

# LA EXPERIENCIA DE VIDA Y DEL JUEGO PARA FORTALECER LAS CAPACIDADES EXPRESIVAS-COMUNICATIVAS DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA

## THE EXPERIENCE OF LIFE AND PLAY TO STRENGTHEN EXPRESSIVE-COMMUNICATIVE SKILLS FROM PHYSICAL EDUCATION

## A EXPERIÊNCIA DA VIDA E DO JOGO PARA FORTALECER AS HABILIDADES EXPRESSIVAS-COMUNICATIVAS ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Daniel Stiven Cuervo-Jiménez<sup>1</sup>   
Miguel Israel Bennasar-García<sup>2</sup> 

**Fecha de recepción:** 14 de marzo de 2023

**Fecha de evaluación:** 14 de mayo de 2023

### Para citar este artículo

Cuervo-Jiménez, D. S. y Bennasar-García, M. I. (2023). La experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física. *Lúdica Pedagógica*, 1(38), 34-44. <https://doi.org/10.17227/ludica.num38-20615>

### Resumen

El objetivo principal del presente estudio fue analizar la experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física. La investigación estuvo circunscrita en el paradigma cualitativo por la ausencia de datos numéricos o comparaciones de variables. La metodología PRISMA fue la utilizada, a fin de recabar las informaciones de interés investigativo apoyado en la revisión bibliográfica como técnica de búsqueda y de arqueo documental. La experiencia de encontrarse con el juego como fundamento de la teoría, ofreció una oportunidad de comprender una línea y métodos alternos a los comúnmente utilizados, suponiendo y esperando que, aproximaciones pedagógicas que propicien la expresión y la comunicación en pro de una mejor vivencia educativa. Como resultado se puede expresar que el juego como un saber dentro de la Educación Física nos permite integrar elementos esenciales para la comprensión de la conducta social del individuo, para darle sentido a la vida desde las normas de libertad, el goce y la espontaneidad. Dentro de las conclusiones, la praxis en las dimensiones del sujeto y se hace en y desde la concepción vital, por tal motivo se considera que debe ser un proyecto disciplinar que se debe emancipar para la educación verdaderamente de calidad y significativa.

**Palabras clave:** corporeidad; educación física; juego; pedagogía; formación vital

### Abstract

The main objective of this study was to analyze life and play experiences to strengthen expressive-communicative abilities through Physical Education. The research was conducted within a qualitative paradigm, given the absence of numerical data or variable comparisons. The PRISMA methodology was used to gather relevant research information, supported by a literature review as a technique for searching and a documenting sources.

1 Licenciado en Educación Física, Ministerio de Educación de la República Dominicana. [dscj1999@gmail.com](mailto:dscj1999@gmail.com)

2 Doctor en Ciencias de la Educación. [miguel.bennasar@isfodosu.edu.do](mailto:miguel.bennasar@isfodosu.edu.do)

The experience of engaging with play as a foundational element of the theory offered an opportunity to understand alternative approaches and methods to those commonly used, hoping and expecting that pedagogical approaches fostering expression and communication will lead to a better educational experience. As a result, it can be stated that play, as a form of knowledge within Physical Education, allows us to integrate essential elements for understanding the social behavior of individuals, giving meaning to life through the principles of freedom, enjoyment, and spontaneity. Among the conclusions, praxis in the dimensions of the subject is carried out in and from a vital conception, making it necessary to consider it a disciplinary project that should be emancipated for truly quality and meaningful education.

**Keywords:** corporeality; physical education; play; pedagogy; vital formation

## Resumo

O objetivo principal deste estudo foi analisar as experiências de vida e de jogo a fim de fortalecer as capacidades expressivas-comunicativas através da Educação Física. A pesquisa foi conduzida dentro de um paradigma qualitativo, devido à ausência de dados numéricos ou comparações de variáveis. A metodologia PRISMA foi utilizada para reunir informações relevantes à pesquisa, apoiada por uma revisão bibliográfica como técnica de busca e levantamento documental. A experiência de se engajar com o jogo como fundamento teórico ofereceu uma oportunidade de compreender abordagens e métodos alternativos aos comumente utilizados, com a esperança e expectativa de que abordagens pedagógicas que promovam a expressão e a comunicação contribuam para uma melhor vivência educacional. Como resultado, pode-se afirmar que o jogo, como um conhecimento dentro da Educação Física, nos permite integrar elementos essenciais para a compreensão do comportamento social do indivíduo, dando sentido à vida por meio dos princípios de liberdade, prazer e espontaneidade. Dentro das conclusões, a práxis nas dimensões do sujeito se realiza a partir de uma concepção vital, o que torna necessário considerar isso como um projeto disciplinar que deve ser emancipado para uma educação verdadeiramente de qualidade e significativa.

