

# LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA DISCAPACIDAD COGNITIVA

Miriam García, Valentín Panojo, Ariel Villagra  
(Universidad Autónoma de Madrid-Facultad Profesorado Santa María)

## 1. INTRODUCCIÓN

Puede que resulte extraño vincular Expresión Corporal (EC) y discapacidad, aunque esperamos que al final de nuestra exposición todos pensemos que debería ser lo contrario, ya que precisamente muchas de las características y necesidades de los discapacitados cognitivos podrían ser desarrolladas con mejores resultados desde y con la E.C.

En este documento pretendemos abrir un camino directo a ese trabajo, utilizando la E.C. como un medio para conseguir a través de ella objetivos relacionados con las necesidades de nuestros alumnos y, como un fin en sí mismo, buscando el desarrollo y mejora de la comunicación no verbal y verbal, la expresividad corporal y la exteriorización de sentimientos.

Pero no nos basaremos exclusivamente en los posibles objetivos a conseguir con la E.C., sino en la forma de llevar a cabo esas sesiones.

Antes de continuar el desarrollo del tema propiamente dicho, vamos a centrar nuestro concepto, basada en autores como Vayer, Dobbeleare (1965) y Motos (1983), de la E.C. como «el proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra personalidad a través del cuerpo, es la utilización del cuerpo para expresar y comunicar». La relación que vincula E.C. y discapacidad precisamente es la potencialidad creadora y expresiva que todos poseemos, y en ciertas circunstancias no mostramos, esta es la dificultad que encuentran ciertos discapacitados y que con esta propuesta intentamos mejorar entre otras cosas.

Después de este inciso. Retomamos el trabajo propiamente dicho, que va constar de cuatro áreas claramente diferenciadas. El primero basado en la introducción de los términos discapacidad y E.C. y su relación. A continuación contextualizaremos esa propuesta de E.C. al grupo concreto señalando aspectos importantes, tanto del grupo como de mi propia experiencia en E.C.; concretando más hablaremos de la planificación necesaria para desarrollar esta actividad, aspectos a tener en cuenta como aprendizajes anteriores, predisposición para la sesión, recursos que se pueden utilizar como medio para introducir la sesión, la metodología que nos planteamos, basada en los principios metodológicos de la E.C.: y a la vez muy condicionada por las características del grupo.

Por último la presentación de la propuesta práctica, poniendo especial interés en el guión de la sesión, y de los recursos utilizados para alcanzar los objetivos marcados.

Para concluir y como aportación al ámbito de la discapacidad debemos empezar a utilizar o seguir utilizando la E.C. como medio de desarrollo integral, en personas discapacitadas o no, y como un fin sumamente gratificante en sí mismo.

## 2. ESTADO DE LA CUESTIÓN

El desarrollo del trabajo va encaminado al ámbito educativo, desde una perspectiva formal así como desde el lado informal de la educación, por lo tanto tenemos que darle esa contextualización educativa, como la planificación del programa, partiendo de las experiencias que durante años hemos tenido con este colectivo de personas y estas actividades, aunque no desde una formación y fundamentación teórica, rigor que trataremos de dar a este trabajo.

En cualquier tratamiento de un tema debemos saber quien somos, de dónde venimos y hacia donde vamos. En este orden trataremos el desarrollo del trabajo, al tratarse de un proyecto práctico la contextualización del tema es necesaria aunque es evidente que nos apoyaremos en la bibliografía existente para determinar algunas de las características del colectivo al que va dirigido.

Desde un punto de vista médica, social y/ o educativa el grupo de alumnos al que va dirigido el programa sufren «discapacidad mental», este tipo de discapacidad no podemos centrarla en una disfunción en el ámbito cognitivo basándonos en su coeficiente intelectual exclusivamente, para lo que la Asociación Americana sobre Retraso Mental (A.A.M.R.) en su manual de 1992 del IMSERSO propone « un nuevo concepto de Retraso Mental que ahonda en el reconocimiento de la importancia del entorno en el funcionamiento de una persona con unas determinadas limitaciones en sus capacidades». La aclaración que ofrecen la A.A.R.M. es muy importante para marcarnos los objetivos a cumplir en el tema, cuales son las necesidades de nuestros alumnos pues esas necesidades marcarán nuestros principales objetivos.

