

Con el cuerpo en la puerta del salón de clase

Cuerpo cuidado – Infancia feliz

Nelly Ruocco | Profesora de Educación Física. Montevideo.

Cuando un niño cumple con su primera etapa de escolarización y deja el jardín, entra al primer año escolar y automáticamente podemos decir que su cuerpo queda en la puerta; esa realidad vibrante que es su ser y estar en la escuela y en el mundo, esa corporeidad que le proporcionó tantas instancias de conocimiento, que fue tan estimulada en los años anteriores, comienza su etapa de silencio. A partir de entonces se las tendrá que arreglar para permanecer cada vez más callado y más quieto.

Al llegar a 1er año colocamos un freno sutil vestido de moña azul en la garganta y un cinturón en la túnica, estableciendo, sin querer, lo de arriba y lo de abajo del cuerpo infantil. Damos libertad al arriba, dejando el resto escondido debajo de la mesa, durante demasiado tiempo. Esta realidad que menciono, tal vez con exageración, fue seguramente buena y necesaria en el pasado; pero hoy, con todo el conocimiento que existe sobre la corporeidad infantil y su implicancia en los procesos de enseñanza-aprendizaje, tenemos que encontrar nuevas alternativas. Quienes desde hace largos años trabajamos en esta dirección, en pos de la jerarquización del cuerpo, celebramos la posibilidad de renovación y de que su inclusión sea considerada en la vida escolar.

Ahora es necesario definir acerca de cómo se hacen los cambios, con qué objetivos y cuáles son los medios adecuados para realizarlos.

En una actividad tan empírica como la corporal, las palabras no bastan. No sería extraño que aun compartiendo verbalmente un concepto, al llevarlo a la práctica aparezcan cuestionables diferencias entre la palabra y la acción.

Por ello hemos procurado ser coherentes en la realización de nuestro plan de trabajo. Consideramos la relación entre el pensar, el hacer y el

sentir de forma tal que, como en una cinta sin fin, la acción promueva la reflexión, a ella le siga la acción, y así sucesivamente, con la orientación de un eje conceptual filosófico, ético y político que da sentido al quehacer cotidiano.

Hoy son muchas las propuestas de movimiento corporal que intentan formar parte del programa escolar, pero si bien podemos admitir que “todos los caminos conducen a Roma”, en estos tiempos en que la oferta es tan variada y de muy heterogéneos orígenes, debemos observar con atención cómo se transitan esos caminos y cómo llegan los caminantes a Roma.

Es así que para abordar la corporeidad infantil en la escuela, proponemos la Expresión Corporal en el marco de la Educación por el Arte, con un planteo integrador que se desarrolla en la dinámica del aula-taller. No excluimos otras expresiones del movimiento corporal, como las atlético-deportivas o gimnásticas, y respetamos las especificidades.

Nuestra acción tiene su origen en una vincularidad creativa y no responde a ninguna estructura rígida ni verticalista; por el contrario, nos relacionamos en la horizontalidad del diálogo. Lo esencial es que, en la escuela, el cuerpo sea considerado en términos de comunicación, creatividad, respeto y salud.

Por otra parte sabemos que para concretar eficazmente una propuesta de movimiento corporal y arte, necesitamos de una institución escolar y de un cuerpo docente que compartan la urgente necesidad de recibir a la infancia tal y como ella es. Debemos reconocer y aceptar a ese cuerpo-niño con su necesidad de moverse, jugar y aprender, desde la jardinera al sexto año, y seleccionar actividades adecuadas a sus intereses y posibilidades.

La realidad nos señala que los esfuerzos aislados pueden dar buenos resultados, pero terminan siendo limitados. Se corre el riesgo de que emprendimientos valiosos se pierdan en poco tiempo, por falta del aliento comunitario.

Expresión Corporal y Educación por el Arte

Consideraciones generales

La expresión corporal es la manifestación de la vida del cuerpo que, asumida como educación artística, constituye un espacio de *creatividad y salud integral*, en tanto que activa los aspectos psíquicos, físicos, emocionales y espirituales de quienes la realizan.

La actividad se centra en el movimiento corporal y comporta la posibilidad de ser *cuestionadora y transformadora* de actitudes individuales y grupales. Esta disciplina, entonces, se nos presenta como una herramienta de cambio social, un espacio de *superación personal*, donde se acrecienta el *conocimiento de uno mismo* y de los demás. Las situaciones que se viven, comprometen la totalidad del ser. Su metodología incorpora una evaluación que permite la *reflexión* de lo experimentado; es así como, en el cierre de cada encuentro, desde los más pequeños hasta los adultos, vierten sus opiniones personales que enriquecen la elaboración de conceptos grupales de *convivencia*.

El movimiento corporal promueve la *comunicación* interpersonal. Una de las exigencias que de inmediato se plantean está referida a la captación y consideración del tiempo del otro (que es diferente al mío) y requerirá de la *tolerancia*, la *comprensión*, el *buen humor* y la *simpatía* de los involucrados, como una pauta vívida de lo que significa convivir con la diferencia y encontrar una respuesta adecuada.

