

Explorando el cuerpo: iniciación al trabajo corporal expresivo

Ciencias Sociales y Humanas | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de educación técnica y tecnológica descubran y experimenten el trabajo corporal expresivo, una disciplina que conecta el cuerpo con la comunicación y la expresión emocional. A través de preguntas iniciales, actividades prácticas y la proyección de videos breves, los estudiantes desarrollarán habilidades para reconocer y utilizar el cuerpo como medio expresivo. Además, se motivará la lectura de textos especializados de Gabriela Lima Chaparro para profundizar en el conocimiento teórico. El trabajo corporal expresivo es relevante porque fortalece la conciencia corporal, mejora la comunicación no verbal y potencia la creatividad, competencias útiles tanto en lo personal como en el ámbito profesional. La metodología basada en proyectos fomentará el trabajo colaborativo y autónomo, facilitando que los estudiantes apliquen lo aprendido en situaciones reales y concretas.

Objetivos de Aprendizaje

- Formular preguntas y expresar ideas personales sobre la importancia del cuerpo en la comunicación expresiva.
- Reconocer y describir las sensaciones y movimientos básicos del cuerpo para la expresión corporal.
- Analizar ejemplos audiovisuales de trabajo corporal expresivo para identificar técnicas y objetivos.
- Participar activamente en una actividad práctica grupal de exploración corporal para desarrollar habilidades expresivas.
- Motivar la lectura crítica de textos académicos para fortalecer el conocimiento teórico sobre trabajo corporal expresivo.

Recursos Necesarios

- Salón amplio para movimientos corporales.
- Proyector y equipo de sonido para videos.
- Videos breves seleccionados sobre trabajo corporal expresivo (duración total aprox. 10 minutos).
- Copias impresas o digitales de fragmentos de textos de Gabriela Lima Chaparro.
- Hojas y bolígrafos para anotaciones individuales.
- Ropa cómoda para facilitar movimientos corporales.

Requisitos Previos

- Haber participado en actividades básicas de educación física o expresión corporal en niveles anteriores.

- Capacidad para trabajar en equipo y comunicarse con compañeros.
- Habilidades básicas de lectura y comprensión de textos académicos.
- Interés por explorar nuevas formas de comunicación y expresión.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

20 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica que en esta primera clase se conocerán entre todos, se explorará la importancia del cuerpo en la expresión y se comenzará a experimentar con movimientos que comuniquen sensaciones y emociones.

Estudiantes: Comprenden el propósito y se preparan para participar activamente.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Propone la siguiente pregunta para iniciar diálogo: “¿De qué maneras crees que tu cuerpo puede comunicar algo sin usar palabras?”

Estudiantes: Responden en voz alta o escriben brevemente sus ideas en hojas, compartiendo ejemplos cotidianos (gestos, posturas, movimientos).

Motivación y enganche:

Docente: Presenta un dato curioso: “Sabías que más del 70% de la comunicación humana es no verbal y que nuestro cuerpo es el principal canal para ello?”

Estudiantes: Reflexionan sobre esta información y muestran interés por descubrir más.

Contextualización:

Docente: Conecta el tema con la vida diaria: “En el trabajo, en la familia, en las redes sociales, nuestro cuerpo habla por nosotros. Aprender a usarlo con intención puede abrir muchas puertas.”

Estudiantes: Reconocen la relevancia práctica del trabajo corporal expresivo para su contexto personal y profesional.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

75 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce el trabajo corporal expresivo como una forma de comunicación artística y práctica, apoyándose en videos breves que muestran ejemplos claros y variados.

Actividad 1: Observación activa de videos

- **Objetivo:** Analizar ejemplos audiovisuales para identificar movimientos y expresiones corporales.
- **Instrucciones:**
 - El docente proyecta dos videos breves (5 minutos en total) sobre trabajo corporal expresivo.
 - Antes de cada video, pide a los estudiantes que observen con atención cómo se usa el cuerpo para expresar emociones o ideas.
 - Después de cada video, en plenaria, el docente formula preguntas precisas: “¿Qué movimientos llamaron tu atención? ¿Qué emociones crees que se transmiten?”
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Participación oral y notas individuales.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol docente:** Facilita la discusión, guía con preguntas abiertas y focalizadas.