Para comenzar la A.A.M.R., considera que el retraso mental no está en la persona ni en el entorno, sino que es la resultante de las capacidades de la persona en el entorno en que desarrolla su existencia, este será el primer objetivo que nos

marcamos el entorno que vamos a propiciar en las sesiones de Expresión corporal perseguirán el desarrollo de un entorno adecuado para que cada uno se desarrolle dentro de sus capacidades.

Además de estas características según A.A.M.R. y Shalock, 1996 en A.A.M.R. presentan que el retraso mental se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media, que coexiste junto a limitaciones en 2 o más de las siguientes áreas de habilidades de adaptación, áreas que debemos potenciar desde cualquier actividad que realicemos con estas personas.

1. Bienestar emocional.	5. Bienestar física.
2. Relaciones interpersonales.	6. Autodeterminación.
3. Bienestar material.	7. Inclusión social.
4. Desarrollo Personal.	8. Derechos.

En la contextualización de las características concretas de nuestro grupo además de la falta de algunas de las habilidades de adaptación, como cualquier grupo de alumnos tienen unas características generales que van a determinar el desarrollo de la programación, como (1):

- Dificultades en la expresión oral y en la comprensión.
- Baja atención.
- Retraso en el desarrollo psicomotor. Coordinación lenta y equilibrio bajo.
- Campo perceptivo y sensitivo limitado.
- Marcha pesada e irregular.
- En algunos casos presentan demasiada desinhibición y en otros excesivos retraimiento.
- Falta de comunicación entre iguales.

Algunas características más significativas de los alumnos con necesidades de aprendizaje diferentes son:

*Alumna con Parálisis Cerebral*, que tiene una hemiplejía en lado derecho, por lo que la marcha y ejecución de movimientos se ve gravemente afectada, su nivel cognitivo es muy alto en comparación con sus compañeros.

*Alumno con Síndrome Down* y una *discapacidad auditiva*, no conoce el lenguaje de signos y la comunicación con él es muy complicada, aunque es capaz de adaptarse a todas las situaciones mediante la imitación, necesita atención especial a la hora de transmitirle la información.

Después de detallar el contexto en el cual vamos a realizar la sesión, vamos a determinar brevemente el contenido del proyecto. Esta U.D. se denominó «Ritmo, Comunicación y Expresión», basada en la Expresión corporal. Se perseguirá el conocimiento del cuerpo, como instrumento de exploración del entorno y expresión (lenguaje corporal).

Las características metodológicas de la E.C. persigue que sean natural y necesario, global y centrífugo. Esta necesidad se manifiesta como:

- Necesidad de evidenciar la personalidad y proyectarla.
- Necesidad de descargar energías y tensiones acumuladas.
- Necesidad de obtener un equilibrio interior y exterior.
- Necesidad de interacción comunicativa.
- Necesidad de creatividad.
- Factores que determinan el hecho educativo:
  - «Sensación»: Agrupa a todos aquellos estímulos externos e internos que apreciamos a través de los sentidos.
  - «Percepción»: Es la interpretación personal que realizamos a partir de la información suministrada por los sentidos.

Aunque los contenidos aquí mostrados son muy ambiciosos y teniendo presente que lo que queremos conseguir es a largo plazo todos estos aspectos debemos tenerlos en cuenta, para la puesta en marcha de las sesiones de E.C.

## CONCEPTOS

- Nociones básicas de estructuración, organización y orientación en el espacio y el tiempo.
- Conocimiento del movimiento del propio cuerpo (global y segmentario), en relación con el espacio y el tiempo.
- La comunicación verbal y no verbal, conocimiento y expresión.