**Palavras-chave:** corporealidade; educação física; jogo; pedagogia, formação vital



## INTRODUCCIÓN

El tiempo ha demostrado cuán importante es el hecho de manifestar el conocimiento y confrontar la realidad fenomenológica del ser, discutir sobre aspectos ontológicos cada vez se torna más interesante, pues se descubren nuevos paradigmas que no se concebían en percepciones anteriores, por supuesto, todo ello con el fin de progresar como unidad axiomática y mejorar nuestras condiciones existenciales. En este sentido, manifestar el conocimiento y confrontar la realidad sugiere la relevancia de expresar y compartir el conocimiento que adquirimos a través de la observación y la experiencia. Confrontar la realidad se refiere a enfrentar la verdad de cómo las cosas son, sin idealizaciones o distorsiones. La realidad fenomenológica del ser alude a la experiencia y percepción subjetiva de la realidad.

Por otra parte, la ontología está relacionada con la naturaleza fundamental de la realidad y la existencia. Discutir sobre los aspectos ontológicos implica explorar preguntas profundas sobre la esencia de lo que existe y cómo se relacionan las cosas. Con el descubrimiento de nuevos paradigmas se menciona que a medida que se discute los aspectos ontológicos, emergen nuevos paradigmas que implican que nuestras percepciones anteriores pueden ser reevaluadas y cambiadas.

En la construcción del conocimiento nuestro horizonte se amplía cada vez más con el pasar de las lunas, sin embargo, pareciese como si el saber y el entendernos generasen cierta distinción entre cada individuo que compone el complejo social, es casi indiscutible que el hecho radical del mundo nos sumerge en una esfera de exclusión; de la mano nos toma la insensibilidad para hacer de nuestro entorno, un espacio aislado y subjetivo.

La Educación Física, se enfoca en desarrollar la dimensión expresiva, abarcando todas las expresiones motrices que buscan mostrar el mundo interior de las personas y conectarlo con el entorno. Es una forma de expresión que se desarrolla a través de lo simbólico, lo lúdico y lo escénico, utilizando códigos artísticos y diversas técnicas para encontrar significados en creaciones individuales o colectivas, las cuales pueden o no ser compartidas con otros (Sotoca *et al.*, 2023).

La experiencia de vida, enmarcada en las vivencias y situaciones que los individuos experimentan a lo largo de sus vidas, junto con el juego, puede tener un papel importante en la Educación Física. En este contexto, se plantea la relevancia de la experiencia de vida y el juego como catalizadores para el fortalecimiento de las capacidades expresivas y comunicativas de los individuos. La experiencia de vida se refiere a las vivencias y situaciones que las personas acumulan a lo largo de su trayectoria, mientras que el juego representa una herramienta lúdica y participativa. Dentro del ámbito de la Educación Física, este enfoque busca destacar como estos procesos, la experiencia de vida y el juego, convergen para impulsar el desarrollo de capacidades tanto físicas como comunicativas y sociales. En tal sentido, esta área educativa se revela como un espacio propicio en el que los estudiantes pueden cultivar habilidades motrices y capacidades físicas, pero también donde practiquen y promuevan sus aptitudes para la expresión y la comunicación.

Se hace énfasis que el deporte es una actividad física y una experiencia vital que se puede expresar y vivir a través del juego, lo cual implica que el deporte va más allá de la mera competencia, representando una forma de aprender, crecer y comunicarse. Se destaca que la práctica del deporte y el juego contribuyen al desarrollo de habilidades para expresar ideas, emociones y pensamientos de manera efectiva. Por consiguiente, el juego en el contexto deportivo se convierte en una plataforma para la comunicación y la interacción entre los participantes.

