Física.
- El plan de idear una unidad didáctica bajo el concepto de Expresión Corporal, tomando en cuenta su desarrollo como disciplina y metodología, considerando todo lo que integra, se logró relacionar perfectamente con la unidad escogida del plan curricular y con la Educación Física en general. Ambas se complementan muy bien y logran trabajar los mismos objetivos, aunque desde una perspectiva diferente.
- En cuanto a los principios esenciales de la Expresión Corporal para el trabajo con niños y niñas, y el desarrollo de contenidos que optimicen el proceso de enseñanza aprendizaje en la práctica educativa, ambos puntos quedaron muy bien planteados en el marco teórico. Posteriormente, todo lo expuesto sirvió de base para la construcción de los elementos que conforman la nueva unidad didáctica, contemplando una descripción, propósito, objetivos didácticos de aprendizaje y actitudinales, indicadores de evaluación, contenidos, sugerencias de actividades, metodología de enseñanza, recursos materiales y educativos, y adaptaciones curriculares de la unidad, además de una estimación del espacio y tiempo para la aplicación de la propuesta.
- Se logró elaborar una unidad enfocada al trabajo específico de la Expresión Corporal, en niños y niñas de 3° y 4° Básico, relacionado con los componentes que aborda la Educación Física.

VII. 2 REFLEXIONES

La Expresión Corporal, es un contenido que debiese ser integrado, maximizado y aprovechado por toda la Educación. Sus aportes están presentes en aspectos cognitivos, sociales y motores, los cuales, si se desarrollan a una temprana edad; en donde la adquisición de aprendizajes y habilidades es vital y de mayor facilidad; en el futuro, los(as) estudiantes tendrán múltiples facilidades, obteniendo como resultado, personas creativas, comunicativas e íntegras en todo sentido.

La Expresión Corporal tiene múltiples aportaciones en el ámbito motor, cognitivo, social y emocional o afectivo de la persona. Puede desarrollar y/o mejorar, todos los siguientes aspectos: la toma de consciencia; la expresividad; la creatividad; la comunicación; la sociabilidad; la espontaneidad; la autoestima; las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad); las capacidades motrices y coordinativas (capacidad de diferenciación, capacidad de acoplamiento, de orientación, de equilibrio, de cambio, de ritmización y de relajación); las habilidades motrices (desplazamientos, saltos, lanzamientos, giros y recepciones); obtener un mayor dominio de la psicomotricidad; mayor percepción del tiempo y espacio; favorece la introspección y la armonía interna de la persona. Como se puede observar, sus aportaciones son gratificantes para la Educación Física y el desarrollo integral de la persona.

Su relación con la Educación Física está en que ambas pueden desarrollar los mismos componentes físicos y motores, como lo son las diferentes capacidades físicas básicas, motrices y coordinativas y las habilidades motrices, aunque cada una con un enfoque distinto. La Educación Física en Chile, se encierra únicamente en desarrollar y perfeccionar habilidades motrices específicas y capacidades físicas, lo cual, tiene por objetivo, el desempeño y rendimiento en actividades deportivas. Por esta razón, la Educación Física suele ser estructurada y de carácter competitivo. La mayoría de los contenidos, se centran en perfeccionar patrones de movimiento, orientados a diferentes tipos de deportes o tareas motrices específicas. La Expresión Corporal, por su parte, se centra en la práctica de la concientización corporal y en el descubrimiento de la propia esencia y realidad corporal, junto con sus posibilidades de movimiento, lo que, se traduce en una adquisición y desarrollo de la creatividad motriz. Con esto último, se pueden predecir movimientos, pues, al haber un

conocimiento y dominio total del propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, los nuevos ejercicios o movimientos resultan ser predecibles o “imaginables”, es decir, es posible con tan sólo la imaginación, lograr interiorizar una idea de la técnica o ejecución de algún movimiento específico que no se haya ejecutado antes. Esto último permite ampliar las propias posibilidades de movimiento.

Sería interesante poder ampliar la idea que se tiene de la Educación Física en el país, y la Expresión Corporal, parece ser una buena opción para ello, ya que, permite vivenciar desde otra perspectiva las diferentes cualidades y capacidades físicas del cuerpo, junto con sus posibilidades de movimiento.

La metodología de enseñanza de la Expresión Corporal debe ser idealmente bajo situaciones de aprendizaje que permitan la exploración y experimentación. De esta manera, se logra que los(as) estudiantes aprendan bajo experiencias, logrando aprendizajes realmente significativos y valorados. Sin embargo, esto depende directamente de cada docente.

