***Educación artística por el movimiento***

El instrumento pedagógico para desarrollar la dimensión expresiva del movimiento no es otro que la Expresión Corporal. Con su puesta en práctica se abren las puertas de un nuevo lenguaje que se obtiene a través del cuerpo, lugar de origen de la energía que crea el movimiento. Hay un cuerpo en movimiento que expresa mensajes de forma permanente mediante los gestos, las posturas, la mira- da, las posiciones cambiantes de su forma corporal. Desde el silencio a la acción, cualquier movimiento del cuerpo puede ser interpretado. La mayoría de las veces como una mecánica propia del hacer cotidiano. Pero en otros casos, el lenguaje del movimiento corporal busca deliberadamente la expresividad y la comunicación apoyándose en toda su capacidad creativa. El estudio de las posibilidades expresivas y comunicativas de ese lenguaje hará que nos interesemos por la expresión corporal del alumno, pues desde su conocimiento y manejo se nos abrirán las puertas a la creación y al conocimiento.

De manera general, podríamos decir que su metodología pretende ayudar a las personas a estar despiertas ante los estímulos que reciben, avivar sus sentidos y procesar las impresiones recibidas para que salgan al exterior como resultado de la expresión personal.

Expresión, de forma general, es todo lo que uno devuelve, porque [...] siempre hay algo propio en la devolución. Está el gesto, está el impulso, la carga afectiva (Hemsy de Gainza, 1978: 36).

Por eso, una parte fundamental de nuestro trabajo consiste en provocar la estimulación necesaria que ayude a mejorar la percepción general de cada persona en su singularidad. Se habla así de sensopercepción (Kalmar, 2005).

La percepción y restauración en plenitud de las sensaciones corporales es la uni- dad básica de la Expresión Corporal, pues profundiza sobre el esquema corporal, integra en sus actividades aportes de otras disciplinas afines que también valorizan la capacidad de concentrarse, profundizar la percepción, regular el tono muscular, armonizar los movimientos del cuerpo para crear y comunicarse más satisfactoria- mente (Stokoe, 1990: 47).

Esa ganancia de las capacidades perceptivas se ha de ver aumentada por el movimiento interno de la persona que, por medio de la práctica, va a ser capaz de generar imágenes mentales que nacen de sus propias vivencias. Conocerse a sí mismo para potenciar las herramientas de su creatividad no sólo resultará eficaz para su educación artística, sino que se podrá constituir en rasgo permanente de su personalidad5.

Aceptando la complejidad del ser humano, Susana Kesselman (Hemsy de Gainza y Kesselman, 2003) se inclina por tratar de comprender «una corporeidad abierta a perceptos (nuevas maneras de ver y escuchar), a afectos (nuevas maneras de sentir y experimentar) y a conceptos (nuevas maneras de pensar, de conocer)» (14).

Un trabajo concienzudo sobre esos factores perceptivos en los alumnos podría ser de gran aplicación en la superación de ciertos mecanismos automáticos de indolencia que generan una atención dispersa y que se definen como resistencias para el aprendizaje. En estos casos, el educador ha de reforzar esa primera fase de escucha, de atención activa y participativa

*Educación artística por el movimiento: la... (PDF Download Available)*. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/277269743_Educacion_artistica_por_el_movimiento_la_expresion_corporal_en_educacion_fisica?enrichId=rgreq-4c3ecbe2079fae0101ca89cc7c2dd64c-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI3NzI2OTc0MztBUzoyOTQ4ODM3MjMxMDQyNjBAMTQ0NzMxNzE2NzA2NA%3D%3D&el=1_x_3&_esc=publicationCoverPdf> [accessed Apr 22 2018].

Es por ello que un deporte espectáculo como la lucha libre ayuda mucho en el fortalecimiento y mejora de la expresión corporal, más aun cuando es consciente, ya que muchas veces nos expresamos de una manera inconsciente al simplemente estar parado frente a una situación , expresando con nuestro rostro o cuerpo que estamos con sueño, con energía, con flojera o pereza, algunas veces con algo de ansiedad, con temor, etc.

A través de la lucha libre debemos expresar con todos los rincones de nuestro cuerpo y organismo, ya que debemos expresar una parte de nosotros que esta muchas veces escondida o simplemente crear un “nuevo yo” o “personaje”, lo cual nos hace comenzar a experimentar sensaciones distintas, movimientos distintos que muchas veces no están en su totalidad dentro de uno como persona. En el video que se verá en este capítulo en el curso, se realizara una pequeña introducción a la expresión corporal y desarrollo de un personaje.