La Educación Física es el contexto en el que se desarrolla este enfoque. Es una disciplina curricular que trasciende lo físico y tiene un papel integral en la educación, promoviendo la actividad física y la formación de valores, la cooperación y la comunicación. Esta área educativa permite la integración, socialización y la realización de actividades ontológicas y grupales. Es una disciplina que fomenta actividades individuales y experiencias grupales que promueven la interacción social y la reflexión sobre la naturaleza del ser y la existencia.

La vida es una actividad social continua y permanente y desde la Educación Física en el contexto escolar se pueden establecer vínculos formativos para

“practicar una pedagogía transformadora orientada a la acción que involucre a los alumnos en procesos de pensamiento y acción participativos, sistémicos, creativos e innovadores” (Unesco, 2017, p. 52).

La existencia constituye una interacción social ininterrumpida y constante, que través de la Educación Física resulta factible establecer conexiones educativas que podrán implementar una metodología educativa renovada centrada en la práctica. Este enfoque implica comprometer a los estudiantes en procesos de reflexión y participación que sean integrales, orientadores a sistemas, creativos e innovadores, como lo subraya la Unesco.

La escuela muchas veces se ha transformado una especie de controlador de las actividades que se desarrollan en los espacios áulico, provocando un choque entre la sociabilidad ontológica que emana de la construcción de saberes en el propósito de establecer parámetros que involucren la participación en actividades motivacionales y corporales de forma que sean de beneficio para todos los actores (Koivisto y Hamari, 2019).

La Educación Física como experiencia escolar y de vida debe enfocarse en descubrir el ser mismo, como ontología y posibilidad para rodear la frontera del aprendizaje direccional y promover la construcción del saber como campo de estudio constituido por maestros y estudiantes (Laine y Lindberg, 2020).

Las manifestaciones expresivas surgen en la expresión corporal, fruto de la percepción reflexiva y el movimiento expresivo. A través del desarrollo evolutivo, el niño toma conciencia de su cuerpo, permitiéndole expresarse y comunicarse intencional y creativamente. El valor educativo de estas manifestaciones reside en la libertad de expresión y actuación, fomentando la creatividad, la imaginación y la estética sin límites (Muñoz, 2009).

Lo anterior planteado se logró evidenciar durante el proceso de observación, en el que los estudiantes en su realidad se notaban tensos, con poco deseo de expresar lo que en clase les suscitaba, la Educación Física estaba siendo interrumpida por el deseo reprimido de la expresión libertaria; los antecedentes fueron claros, su proceso venía encaminando una Educación Física conductual al 100 %, solo en ocasiones se buscaba descubrir lo que el mundo ofrecía:

“Se contaba con un maestro que solo nos entregaba unos balones y él se sentaba a chequear su teléfono”, son palabras concretas que se evidencian en instituciones inmersas en esta tentativa de transformación educativa, en un ambiente careciente de significado, de información experiencial, de vivencia.

Es de allí que surge la investigación: a experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física. En este sentido, se hace concreta la función sobre la cual estaremos estudiando ¿Cómo desde el juego en tanto saber es posible fortalecer los procesos de expresión corporal? ¿El juego es una buena herramienta para apoyar la mejoría de capacidades expresivas y comunicativas? ¿Por qué es importante fortalecer las capacidades expresivas y comunicativas? Por supuesto, antes estar inmersos en este campo, es necesario entrar a comprender el “que” de esta investigación para comprender la aplicación y las reflexiones finales.

La expresión corporal es una herramienta muy útil para aquellos que buscan trascender la cotidianidad y explorar nuevas formas de comunicación y expresión. A través de la práctica de la expresión corporal, las personas pueden aprender a controlar su cuerpo y a utilizarlo de manera efectiva para transmitir un mensaje. Además, la expresión corporal también puede ayudar a mejorar la autoconfianza y la autoestima, así como a liberar tensiones y emociones reprimidas.

En palabras de Schinca (2000), la expresión corporal buscar ir más allá de lo cotidiano, debido a que se enfoca en el estudio y la exploración del lenguaje del cuerpo como medio de comunicación y expresión. En este sentido, se busca que cada persona, a través del conocimiento y la exploración de su propio cuerpo, pueda desarrollar un lenguaje propio y auténtico que le permita comunicar ideas, emociones y sentimientos de una manera más efectiva y profunda.