Con la Expresión Corporal, se entiende la razón del movimiento que se está realizando, sea cual sea, ya no se realizan acciones motrices porque sí, sino, ahora hay una consciencia del movimiento y del cuerpo, ya sea del propio o el de los demás. Esto logra desarrollar la aceptación, la empatía y la tolerancia mutua entre pares. Junto con esto, se logra desarrollar el propio estilo en que cada individuo se expresa a través de su cuerpo, es decir; la forma propia de lanzar, saltar, correr, caminar, bailar, etc. Ya no hay un patrón específico ni una manera “correcta” de realizar los movimientos, sólo, la propia esencia del movimiento para quien lo realiza. Obviamente existen ciertos parámetros que se deben considerar, pero estos no deben ser extremadamente estrictos como suele ser en la realidad; no se puede pedir una coordinación total sin tomar en consideración las características del estudiante y sus previas experiencias de aprendizaje en cuanto a este criterio, lo cual aplica también para otros. Esto permite entender por qué es que algunos estudiantes son más hábiles en ciertas tareas motrices que en otras, lo cual, va ligado al principio de individualidad y a considerar a cada individuo como un ser único con sus propias características, lo que también, se relaciona con la Psicomotricidad y la Corporeidad.

Con lo anterior, es muy importante realizar breves diagnósticos para conocer al grupo curso y mantener una relación de cercanía con los(as) estudiantes. Esto, a la vez, trae consigo

nuevas formas de evaluar, que van desde no ser tan general y tradicional, a considerar las características y esfuerzos del grupo y, en lo posible, de cada uno de los(as) estudiantes que lo conforman.

Como se puede ver, los aportes de la Expresión Corporal en la Educación Física son beneficiosos, realmente, para cualquier edad. En este caso, para niños y niñas de 3° y 4° Básico, la Expresión Corporal les va a resultar bastante útil, puesto que, es una buena base motriz que debiese ser considerada por la Educación Física. Es muy importante que los niños y niñas trabajen, desarrollen y conozcan su Psicomotricidad, Corporeidad, Creatividad y Expresión Corporal. Esto permite un autoconocimiento; conocer su cuerpo, sus capacidades y sus propias posibilidades de movimiento, tomando consciencia de ellos.

VIII. CAPÍTULO 7: REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ministerio de Educación. (2020). *Curriculum nacional Programa de Educación Física y salud*. Niveles: 1° Básico, 2° Básico, 3° Básico y 4° Básico. Gobierno de Chile
- Academia Danza Esmeralda. (2019). *¿Sabías que el baile y la danza no son lo mismo?* México.
- María Pilar Cachadiña Casco, Juan José Rodríguez Terrón, Kiki Ruano Arriagada. (2006). *Expresión Corporal en la clase de Educación Física*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.
- Galo Sánchez Sánchez, Kiki Ruano Arriagada, Pilar Cachadiña Casco, Begoña Learreta Ramos, Carmen Padilla Moledo, Miguel Anguel Sierra Zamorano, Raquel Zurdo Giménez. (2009). *Expresión Corporal y educación*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA S.L.
- José María Cañizarez Márquez y Carmen Carbonero Celis. (2016). *Expresión Corporal en la edad escolar*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA.
- Gil, Madrona, Pedro, y Díaz del Campo, David Gutiérrez. (2005). *Expresión Corporal y educación infantil*. España: Wanceulen Editorial.
- José Manuel Viedma Martínez. (2003). *Unidades didácticas para secundaria: Expresión Corporal*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L
- Vima Lení Nista-Piccolo, Wagner Wey Moreira. (2015). *Movimiento y Expresión Corporal en educación infantil*. Madrid. España: NARCEA, S.A. DE EDICIONES.
- Luis Manuel Timón Benítez y Fran Hormigo Gamarro. (2010). *La Expresión Corporal en la clase de Educación Física: Propuesta curricular desde la administración educativa*. España: WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.

- Cristian Camilo Poveda Moreno, Humberto Ramírez Ochoa, Sebastian Vargas Henao. (2012). *La Expresión Corporal como una propuesta didáctica para la estimulación de la creatividad motriz en la clase de Educación Física en los niños del grado segundo del I.T.I Francisco José de Caldas*. Trabajo de grado para optar al título de licenciado en Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad Libre, Bogotá (Colombia).

ANEXOS

ANEXO 1: TABLAS

Tabla 1. Unidad 3 del Programa de Educación Física con sus respectivos objetivos e indicadores de evaluación. (Ministerio de Educación, 2020).

CURSO	NOMBRE DE LA UNIDAD	OBJETIVO DE LA UNIDAD	INDICADORES DE EVALUACIÓN (SE MENCIONAN SÓLO AQUELLOS QUE TENGAN RELACIÓN CON EL TEMA)
1° Básico	“Movimientos corporales para expresar ideas, estados de ánimo y emociones”	Objetivo OA 05: Ejecutar movimientos corporales, expresando sensaciones, ideas, estados de ánimo y emociones en variados espacios y a diferentes ritmos.	• Ejecutan movimientos espontáneos por medio de sonidos o ritmos musicales. • Demuestran diferentes sentimientos por medio del movimiento, como alegría tristeza o miedo. • Exploran diferentes sensaciones que involucran sentimientos por medio del movimiento. • Ejecutan movimientos en respuesta a diferentes ritmos y músicas.
2° Básico	“Movimientos corporales que expresan ideas, sensaciones, estados de ánimo y emociones”	Objetivo OA 05: Ejecutar movimientos corporales, expresando sensaciones, ideas, estados de ánimo y emociones en variados espacios y a diferentes ritmos e intensidades.	• Ejecutan combinaciones simples de movimiento con control del cuerpo a diferentes ritmos. • Expresan sentimientos como alegría, tristeza entre otros, por medio de diferentes movimientos corporales. • Utilizan el gesto y el movimiento como medio de expresión.

