

“EXPRESIÓN CORPORAL”

TEMA 2:

EL CUERPO

Los elementos que determinan la Expresión Corporal:

Según Laban (1984), podemos definir los elementos que determinan la EC respondiendo a las siguientes preguntas:

¿Qué se mueve?

El **Cuerpo**.

¿Dónde se mueve?

En el **Espacio**.

¿Cuándo se mueve?

En el **Tiempo**.

¿Cómo se mueve?

Con una **Intensidad**

En los siguientes temas, trataremos de dar respuesta a estas preguntas.

EL CUERPO EN EL ESPACIO

Como sólido rígido (estado ideal).

- Ocupa un determinado volumen en el espacio, en principio invariable (Kinesfera).
- Tiene una determinada masa, que sufre la acción gravitatoria (Peso).
- Tiene una superficie de contacto con el suelo que le confiere una situación de equilibrio.



EL CUERPO COMO ELEMENTO ARTICULADO:

Se compone básicamente de:

- **Huesos**

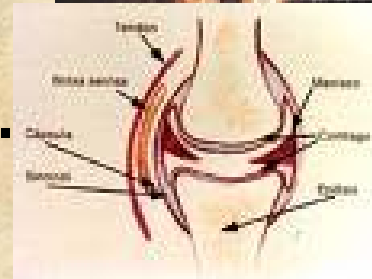
(Función estructural y de soporte).

- **Músculos**

(Dan movilidad a la estructura).

- **Articulaciones**

(delimitan los posibles movimientos).



EL CUERPO ARTICULADO:

- La ***cabeza***:

Capacidad expresiva facial:

- Frente: Ceño, cejas.
- Mirada: Párpados, pupilas.
- Boca: Pómulos, labios.

“ Es el órgano de percepción por excelencia”
(Motos, 1983: p. 57)

EL CUERPO ARTICULADO:

- El ***Tronco***:

Se compone de dos cavidades y una columna vertebral:

- Cavity torácica: “Centro de la personalidad”.
- Cavity abdominal: “Centro de Fuerza”, localización del centro de gravedad (cdg).
- Columna vertebral: múltiples articulación con poco grado de movilidad y vértebras muy cortas (formas curvas).

(Motos, 1983: pp. 58-60)

EL CUERPO ARTICULADO:

- **Miembros Inferiores** (MM. II.):

Función de desplazamiento y locomoción:

- Normalmente constituye la base de sustentación.
- Gran potencia muscular.
- Poca precisión en los movimientos.
- Pocas articulaciones (cadera, rodilla y tobillo) con largas palancas óseas (formas angulares).

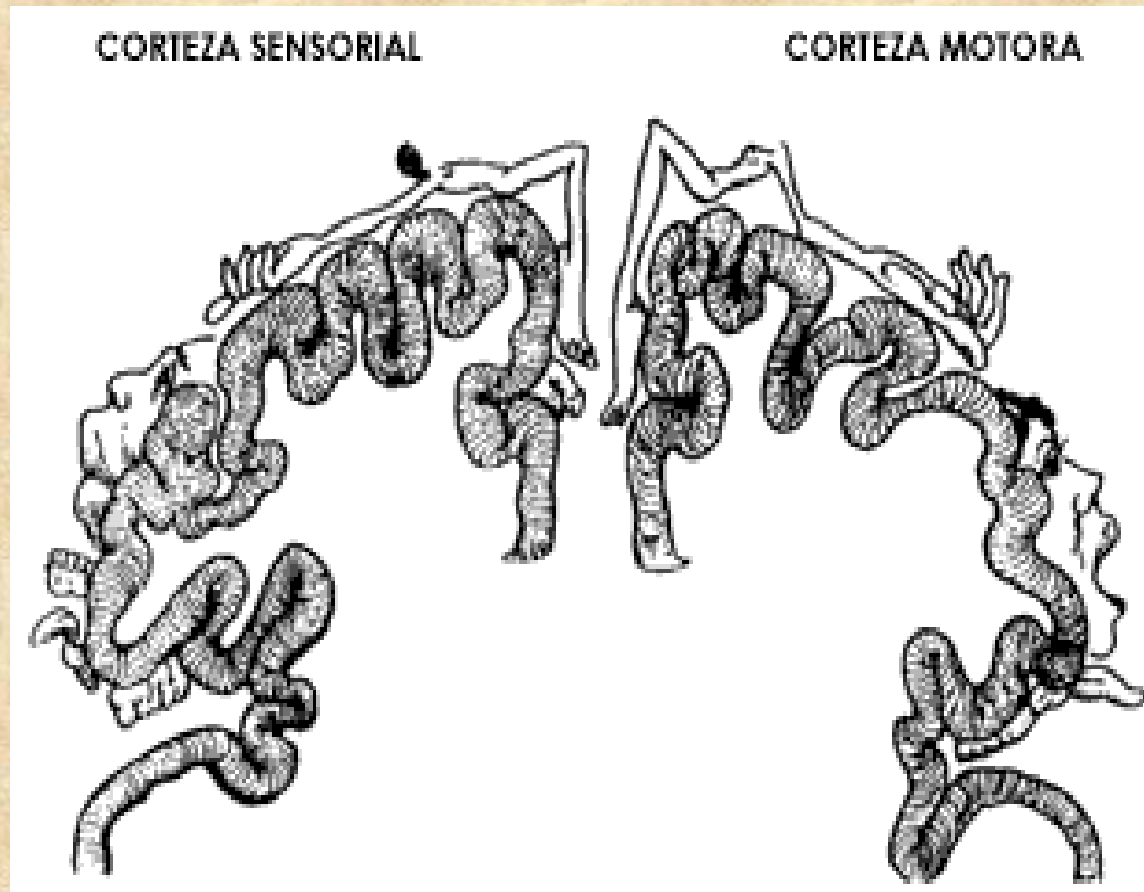
EL CUERPO ARTICULADO:

- ***Miembros superiores*** (MM. SS.):
Función de exploración y manipulación:
 - Quedan liberados por la bipedestación para la exploración y manipulación de objetos y entorno.
 - Poca potencia muscular.
 - Gran Precisión en los movimientos.
 - Gesticulación con origen manipulativo-descriptivo.
 - Al igual que MM. II. Posee pocas articulaciones con palancas largas (formas quebradas).

Los Homúnculos cerebrales

Definición: figura humana distorsionada dibujada para reflejar el espacio sensorial relativo que nuestras partes corporales representan en la corteza cerebral.

- Somatosensorial (cortex sensorial).
- Somatomotora (cortex motor).



LA CONCIENCIA CORPORAL

- Es la suma de Imagen y Esquema Corporal (Castañer, 2000, p.10).
- **Esquema corporal** (Objetivo): “Representación mental del cuerpo propio como estructura organizada” (Schinca, 2002, p.24).
Existen periodos de adaptación y periodos críticos de desajuste (pubertad, síndrome miembro fantasma).
 - Kinestésica: Percepción del movimiento propio.
- **Imagen corporal** (Subjetivo): visión emotiva del cuerpo propio. Importante para el desarrollo de la personalidad y la socialización.

BIBLIOGRAFÍA

- Castañer, M. (2000) Expresión corporal y Danza. Inde: Barcelona.
- Laban, R. V. (1978) Danza educativa Moderna. Paidós: Buenos Aires.
- Motos, T. (1983) Expresión corporal. Alhambra: Madrid.
- Pelegrín, A. (1996) “Expresión Corporal” en Personalización de la educación física (Coord. García Hoz, V.) Rialp: Madrid.
- Schinca, M. (2002) Expresión Corporal. Cisspraxis: Madrid.