Es importante destacar que la expresión corporal no se limita a la danza o la actuación, sino que puede aplicarse en distintos ámbitos de la vida cotidiana, como en la comunicación interpersonal o en la presentación de proyectos y propuestas laborales. En definitiva, la expresión corporal busca enriquecer la comunicación humana y permitir que cada individuo pueda expresarse de manera auténtica y efectiva.

La experiencia humana está cargada de sentido, en la medida en que no es un paso a paso de cómo solucionar los problemas y, gracias a esto, ya se le otorga una carga de transformación hacia lo que desea u omite el aprendiente. La experiencia está anclada a un tiempo y a un espacio determinado; posibilita poder ser a un ser, pues no somos seres finiquitados.

En la dimensión corporal se *re-juega* de forma dinámica con la naturaleza humana y con la esfera cultural, conformando así un aspecto puntual: la experiencia corporal, se constituye en la complejidad de su praxis y relaciones del ser con el globo, dando espacio a las vivencias y construcción de experiencias políticas, afectivas, educativas, comunicativas y expresivas, que tienen como fin el desarrollo de capacidades que a la larga, permiten la transformación ser en pro de una educación integral y humana.

Las formas de enseñar Educación Física incluyen dos enfoques principales: uno se centra en mejorar la condición física mediante la repetición mecánica de movimientos para desarrollar el potencial corporal del estudiante. El otro enfoque incorpora aportes epistemológicos sobre la concepción del cuerpo, influenciando las prácticas docentes a lo largo de la historia (Liz, 2011).

Un elemento importante y clave para esta investigación, se refleja en el acto de comunicar. Es gracias a este proceso que el individuo es capaz de comprender e informar sobre su proceso formativo, además de sumergir su análisis en un espacio de criticidad que al final resultara en lo que Freire considera como la emancipación, con relación a esto, en el contexto áulico puede entenderse como una estrategia discursiva.

La relación comunicativa en el aula incluye múltiples actores, procesos y elementos, por lo que es imposible abordar todas sus variables en un solo estudio. Así, nos enfocamos en un aspecto específico del discurso educativo del docente: el uso de estrategias discursivas, que están directamente relacionadas con la eficacia en su labor educativa y formativa (Narváez y Castellanos, 2018).

Este intercambio de información realza una gran importancia para los procesos culturales que los estudiantes traen a las clases, un elemento que tomó el papel protagonista, y ese elemento fue la música.

A manera de anécdota, durante las practicas quedó más que demostrado que la música fue una gran motivación para que la expresión y comunicación se diera de la mejor forma. Gracias a que la cultura dominicana lleva en la sangre el gusto por las notas musicales, se generó una gran unión que realmente no se pensaba se pudiera dar; por supuesto, se tenía determinado que la música sería un constituyente positivo, pero realmente sorprende la carga de emocionalidad, de alegría y entusiasmo que puede llegar a tener en la población sobre la cual se trabajó.

La corporeidad se sitúa en una concepción del ser humano como unidad compleja, contiene en sí misma distintas dimensiones a través de las cuales se manifiesta y desarrolla y, por lo tanto, no es una manifestación en forma aislada sino, por el contrario, cada dimensionalidad afecta a la otra. El ser humano posee un cuerpo, pero no es un cuerpo exclusivamente objetivo, es un cuerpo que vive, que es expresión. “Los juegos apuestan por un enfoque en el que el alumno aprende haciendo, estimulándolo a reflexionar sobre los problemas” (Pérez-López y Navarro-Mateos, 2022, p. 725).

A partir de esas relaciones construye su propio mundo significativo que le sirve para dar sentido a su vida. La corporeidad es una categoría fenomenológica que entiende que el ser humano es cuerpo y esto implica una posición desde la complejidad, puesto que desde allí es posible comprender sus dimensiones; el cuerpo se constituye en una unidad significativa.

En la etapa escolar, se crean ambientes de juego y enseñanza donde se analizan factores como la concertación y el castigo. A veces, el movimiento se castiga o se reprime, por ejemplo, obligando a los niños a hacer ejercicios como castigo por perder un juego o actividad, o prohibiéndoles asistir a la clase de Educación Física (Imán, 2019).