			• Demuestran por medio del movimiento, acciones asociadas a la vida cotidiana. • Exploran diferentes sensaciones por medio del movimiento. • Ejecutan movimientos en respuesta a diferentes ritmos y músicas.
3° Básico	“Juegos predeportivos y danzas tradicionales”	Objetivo OA 05: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.	• Utilizan distintos materiales para realizar secuencias de movimientos simples, que impliquen cambios de dirección en diferentes planos según los cambios de ritmos percibidos. • Ejecutan pasos básicos de danzas tradicionales en forma coordinada. • Ejecutan combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos, procurando expresar sensaciones e ideas relacionadas con la naturaleza. • Utilizan el movimiento y los gestos como medio de expresión de sentimientos y emociones asociadas a diferentes músicas y sonidos. • Realizan distintos movimientos, procurando llevar el ritmo de una melodía en forma individual y grupal.
4° Básico	“Juegos predeportivos y danzas tradicionales”	Objetivo OA 05: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.	• Realizan secuencias de movimientos, procurando llevar el ritmo de una melodía.

			• Ejecutan combinaciones simples de movimientos y pasos de danzas tradicionales en forma coordinada. • Utilizan el movimiento y los gestos como medio de expresión frente a sonidos y ritmos variados. • Utilizan distintos materiales para crear secuencias de movimientos forma grupal que impliquen cambios de dirección, diferentes planos, cambios de ritmos. • Ejecutan combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos, procurando expresar sentimientos o ideas por medio de sus movimientos corporales.
--	--	--	---

Tabla 2. Escala de valoración numérica

4. Siempre 3. Generalmente 2. Casi nunca 1. Nunca

Nombre:	Curso
---------	-------

Conductas a evaluar	4	3	2	1
Respeto a sus compañeros(as) en clase				
Demuestra interés por la actividad				
Cuida los materiales utilizados				
Ejecuta los movimientos con				

expresividad y goce				
Utiliza todo el espacio para ejecutar los movimientos				

Tabla 2.1. Escala de valoración

Nombre:	Curso
---------	-------

Conductas a evaluar	Siempre	Generalmente	Casi nunca	Nunca
Respeto a sus compañeros(as) en clase				
Demuestra interés por la actividad				
Cuida los materiales utilizados				
Ejecuta los movimientos con expresividad y goce				
Utiliza todo el espacio para ejecutar los movimientos				

Tabla 3. Lista de control

Nombre:	Curso
---------	-------

Conductas a evaluar	Sí	No
Respeto a sus compañeros(as) en clase		
Demuestra interés por la actividad		

Cuida los materiales utilizados		
Ejecuta los movimientos con expresividad y goce		
Utiliza todo el espacio para ejecutar los movimientos		

Tabla 4. Componentes de la Condición Física en Educación Física y Expresión Corporal
(Cachadiña et al. 2006)

	En la Educación Física se trabaja:	En la Expresión Corporal se trabaja:
CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS	● Resistencia ● Fuerza ● Velocidad ● Flexibilidad	● Resistencia ● Fuerza ● Velocidad ● Flexibilidad
CAPACIDADES MOTRICES	● Capacidad de diferenciación ● Capacidad de acoplamiento ● Capacidad de orientación ● Capacidad de equilibrio ● Capacidad de cambio ● Capacidad de ritmización ● Capacidad de relajación	● Capacidad de diferenciación ● Capacidad de acoplamiento ● Capacidad de orientación ● Capacidad de equilibrio ● Capacidad de cambio ● Capacidad de ritmización ● Capacidad de relajación
HABILIDADES MOTRICES	● Desplazamientos (andar y correr) ● Saltos ● Lanzamientos ● Giros ● Recepciones ● Manipulaciones	● Desplazamientos (andar y correr) ● Saltos ● Lanzamientos ● Giros ● Recepciones ● Manipulaciones

Tabla 5. Ámbitos de aplicación de la Expresión Corporal (Timón et al. 2010)

	ÁMBITOS DE APLICACIÓN	
<u>EDUCATIVA</u>	<u>TERAPÉUTICA</u>	<u>OCIO Y TIEMPO LIBRE</u>
● Encuentro consigo mismo. ● Mejora de la comunicación. ● Mejora autoestima. ● Creación de una gramática corporal. ● Mejora de la creación espaciotemporal.	● Vivencia de conflictos y proyectos. ● Expresión de contenidos del mundo inferior. ● Vivencia de los sentimientos reprimidos. ● Reconciliación con su cuerpo.	● Encuentro gozoso con el cuerpo. ● Encuentro gozoso con los compañeros. ● Reflexión creativa sobre el mundo interior.

ANEXO 2: DIAGRAMA

Diagrama 1. Componentes de la Condición física trabajados desde la Expresión Corporal (Cachadiña et al. 2006)

