

“EXPRESIÓN CORPORAL”

TEMA 4:

EL ESPACIO

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 el siguiente tema, trataremos de dar respuesta a esta pregunta.

EL ESPACIO OBJETIVO

Dimensiones espaciales:

- Largo, ancho y alto.
- El **Punto** como elemento “Adimensional”
- La **Línea**: sucesión de puntos en una misma dirección.
- El **Plano**: rotación de la línea sobre el punto.
- El **Espacio**: rotación del plano sobre la línea



TRAYECTORIAS Y ESPACIO:

- **Trayectoria Directa:** Cuando tenemos un objetivo o meta, seguimos una línea recta, sin variar la dirección espacial.
 - **Trayectoria Quebrada:** Cuando, siguiendo una trayectoria directa, se interpone algún obstáculo (real o no) o modificamos el objetivo.
- **Trayectoria Flexible:** Cuando no existe un objetivo definido (o bien tratamos de ocultarlo a los demás) seguimos líneas curvas, cambiando continuamente la dirección espacial.

NIVEL DE OCUPACIÓN ESPACIAL:

Zona del espacio en la cual se centra la acción:

- Absoluta: si me agacho o me subo en algo.
- Relativa: Si interacciono por debajo de caderas o por encima de hombros.



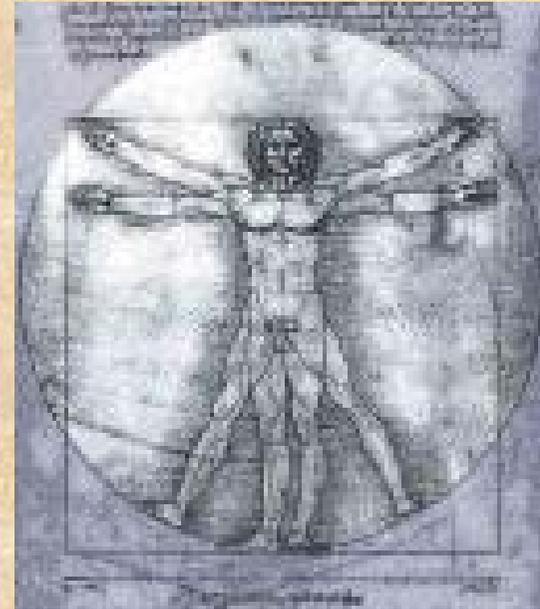
Niveles de ocupación espacial:

- **Alto**: Denota superioridad, autoconfianza, extraversión, dominio,...
- **Medio**: Sería el grado neutro, inexpresivo, cotidiano.
- **Bajo**: Denota inferioridad, sometimiento, introversión, falta de autoestima,...

EL ESPACIO SUBJETIVO

El espacio en el que podemos actuar.

- **Kinesfera:** “Es el espacio que rodea al cuerpo demarcado por el límite de movimiento corporal sin desplazamiento de este” (Schinca, 2002: 86)

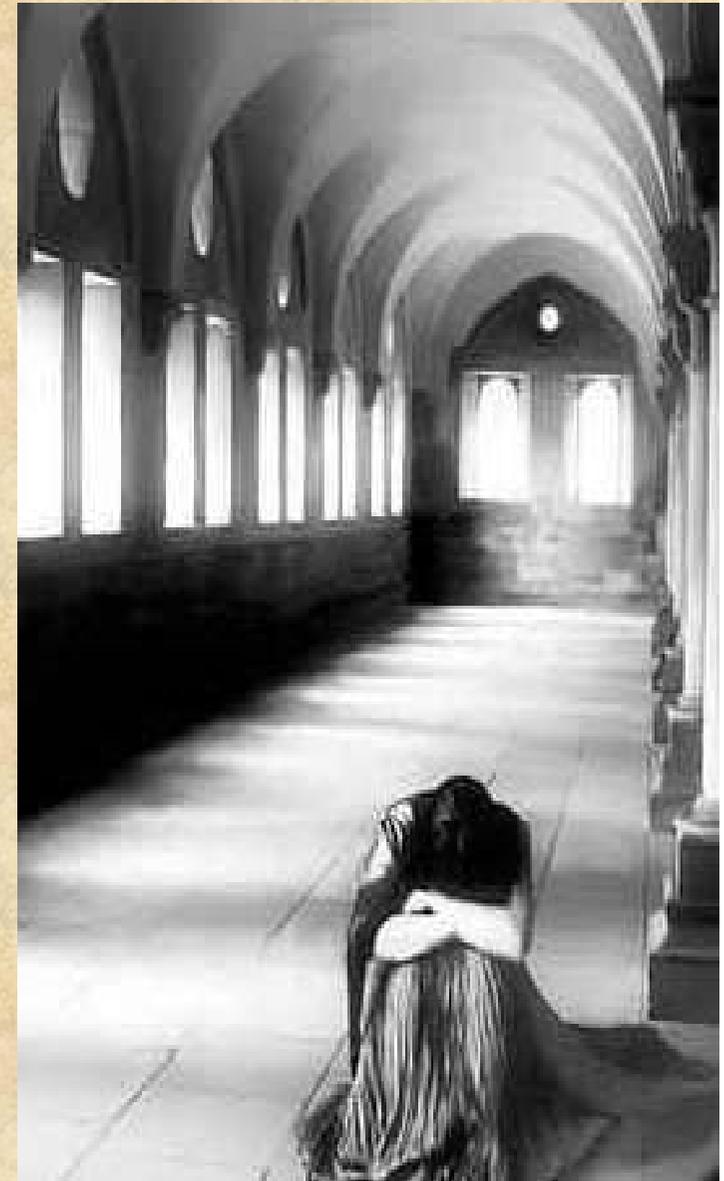


- **“Icosaedro de movimiento”:** Definido por Laban como la figura poliédrica resultante de unir los puntos más distales de contacto corporal según las direcciones espaciales.

EL ESPACIO SUBJETIVO:

OCUPACIÓN ESPACIAL Y ESPACIO VITAL:

En función de la amplitud de los movimientos, nuestro “***Espacio Vital***” puede reducirse (poca ocupación espacial) o llegar a los límites de la ***kinesfera***, e incluso sobrepasarlos a través de la “***Proyección***” (mirada o movimiento).



EL ESPACIO SUBJETIVO:

Proxemia:

Ciencia promovida por E. T. Hall y dedicada al estudio de la estructuración relacional que hace el ser humano de su espacio inmediato. Se distinguen cuatro distancias relacionales:

- **Distancia Íntima** (hasta 40 cm.): relación de alta afinidad, situación de pareja.
- **Distancia Personal** (de 40 a 100 cm.): relación de amistad, camaradería, confianza.
- **Distancia social** (1 a 2 m.): relación social, laboral, “profesional”.
- **Distancia Pública** (2 a 8 m.): relación con un colectivo de alumnos, con un auditorio, con espectadores de teatro,...

PROPUESTA DE TRABAJO

1. Establece, mediante ejemplos basados en la práctica deportiva, la utilización expresiva de diferentes trayectorias y ocupaciones espaciales.
2. Definir los planos y direcciones de los segmentos corporales en la ejecución de una técnica deportiva.

BIBLIOGRAFÍA

- **Birdwhistell, R. L. (1979): El lenguaje de la expresión corporal. Gustavo Gili. Barcelona.**
- **Castañer, M. (2000) Expresión corporal y Danza. Inde: Barcelona.**
- **Hall, E. T. (1989): El lenguaje silencioso. Alianza Editorial. Madrid.**
- **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.**