

ESQUEMA CORPORAL
IMAGEN CORPORAL
LENGUAJE CORPORAL



ESQUEMA CORPORAL

Es el conocimiento y la relación mental que la persona tiene de su propio cuerpo. El desarrollo de esta área permite que los niños se identifiquen con su propio cuerpo, que se expresen a través de él, que lo utilicen como medio de contacto, sirviendo como base para el desarrollo de otras áreas y el aprendizaje de nociones como adelante-atrás, adentro-afuera, arriba-abajo ya que

e rpo.



- El cuerpo es el primer medio de relación que tenemos con el mundo que nos rodea; por ello, cuanto mejor lo conozcamos mejor podremos desenvolvernos en él.

- El niño debe conocer donde está la frente, boca, labios,



Etapas del esquema corporal

Primera etapa: Del nacimiento a los dos años (Periodo maternal)

- Empiezan a enderezar y mover la cabeza.
- Enderezan a continuación el tronco.
- Llegan a la posición sentado con el apoyo primero y luego sin apoyo.
- La individualización y el uso de los miembros los llevan progresivamente a la reptación y luego el gateo.
- El uso de los miembros le permite la fuerza muscular y el control del equilibrio, esto a su vez le permite:
- El equilibrio y posición de pie con ayuda y luego sin ella. La marcha.

Segunda etapa: De los dos a los cinco años

- A través de la acción, se hace cada vez más precisa.
- La motricidad y la cinestesia (sensación por el cual se percibe el movimiento muscular, posición de nuestros miembros) permiten al niño el conocimiento y la utilización cada vez más precisa de su cuerpo entero.
- La relación con el adulto es siempre un factor esencial de esta evolución que permite al niño desprenderse del mundo exterior y reconocerse como un individuo autónomo.

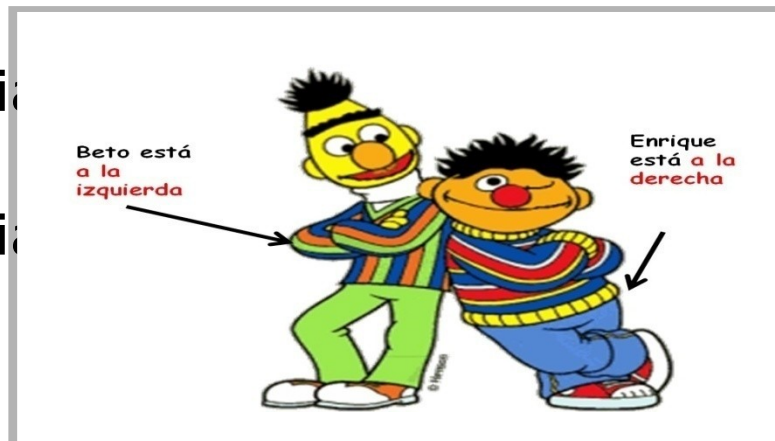
Tercera etapa: De los cinco a los siete años (Periodo de transición)

- El desarrollo de las posibilidades del control muscular y el control respiratorio.
- La afirmación definitiva de la lateralidad (predominio de uno de los lados de nuestro cuerpo).
- El conocimiento de la derecha y la izquierda.
- La independencia de los brazos con relación al cuerpo.

Cuarta etapa: De los siete a los once-doce años (elaboración definitiva del esquema corporal)

- Gracias a que el niño toma conciencia de las diversas partes del cuerpo y el control del movimiento se desarrolla:

- La independencia del brazo con relación al tronco.
- La independencia del brazo con relación al cuerpo.



- La independencia del brazo con relación al cuerpo.
- La independencia del brazo con relación a la izquierda.

Batería de actividades

Localizar las partes del cuerpo

- Tocar con una mano las partes del cuerpo que el profesor vaya tocando en su propio cuerpo.

conceptos espaciales al propio cuerpo, al de otro, en una imagen y

- Jugar a decir cosas que están dentro del cuerpo (lengua, ojos...) y fuera del cuerpo (mesas, sillas.)
- Que el niño ponga cosas debajo de sus pies y cosas encima de su cabeza.

conceptos de lateralidad al propio cuerpo, a otro.