La *dimensión artística* en la expresión corporal comienza a desplegarse, atendiendo la ejercitación y el cuidado de los sentidos, con el objetivo de ampliar el *campo perceptivo*. Así se gesta una mirada nueva hacia el espacio y el tiempo, hacia las líneas, las formas, la luz, el color, la música y los gestos con sus intenciones y matices. Un campo perceptivo que también se enriquece en el devenir de los encuentros, con la estimulación de la *creatividad* y el movimiento.

La Educación por el Arte está incluida en las técnicas expresivas.

En su metodología encontramos instancias de concentración, interiorización y sensibilización, a las que todo niño tiene derecho; nos parece que es ahí donde la autoestima encuentra un anclaje.

Transitando los caminos de las expresiones, en la escuela tenemos la posibilidad de despertar inquietudes artísticas, promoviendo producciones estimulantes de la imaginación creadora y la comunicación constructiva. Toda la escuela llega a conmoverse cuando, frente a la posibilidad de una representación, ella se llena de sugerencias, proyectos y colores nuevos. En estas instancias se aprende y se enseña a *respetar* espacios y a adoptar actitudes diferentes, según corresponda ser actor o espectador.

Sabido es que no todos serán artistas, pero todos serán espectadores, aun los artistas. Unos sin los otros no existen. Tenemos que preparar a ambos para el disfrute de las manifestaciones del arte.

Es necesario que el docente esté preparado específicamente para la tarea que implica la ineludible vivencia previa a cualquier planteo grupal. Es el coordinador quien incentiva, da paso, frena o encauza el encuentro.

Nuestro enfoque plantea una atención responsable y respetuosa de la corporeidad infantil. Nuestra utopía nos lleva a creer que la metodología empleada para trabajar el reconocimiento corporal en el niño dará a la adolescencia y a la juventud, elementos para valorarse a sí mismos y optar siempre por una mejor forma de vida.

Recordemos que al principio de la nota se menciona el concepto de salud, que constituye un objetivo muy importante a consolidar en pos del logro de una *conciencia de salud responsable*. Es necesario el conocimiento del cuerpo para aceptarlo y quererlo.

Al centrar nuestra atención en el cuerpo, no podemos dejar de pensar en el grave problema de la drogadicción, de los embarazos adolescentes y hasta de la violencia doméstica, porque vemos que en las tres situaciones hay un cuerpo comprometido que, de alguna manera, fue desvalorizado. Por supuesto que no creemos que sea la solución definitiva, pero es un camino y un aporte necesario.

En el desarrollo de esta presentación hemos empleado términos que fueron destacados con la intención de que sean especialmente considerados, porque ellos forman parte de la esencia de la Expresión Corporal, tal como la concebimos

en el marco de la Educación General y, en particular, de la Educación por el Arte.

Todo lo expuesto surge bajo la óptica del adulto, pero los niños, ¿cómo reciben esta disciplina? Bastará con observar sus reacciones en un encuentro. La excitación, la velocidad para sacarse las túnicas y las moñas, las risas, la gritería previa, el torrente de palabras que cuesta encauzar, las espaldas en tensión de expectativa y disponibilidad, ratificadas con una gran sonrisa y ojos chispeantes, nos dan la respuesta. Una respuesta significativa.

Para llevar a la práctica nuestros propósitos, nos valemos de:

- ▶ reconocimiento corporal
- ▶ percepción espacio-temporal
- ▶ técnicas de respiración y relajación
- ▶ música y movimiento.

Los cuatro ítems se vivencian en clave lúdica, atendándose tres pilares esenciales:

- cuerpo – movimiento
- cuerpo – comunicación
- cuerpo – creatividad.

La maestra detective

Al plantearnos una situación de enseñanza-aprendizaje, estamos señalando una díada en la que ambas partes juegan un rol igualmente activo. En el marco de la Educación por el Arte, la maestra, estando atenta a situaciones significativas, tratará de entrenar la mirada y detectar cualquier circunstancia cotidiana que resulte motivadora, tanto para alcanzar sus objetivos como para captar el interés de sus alumnos.

Relato de una experiencia (2º año)

La escuela estaba tranquila; los niños, con sus respectivas maestras, trabajaban en los salones. La mañana primaveral entraba por los ventanales con todo su luminoso esplendor.

Pero algo interrumpió las tareas.

–Silencio, miren, miren, dijo la maestra...

Ante sus ojos, los niños vieron aparecer un gato que lenta y sigilosamente cruzaba el patio con cautela. Todos los observadores pudieron ver cómo su mirada se fijaba en los gorriones que tomaban agua y se bañaban en un charco que la noche anterior les regalara la lluvia.

–¿Qué hace?, preguntó Juan.

–¡Shhh!... está por cazar un pájaro.

–¡Ay! ¿Se lo va a comer?, preguntó Mariana.

–No creo que pueda...

–Miren cómo se mueve y va chatito contra el piso.