## PROCEDIMIENTOS

- Experimentación y exploración de las capacidades perceptivo-motrices.
- Percepción y estructuración espacial.
- Percepción y estructuración temporal.
- Utilización del movimiento como elemento de comunicación.
- Ritmo y expresión en los movimientos tanto globales como segmentarios

## ACTITUDES

- Autonomía y confianza en las propias habilidades psicomotrices en situación de juego.

Interés por aumentar la competencia y habilidad perceptivo-motriz, sobre la base de la propia superación y de la apreciación de las propias posibilidades y limitaciones.

Hasta este momento hemos descrito la base de la Expresión corporal los objetivos y contenidos planteados, y para continuar y teniendo presente que dentro del trabajo es uno de los puntos más significativos vamos a describir los principios metodológicos utilizados, así como el papel del profesor y de los alumnos.

#### *Enfoque Metodológico.*

##### *Organización del grupo:*

En un primer momento el grupo realizara un trabajo individual, posteriormente se buscara una organización por parejas, grupos pequeños o gran grupo para favorecer la socialización.

##### *Principios metodológicos:*

Basándonos en un enfoque constructivista, seguiremos estos principios.

Partir del nivel de desarrollo del alumno (conocer las capacidades evolutivas del grupo de edad y saber los conocimientos previos de los alumnos).

Fomentar la construcción de aprendizajes significativos.

Fomentar los aprendizajes funcionales.

Fomentar la capacidad de aprender a aprender.

Fomentar la actividad física y mental del alumno.

Dotar a la enseñanza de carácter lúdico.

Fomentar la colaboración entre iguales.

Favorecer la transferencia de los aprendizajes a través de un enfoque globalizador.

##### *Estilos de enseñanza:*

Basándonos en los estilos de enseñanza descritos por Mosston, vamos a utilizar distintos dependiendo de la actividad, los objetivos, contenidos, participantes, etc.

En un primer momento las tareas se realizaran mediante Instrucción Directa, para poder dar al alumnado un bagaje motor que facilite los aprendizajes posteriores.

Las técnicas empleadas en este Estilo de Enseñanza serán «Mando directo» y «la asignación de tareas», en actividades que sean por parejas y siempre que los alumnos dispongan de la experiencia suficiente para desenvolverse.

En un segundo momento e influenciado por las variantes que antes hemos descrito utilizaremos la enseñanza mediante la búsqueda, probablemente este sea el estilo más utilizado en las sesiones de Expresión corporal donde lo que se prime sea la creatividad del alumnado, pero debido a las características de nuestro alumnado debemos comenzar acotando el campo de actuación de ellos para posteriormente conseguir su autonomía y confianza.

Como todo estilo de enseñanza esta basado en unas técnicas de enseñanza, de las cuales utilizaremos en mayor o menor medida, la «resolución de problemas» y «descubrimiento guiado».

##### *Papel del profesor:*

Dependiendo del estilo de enseñanza el profesor va a adoptar un papel más importante o no. Así en unas primeras sesiones, dependerá de la progresión de los alumnos, el profesor será el conductor de las sesiones, dando todas las premisas necesarias para la realización de las actividades e incluso participando de ellas, para de esta manera motivar al alumnado. A medida que los alumnos gana más confianza y se sienten seguros de su capacidad para realizar lo que se le plantee este papel ira cambiando hasta llegar a:

El profesor se encargara de iniciar el proceso y reorientar a los chicos en caso de que se pierdan en algún momento. Realizara un papel más de dinamizador.

Además de estas funciones debe tener en cuenta una serie de adaptaciones pedagógicas para el trabajo con ACNEE, dependiendo de sus características personales:

- Apoyo verbal: tipo de palabras empleadas, su número y elección, explicaciones concretas y breves; atraerles la atención sobre las fases importantes del gesto.
- Apoyo visual: demostración previa del movimiento, utilización simultanea de varios estímulos (colores y ritmos), etc.
- Apoyo manual: situar al niño en la posición ideal para el movimiento, conducirlo por el espacio, etc.
- Utilización de material que permita la creatividad.
- División del movimiento en secuencias: trabajar por secuencias en aquellos casos en que el niño está limitado en la organización de las informaciones.
- Eliminar las fuentes de distracción.
- Utilizar un ritual.
- Variación permanente de la organización grupal.