- Que el niño responda a preguntas del profesor sobre el conocer sus partes derechas e izquierdas: ¿Cuál es tu mano derecha?, ¿tu ojo izquierdo?...
- Recortar los dos dibujos marcados de sus dos manos.



Mantener el equilibrio en diferentes posiciones y movimientos

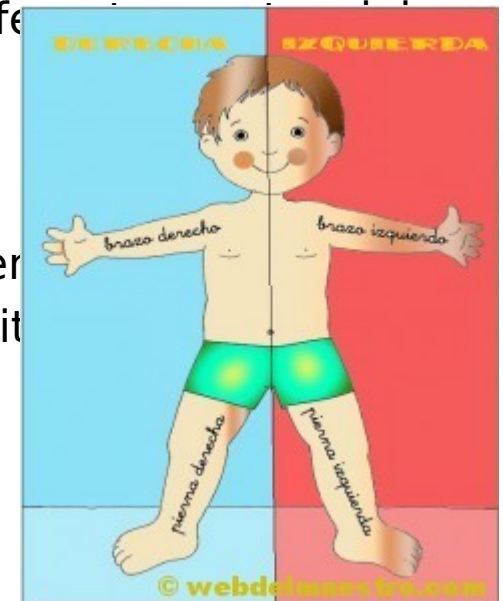
- El niño dará cinco saltos sobre un solo pie, agarrando el otro con una mano.
- El niño mantendrá un objeto sobre su cabeza durante un tiempo determinado procurando que no se caiga.

Objetivos del esquema corporal

- Tomar conciencia de las distintas partes del cuerpo.
- Saber localizar los distintos segmentos corporales tanto en su cuerpo como en el de otro.
- Tomar conciencia de la vestimenta que cubre los distintos segmentos corporales.
- Conocer las funciones de los distintos segmentos corporales.
- Conocer la simetría corporal.
- Conocer las partes y elementos que son dobles.
- Aprender a observar (espejo).
- Descubrir las posibilidades de movimiento de las diferentes partes del cuerpo.

Un esquema corporal mal definido trae consigo:

- en la percepción: déficit en la estructura espacio-temporal
- en la motricidad: torpeza, incorporación, malas actitudes



LA IMAGEN CORPORAL

- La imagen corporal es lo que sientes y piensas cuando te miras a ti mismo. Es también cómo te imaginas que te ven otras personas.
- La manera en que te sientes con respecto a todo tu cuerpo (sus piernas, nariz, abdomen, el color de la piel y el color o la textura del cabello) cumple una función muy importante en la imagen corporal.
- Tener una imagen corporal positiva significa sentirse bastante satisfecho del propio aspecto físico, valorando el propio cuerpo por sus capacidades y aceptando sus imperfecciones.
- La percepción que tenemos de nosotros mismos y de nuestro cuerpo se construye desde la infancia.



ACTIVIDADES INFANTILES PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL

Actividad nº 1: Dibujo de uno mismo (5-6 años)

Para llevarla a cabo se necesita papel de embalar y lápices.

- Previamente estirado el papel sobre el suelo, los niños se van estirando por turnos uno al lado de otro, y un compañero va siguiendo y dibujando su contorno. De esta manera van dibujándose todos los niños en el mismo papel. Una vez acabados todos los contornos, han de escribir el nombre en la parte inferior y colgar el papel en una pared del aula para que puedan observarse durante un tiempo.

Actividad nº2: Los autoschoques! (actividad recomendada para niños entre 5 y 6 años).

- En este juego cada niño se imagina que va dentro de un auto de choque. El profesor pone música, y, mientras esta suena, los niños van de aquí para allá libremente por el aula. Mientras se mueven todos van esquivando a los demás, desplazándose por el espacio, hasta que el profesor nombra una parte del cuerpo, y la música se para. En este momento todos han de intentar chocar con los demás en esa zona del cuerpo. A continuación, la música vuelve y ellos vuelven a seguir esquivándose.

Actividad nº3: Tenemos manos y pies! (2 a 6 años).

- El material necesario es papel de embalar y pinturas de colores.