Las posibilidades de fortalecer la expresión y comunicación son infinitas, en tanto esta se conciba como dimensión de actuación de la cultura, los bailes, el arte. La educación física, como hecho y práctica social, recae en el sujeto para transformarlo y educarlo de acuerdo con las necesidades propias del ser, es necesario optar por las practicas desestabilizantes del conocimiento, aquello que apasiona y nos choca por su hermenéutica corpórea.



El juego como un saber dentro de la Educación Física nos permite integrar elementos esenciales para la comprensión de la conducta social del individuo, desde la regla, la libertad, el goce y la espontaneidad, involucra la praxis en las dimensiones del sujeto y se hace una con ellas, por tal motivo se considera que debe ser un proyecto disciplinar que se debe aprovechar para la educación verdaderamente de calidad. Es por ello por lo que el objetivo general del presente trabajo fue analizar la experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física. Las relaciones con el otro desde las capacidades expresivas y comunicativas fundamentan un hábito de criticidad del conocimiento cultural, los enfrentamientos entre saberes enriquecen nuestra expresión corporal y conceptual, debemos reconocer que un aprendizaje colectivo, es mucho más coherente con lo objetivo y, por tanto, se logra nutrir y crecer a pasos vertiginosos, para aquel que se lo permite.

## METODOLOGÍA

Por su naturaleza, el presente estudio estuvo en el contexto del paradigma cualitativo, pues no se suscitaron ni ejecutaron datos estadísticos ni apreciaciones de orden cuantitativo. Se abordó desde la concepción cualitativa, dar las interpretaciones analíticas y epistemológicas en el ejercicio de aprehensión la realidad social y educativa en y a partir de la perspicacia que tienen las diferentes fuentes consultadas en el contexto particular, donde el autor indaga desde la conceptualización de los elementos constitutivos de la concepción de vida en y desde la Educación Física, en las actividades del juego y el desarrollo motor de los sujetos da aprendizaje como consecuencia de una realidad que se explora de forma sistematizada (Feliz, 2022).

Como itinerario metodológico se asumió la metodología PRISMA que es una orientación y selección de documentos y obras que permite analizar el contexto y así fortalecer las dinámicas de expresión; no es para nada simple, pues estamos en tela de juicio con el ser íntimo del individuo, encontrar una dimensión del ser humano en la experiencia de vida desde la Educación Física, y desde esta óptica se realizaron las revisiones de los discursos e investigaciones que complementaron las

apreciaciones emitidas en función de las experiencias escolares.

Las revisiones sistemáticas son útiles en muchos aspectos críticos, ya que pueden proporcionar una síntesis del estado del conocimiento en un área determinada, a partir de la cual se pueden identificar futuras prioridades de investigación, abordar preguntas que de otro modo no podrían ser respondidas por estudios individuales, identificar problemas en la investigación primaria que deben ser corregidos en futuros estudios y generar o evaluar teorías sobre cómo o por qué ocurren fenómenos de interés (Page, 2021, p. 791)

La metodología PRISMA contempla varias dimensiones o fases que exponen los apartados metodológicos en cuanto a las búsquedas o evidencias que dan soporte al discurso sobre la experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física, como área de formación continua, a saber:

1. Su utilidad se destaca por ser una guía adecuada y sugerida cuando se indagan protocolos en trabajos de grado e investigación que se basan en la revisión sistemática, organizada y jerarquizada de acuerdo a las temáticas que son relativas al estudio que se ejecuta.
2. Hay establecimiento de consensos, que permiten la replicabilidad de los saberes y evitar sesgos o desvíos en la interpretación de las categorías que pueden intervenir en los análisis discursivos y comunicativos.
3. Facilita la presentación de evidencias investigativas que se pueden utilizar para complementar los análisis y apreciaciones, facilitando a los lectores la opción de rehacer el análisis en caso de que así lo requiera.
4. Establece pautas indagatorias que orientan a los investigadores a considerar documentos y resultados que pueden coadyuvar en el desarrollo propio de los estudios (Barrios *et al.*, 2021).