##### *Papel del Alumno:*

Inversamente que el profesor, los alumnos pasarán de un papel pasivo a uno activo, serán los protagonistas de las sesiones, con un alto grado de independencia, independencia que es buscada desde el primer momento por el docente.

Según transcurren las sesiones se van produciendo una cadena de acontecimientos que van a provocar esta independencia: la originalidad lleva al éxito, éste a la confianza en si mismo, que a su vez produce motivación, la cual es le auténtico motor de cualquier actividad humana, provocando una autonomía personal.

Según los estilos de enseñanza que utilizaremos los alumnos tendrán una mayor o menor responsabilidad en las sesiones, así en las actividades que se rijan por un mando directo, el alumno solo debe seguir las instrucciones del profesor, en asignación de tareas ya deben tomar pequeñas decisiones como cuando empezar o terminar, así en los estilos de enseñanza mediante la búsqueda es el propio alumno el que decide casi todos los caminos a coger, en un caso con premisas que el profesor le va facilitando, teniendo en cuenta el nivel cognitivo de los alumnos y en otro ellos se procuran todo.

Después de el desarrollo del tema y sin encontrar referencias a otros trabajos referidos a los mismos planteamientos, solo cabe decir que la rapidez con que se ven los avances utilizando la E.C. en alumnos con discapacidad cognitiva es sorprendente, todo lo que hasta ahora esta descrito se basa en la práctica realizada con estos alumnos, el papel del profesor, los contenidos a desarrollar el material de apoyo son elementos esenciales para el trabajo con alumnos con discapacidad.

### 3. DEBATE Y REFLEXIÓN

Tras la exposición de los distintos motivos que nos han llevado a trabajar este tema y sin duda a seguir investigando y mejorando la calidad de la enseñanza en el ámbito que nos compete, solo nos queda decir que para nosotros ha sido una experiencia ante todo gratificante. Gratificante en cuanto a la satisfacción de realizar un trabajo competente y dentro de las expectativas que los alumnos tenían de las sesiones, y ya no solo los alumnos sino también la satisfacción personal de abrir una brecha hacia el buen trabajo de Expresión Corporal desde unos objetivos realistas que todo profesional de la educación física tienen a su alcance.

Solo nos cabe decir que esperamos poder observar una línea de trabajo no solo de las personas a las que nos gusta la Educación Física sino de todos aquellos que creen en el movimiento como herramienta para la formación y desarrollo integral de todas las personas.

Por supuesto a la hora de llevar a cabo el trabajo nos hemos encontrado con dificultades de comprensión de contenidos, problemas con la transmisión de información pero también con la sorpresa de conductas, exteriorización de sentimientos así como el desarrollo de confianza con el profesor y los compañeros.

### 4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- IMSERSO. Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la discapacidad y de la Salud. (CIF). Noviembre 2002, Madrid. Ed. IMSERSO.
- Olayo Martínez, J.M. (1999): El Alumnado con Discapacidad. Juegos y deportes específicos (I). MEC. Madrid.
- Toro Bueno, S. Y Zarco Resa, J.A. (1998): Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales. Aljibe. Málaga.
- Escribá, A. Y col. (1999): Psicomotricidad. Fundamentos teóricos aplicables en la práctica. Gymnos. Madrid.
- Fernández García, E. y Col. (2002): Didáctica de la Educación Física en la Educación Primaria. Síntesis. Madrid.
- Hernández, V. Y Rodríguez, P. (1996): Expresión Corporal con Adolescentes. CCS. Madrid. <http://ericec.org>
- Paula Prime, D. (2003): Estigma, Arte y Creatividad. La restitución de la identidad. Relato de una experiencia de creación e interpretación teatral con adolescentes con Retraso Mental.