- En el papel de embalar, los niños hacen huellas de manos y pies, que previamente se habrán en diferentes colores. A continuación escriben su nombre al lado de cada huella para identificarlas.



Algunas recomendaciones básicas

- Enseñe al niño a valorar las diferentes funciones y beneficios que le permite tener su cuerpo
- Fomente el reconocimiento y la aceptación de las diferencias corporales entre las personas de acuerdo con contexturas, edades, culturas.
- Fortalezca el autoestima del niño en torno a sus diferentes habilidades y capacidades así como en el valor por ser una persona única, no se centre en el aspecto físico
- No realice comentarios despectivos o discriminatorios acerca de cuerpos diferentes a los socialmente resaltados.
- Valore si el niño se siente aceptado por los demás y si considera que debe realizar algún cambio en su apariencia para mejorar esto (esto como una manera de evaluar si culpa a su imagen de posibles conductas de rechazo por parte de otros).



LENGUAJE CORPORAL

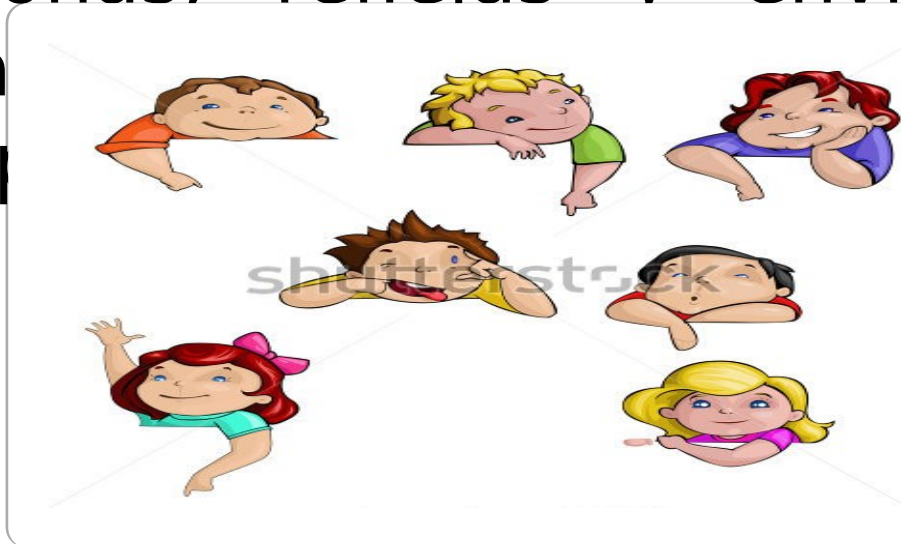
El lenguaje corporal es aquel que se transmite a través de gestos y posturas.

Algunas consideraciones

- Es un factor importante y decisivo al transmitir un mensaje
- Proporciona información sobre el carácter, emociones y reacciones de los individuos



- El lenguaje corporal, que no es más que todo lo que tú transmites por medio de movimientos o gestos, delata completamente tus sentimientos o percepción acerca de la persona con la que está interactuando.
- Cuando conversas con una o varias personas, reflejas y envías miles de señales a través de tu comportamiento.



Los gestos

- Un gesto es una forma de comunicación no verbal ejecutada con alguna parte del cuerpo y producida por el movimiento de las articulaciones, músculos de brazos, manos o cabeza.
- El lenguaje de los gestos permite expresar una variedad de sensaciones y pensamientos, todas las personas utilizan gestos y el lenguaje corporal en adición de palabras cuando hablan.

Significado de los gestos. Ejemplos



Al dudar de algo:
levantamos una ceja



Al rascarse la nariz:
nos sentimos perplejos

La expresión facial

- Con la expresión facial expresamos muchos estados de ánimos y emociones.
- Nosotros utilizamos la expresión facial para: expresar el estado de ánimo, indicar atención, mostrar disgusto, bromear, reprochar, reforzar la comunicación verbal, etc.

La sonrisa

- Aunque la sonrisa se incluye o puede incluirse en la expresión facial, puede ser explicada detalladamente para expresar felicidad, alegría