La Metodología guía PRISMA es un diseño utilizado para revisiones y análisis sistemáticos de investigaciones que abordan estudios en todas las áreas del saber, principalmente las de orientación cualitativa, sin embargo, pudiera evaluarse su aplicación y adecuación en otros ámbitos del saber, como lo son las áreas deportivas y psicológicas, que son de

mucha importancia para las instituciones educativas (Rondón, 2020). Las indicaciones desde esta metodología dan cuenta de establecer una pauta de búsqueda de fuentes que se relacionen con la temática que se indaga, para luego hacer una depuración en función de los parámetros y orientaciones de la investigación (Moraga y Cartes-Velásquez, 2015).

La aplicación de la metodología PRISMA permitió explorar en profundidad la relación entre la experiencia de vida, el juego y el desarrollo de capacidades expresivas y comunicativas en el contexto de la Educación Física. En función de estas apreciaciones, se consultaron quince fuentes y se clasificaron para los resultados siete que se exponen en la Tabla 1 de

los resultados y que fortalecieron las apreciaciones acerca de la formación en Educación Física como una forma de vida desde la socialidad y el compartir de los juegos en los diferentes intercambios realizados.

**RESULTADOS**

En función de la metodología PRISMA que se asumió en el presente estudio, se realizó un arqueo de documentos que decantó en lo que se presenta a continuación, como símbolo bibliográfico que expresa el valor de la Educación Física en la formación integral de los sujetos de aprendizajes, y en las experiencias de vida producto de la socialización que facilita esta área de capacitación continua.

**Tabla 1.** Arqueo de fuentes bibliográfico

Autores/ año/Título	Contenidos destacados
Acevedo González, W. y Castilla Mendoza, D. (2021). <i>El Gaming como estrategia didáctica para fortalecer las habilidades comunicativas.</i>	La experiencia de vida y del juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física incluye la corporeidad, las acciones motrices y el desarrollo cognitivo de los estudiantes, “que se potencia por medio de las nuevas tecnologías un proceso dinámico donde es necesario que se produzca un conocimiento cognitivo por parte del alumno, que en todo momento sea consciente de lo que aprende y su relación con el mundo real, para ello los medios tecnológicos aumentan la motivación para el aprendizaje y potencian su desarrollo cognitivo” (Acevedo y Castilla, 2021, p. 22).
Posso, R. (2018). <i>Guía de estrategias metodológicas para Educación Física.</i>	La experiencia de vida que se puede emancipar desde la Educación Física tiene su asidero en los contextos ontológicos que se practican de manera natural en el desarrollo de las actividades de clase, es una especie de “contextualización y articulando los enfoques lúdico, inclusivo y de construcción de la corporeidad, permitiendo desarrollar la identidad propia de cada institución; el docente también tendrá la responsabilidad aplicar en sus clases metodologías activas y construir estrategias metodológicas” (Posso, 2018, p. 5).
Marcillo Ñacato, J., Xavier Núñez Sotomayor, L., Acuña Zapata, M. y Beltrán Vásquez, M. (2020). <i>El desarrollo de los enfoques curriculares de Educación Física a través del aprendizaje.</i>	La fenomenología de la sociabilidad en y desde la Educación Física, permite establecer vínculos vitales entre los actores, dando sentido a la convivencia, por ello “la aplicación de actividades para generar en sus clases el aprendizaje cooperativo, toda la información crea un antecedentes que permite seguir fundamentando las experiencias docentes y la documentación curricular elaborada por estos, en la aplicación del aprendizaje cooperativo, sus técnicas y su adaptación según las generalidades de cada uno de los estudiantes, con la transversalización de los tres enfoques curriculares, en las actividades y ejercicios realizadas en las clases de Educación Física” (Marcillo <i>et al.</i> , 2020, s/p).
Ubago Jiménez (2021). <i>Efectos de un programa de actividad física y deportiva sobre el desarrollo de las inteligencias múltiples.</i>	Los programas de Educación Física en las distintas instituciones formativas se orientan a facilitar la educación de valores para la vida, la sensibilidad social y la conservación de la salud.  De este modo, la actividad física se convierte en un agente de primera necesidad en cuanto a la transmisión de valores sociales, como la investigación e innovación, el ocio o la interiorización por los usuarios que buscan una mejora de la propia salud; valores culturales, a modo de transmisión del conocimiento del cuerpo y del mundo, desarrollando y estableciendo de redes sociales interculturales. (Ubago, 2021, p. 37)