Actividad 2: Exploración corporal guiada

- **Objetivo:** Reconocer y experimentar sensaciones y movimientos básicos para la expresión corporal.
- **Instrucciones:**
 - El docente invita a los estudiantes a ponerse de pie en un espacio amplio.
 - Guía una serie de ejercicios breves: respirar profundamente, estirar brazos, mover cabeza, mover pies, probar posturas para expresar alegría, tristeza, sorpresa.
 - Los estudiantes experimentan y luego comparten con un compañero qué sensaciones sintieron con cada movimiento.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes para compartir sensaciones.
- **Producto:** Experiencia corporal y diálogo entre pares.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol docente:** Observa, corrige posturas si es necesario, estimula la exploración respetuosa y segura.

Actividad 3: Preguntas para vincular teoría y práctica

- **Objetivo:** Motivar la lectura y reflexión sobre los textos de Gabriela Lima Chaparro.
- **Instrucciones:**
 - El docente entrega o comparte fragmentos de textos seleccionados.
 - Propone preguntas para que los estudiantes piensen sobre el contenido: “¿Cómo relacionas lo que viste y sentiste en la actividad práctica con estas ideas teóricas?”
 - Invita a los estudiantes a anotar sus respuestas y a leer el texto completo como tarea.

- **Organización:** Individual
- **Producto:** Notas escritas y compromiso de lectura.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol docente:** Aclara dudas, motiva la lectura, conecta teoría y práctica.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Proponen un pequeño movimiento expresivo individual para mostrar al grupo.
- Para estudiantes que necesitan apoyo: Realizan las actividades en parejas para recibir acompañamiento y explicaciones adicionales.

Transiciones:

El docente conecta cada actividad resaltando cómo la observación audiovisual alimenta la práctica corporal y cómo la teoría apoya ambas, preparando al estudiante para integrar estos saberes.

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

25 minutos

Síntesis:

Docente: Solicita a los estudiantes escribir en una hoja tres ideas clave que aprendieron hoy sobre el cuerpo y la expresión.

Estudiantes: Elaboran su síntesis individual, luego comparten en voz alta con el grupo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo cambió tu forma de ver el cuerpo como medio de comunicación después de esta clase?
- ¿Qué movimiento o sensación fue más significativo para ti y por qué?
- ¿De qué manera crees que puedes aplicar lo aprendido en tu vida cotidiana o futura profesión?

Retroalimentación:

Docente: Ofrece comentarios positivos sobre la participación, destaca ideas originales y recuerda la importancia de continuar explorando y leyendo los textos asignados.

Transferencia:

Docente: Explica que en próximas sesiones profundizarán en técnicas específicas de expresión corporal y que esta base es fundamental para ese aprendizaje.

Tarea o reto:

Leer el texto completo de Gabriela Lima Chaparro proporcionado y preparar una pregunta o comentario para compartir en la próxima clase.

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica en la fase de inicio (preguntas iniciales), formativa durante el desarrollo (observación, participación y actividad práctica) y sumativa en el cierre (síntesis escrita y reflexión).

Criterios de evaluación:

- Capacidad para expresar ideas sobre la comunicación corporal (objetivo 1).
- Participación activa y correcta ejecución de movimientos básicos (objetivo 2).
- Identificación de técnicas y emociones en videos (objetivo 3).
- Colaboración y comunicación efectiva en actividad grupal (objetivo 4).
- Interés y compromiso con la lectura de textos especializados (objetivo 5).

Instrumentos sugeridos: Lista de cotejo para participación y movimientos, observación directa durante actividades prácticas, registro de respuestas escritas y notas de reflexión, autoevaluación sencilla sobre el compromiso de lectura.

Evidencias de aprendizaje: Respuestas orales y escritas en actividades iniciales y finales, desempeño corporal en actividad práctica grupal, notas y preguntas relacionadas con la lectura de Gabriela Lima Chaparro.