De pronto, una puerta que se golpea, pájaros que vuelan; el gato salta sorprendido en su fallido intento y sale corriendo. La maestra entonces pregunta:

–¿De dónde piensan ustedes que habrá venido ese gato?

–¿Quién se acuerda del color de su pelo?

–Si el gato es de la vecina, ella es responsable de él. Todos somos responsables de los animales que tenemos en casa.

–¿Qué es ser responsable?...

Luego de la observación y una vez recabadas las informaciones, llega el momento de la imaginación creadora. En esta ocasión, la maestra comienza a escribir en el pizarrón.

Había una vez un gato... y así nace una historia, que todos van develando con aportes personales.

Luego del trabajo grupal, la breve historia queda pronta.

–Muy bien, ahora corramos los bancos, dijo la maestra.

En el espacio creado se sientan, formando un círculo, un rectángulo, un cuadrado, que facilitará organizar la participación y el movimiento posterior.

En la escuela conseguimos una alfombra rectangular, que nos daba la posibilidad de sentarnos, pararnos, saltar en los lados “cortos” y “largos” o jugar con más nociones espaciales, considerando la superficie, el adentro y el afuera, etc.

Además, ella era nuestra alfombra mágica.

Una vez que se hubieron colocado en el centro, la maestra les pregunta a los niños que estaban en el lado corto de la alfombra, más cercano al pizarrón:

–¿Ustedes se animan a moverse como el gato?...

Así comienza la aventura de corporizar una historia.

A continuación sugerimos una posibilidad de continuar motivando el movimiento corporal.

Podemos considerar que el accionar del gato tuvo tres momentos. El sigilo del comienzo, cuando los movimientos eran largos y lentos, el salto de sorpresa y la carrerita de huida. Estas tres instancias tienen ritmos diferentes, ellos pueden ser rescatados con palmas, palitos, toc toc o cualquier instrumento de que se disponga, teniendo en cuenta que la calidad del sonido se adecue a la calidad del movimiento. Muchas veces, la voz y la sonoridad de la boca constituyen un excelente y seguro complemento. Pero también hay diferencias en el contenido del movimiento, que deberá manifestarse en expresiones adecuadas, ya que no será igual la actitud corporal que se adopte en la expectativa del comienzo, que la gestualidad de la sorpresa en el salto, o el susto en la huida.

Promoviendo la expresión por el lenguaje a partir de la situación observada en el patio, y habiendo transitado por la expresión corporal, estamos atendiendo puntualmente alguno de nuestros objetivos, como la calidad del movimiento que se evidencia en los cambios del tono muscular durante las tres etapas del desplazamiento, y la noción de tiempo; el relato nos motiva al movimiento lento, como el gato en acecho, y rápido como se lo vio en la huida.

Reiteramos que luego de la observación y la información damos paso, una vez más, a la imaginación creadora, que es la llave del rico universo de las expresiones.

El relato así obtenido puede ser dramatizado y algunos personajes hablarán, y otros bailarán con música adecuada, o cantarán, brindándose a un objetivo común que no debiera pasar desapercibido.

Es ahora cuando el abanico de posibilidades se abre generosamente y podemos vivenciar que hay un lugar para cada uno de nosotros, si aprendemos a trabajar en grupo, compartiéndonos con alegría.

Los personajes con mayor o menor presencia en un cuento pueden ser un problema a la hora de organizar una representación. Todas las niñas querrán ser princesas; y muchos niños, los caballeros valientes. Nosotros, en estas situaciones, hacemos participar a todos en una primera instancia y planteamos la siguiente pregunta: ¿cómo caminará la princesa? Y, ¿cómo bailará?; ¿cómo moverá su capa el



caballero valiente? Y así, con cualquier personaje, esperando la respuesta de todos, facilitando la experimentación y, si fuera necesario, haciendo cambio de roles.

Generalmente, los grupos son numerosos, y aparece un inconveniente, de los muchos que vale la pena superar. Dividir el grupo en subgrupos pequeños puede resultar un buen recurso. Cada niño debe tener, siempre, su oportunidad de participar y el docente recordará que no hay juicios de valor manifiestos frente al trabajo. Cuando vemos el movimiento de los niños, partimos de la premisa de que todos lo hacen bien, sin ignorar que todos pueden hacerlo mejor. En estos asuntos debemos tener cuidado de no estimular tontas vanidades.

Así como pusimos atención al gato que cruzó el patio de la escuela, otro día podemos ver un pájaro o una mariposa. ¿Cómo se mueven?, ¿porqué se mueven?, ¿qué hacen?..., adecuándonos siempre a la edad e interés del grupo.

Los temas pueden estar vinculados también a la Historia, la Geografía o cualquier otra materia.

Es de esperar que, al finalizar el ciclo escolar, los alumnos sepan saborear el placer de bailar, cantar, crear en alegría y libertad, porque acceder a las manifestaciones artísticas a través de las vivencias expresivas, encauzadas con criterio pedagógico, genera una actitud vital y estimula un buen funcionamiento orgánico, que redundará en el objetivo antes mencionado de “salud integral” y hará camino a una mejor calidad de vida. ☺