Autores/ año/Título	Contenidos destacados
Abellán, J., Segovia, Y., Gutiérrez, D. y García-López, L. M. (2022). Sensibilización hacia la discapacidad a través de un programa integrado de educación deportiva.	Las relaciones empáticas que se experimentan en las clases de Educación Física tienen un sentido de vida y de humanidad, que junta a las capacidades motrices que se desarrollan, permiten a los sujetos de aprendizaje, dibujar un panorama distinto a la cotidianidad. “Los modelos pedagógicos suponen una práctica educativa en gran auge en ef (Educación Física)” (Abellán <i>et al.</i> , 2022, p. 478).
Ortiz y Ramírez (2020). Actividad física, cognición y rendimiento escolar.	Los resultados de los aprendizajes en Educación Física se reflejan mayormente en el rendimiento de los estudiantes, sin soslayar los beneficios educativos y su formación integral.  De esta forma podríamos conocer los efectos, impactos, correlaciones o asociaciones que tiene la actividad física sobre el rendimiento académico sin necesidad de utilizar demasiados recursos económicos y así sugerir cambios o interacciones de actividad física vigorosa o moderada dependiendo de cada una de las características de los niños, niñas o jóvenes. (Ortiz y Ramírez (2020, p. 875)
Blanco, R. (2019). La formación en valores en el subsistema de educación.	Los códigos morales y las relaciones éticas que se practican en las clases de Educación Física dan un sentido humano a la concepción de vida, cuyas herramientas son en esencia, parte de los estratos que deben cubrirse para complementar su desarrollo cognitivo y motriz.  La formación en valores se asume como un reto permanente que debe ser liderado en la escuela por el docente en la cotidianidad de la convivencia escolar, al promover experiencias que consoliden actitudes participativas a partir de relaciones grupales e individuales, en las cuales se generen oportunidades y espacios para la reflexión fundamentadas en la práctica de los valores, a través de acciones humanas que afiancen la comprensión del aprendizaje ético y moral de los nuevos ciudadanos. (Blanco, 2019, p. 109)

Fuente: elaboración propia.

## DISCUSIÓN

El entorno social, afectivo, educativo y cultural permitió observar 3 elementos que se tomaron como reflexiones o consideraciones para el cierre de este artículo, téngase en cuenta que no se puede hablar largo y tendido de estas reflexiones, pues las aplicaciones no fueron lo suficientemente consistentes para presentar resultados sustanciales. Sin embargo, si se encontraron elementos superfluos que nos utilizaremos como evaluativos de finalización.

Las posibilidades de fortalecer la expresión y comunicación son infinitas, en tanto esta se conciba como dimensión de actuación de la cultura, los bailes, el arte, la Educación Física como hecho y práctica social, recaen en el sujeto para transformarlo y educarlo de acuerdo con las necesidades propias del ser, es necesario optar por las practicas desestabilizantes del conocimiento, aquello que apasiona y nos choca por su hermenéutica corpórea.

El juego como un saber dentro de la Educación Física nos permite integrar elementos esenciales para la comprensión de la conducta social del individuo, desde la regla, la libertad, el goce y la espontaneidad, involucra la praxis en las dimensiones del sujeto y se hace una con ellas, por tal motivo se considera que debe ser un proyecto disciplinar que se debe aprovechar para la educación verdaderamente de calidad.

De este modo, el alumnado logrará controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones, además de integrar conocimientos y habilidades transversales transferibles a la vida cotidiana, como la cooperación, el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto a las normas y la aceptación de las diferencias individuales, entre otras. (Da Silva, 2021, p. 12)

Las relaciones con el otro desde las capacidades expresivas y comunicativas fundamentan un hábito



de criticidad del conocimiento cultural, los enfrentamientos entre saberes enriquecen nuestra expresión corporal y conceptual, debemos reconocer que un aprendizaje colectivo, es mucho más coherente con lo objetivo y, por tanto, se logra nutrir y crecer a pasos vertiginosos, para aquel que se lo permite.

La experiencia en las expresiones corporales que fortalecen los principios que rigen la vida en y a partir de los juegos, para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la Educación Física, ya que “el proceso de cómo aprende una persona ha significado desafíos para quienes buscan respuestas que están orientadas a la búsqueda incesante del funcionamiento del pensamiento humano cuando se trata del aprender” (Arias, 2020, p. 82) y en el caso de esta asignatura con mayor razón por los supuestos teóricos intrínsecos y por su naturaleza teórico-práctica.

El futuro docente es clave en el desarrollo de la Expresión Corporal, ya que si un docente ve un contenido con pocas posibilidades educativas u observa que es un contenido difícil de llevar a cabo en el aula de Primaria, podría optar por darle menor importancia, dedicarle menos tiempo o directamente obviarlo (Lafuente, 2022, p. 206).

En general los alumnos experimentan experiencias positivas y útiles, destacando la sensación que sienten al realizar las actividades de juego en libertad y en el trabajo de Expresión Corporal (Bores *et al.*, 2021). Por ello, cuando existen evidencias de intercambios tanto de saberes como de prácticas deportivas, la asignatura Educación Física es un escenario ideal para dar sentido a la vida y a las relaciones sociales entre los estudiantes.

## CONCLUSIONES

Las relaciones sociales que se experimentan en las clases de Educación Física tienen un sentido de vida y de humanidad, que junto a las capacidades motrices que se desarrollan, permiten a los sujetos de aprendizaje, dibujar un panorama distinto a la cotidianidad, se trata de dar un sentido humano a las diferentes clases que van desde las posiciones corporales hasta la ejecución de rutinas en las prácticas escolares.

La experiencia de vida que se puede emancipar desde la Educación Física tiene su asidero en los contextos ontológicos que se practican de manera natural en el

desarrollo de las actividades de clase además considera el juego para fortalecer las capacidades expresivas-comunicativas desde la asignatura y que incluye la corporeidad, las acciones motrices y el desarrollo cognitivo de los estudiantes el juego y las actividades para el desarrollo motriz.

Fortalecer y formar la corporeidad con relación a las capacidades expresivas y comunicativas puede llevar a cabo una comunicación más rica, auténtica y efectiva, lo que en última instancia mejora nuestras interacciones con los demás y nuestra capacidad para transmitir mensajes de manera impactante y significativa.

La praxis en las dimensiones del sujeto se hace en y desde la concepción vital, por tal motivo se considera que debe ser un proyecto disciplinar para la educación verdaderamente de calidad y significativa, lo que significa que la educación no debe limitarse a la mera transmisión de información, sino que debe involucrar al individuo en un proceso activo y reflexivo de aprendizaje que abarque su experiencia personal y su concepción vital. En este sentido, emancipar para la educación verdaderamente de calidad y significativa sugiere que la praxis educativa se libere de enfoques tradicionales y mecánicos.

La experiencia de vida y del juego fortalece las capacidades expresivas resalta la importancia de la interacción con el entorno y la participación en actividades lúdicas en el desarrollo de las habilidades de expresión personal. Tanto las experiencias de vida como el juego contribuyen significativamente a enriquecer y fortalecer la capacidad de comunicarse y expresarse de manera efectiva.

La experiencia de vida abarca todas las vivencias, interacciones y situaciones que una persona enfrenta a lo largo de su existencia. Estas experiencias concluyeron una amplia gama de emociones, pensamientos y perspectivas que pueden ser comunicadas a través de diferentes formas de expresión, como el lenguaje verbal, el lenguaje corporal, la creatividad artística y más. La riqueza y diversidad de estas experiencias pueden mejorar la habilidad de comunicar ideas de manera más auténtica y enriquecedora.

El juego es un medio educativo que desempeña un papel crucial en el desarrollo de las capacidades expresivas, debido a que permite explorar libremente

a las personas, experimentar con diferentes roles y escenarios, y expresar emociones y pensamientos de manera segura y creativa. A través de él, se pueden ensayar y experimentar diversas formas de comunicación y expresión, lo que contribuye al desarrollo de habilidades expresivas más fluidas y versátiles.

En conjunto, la experiencia de vida y el juego actúan como fuentes de inspiración y práctica para el desarrollo de las capacidades expresivas. Al interactuar con el mundo y participar en actividades lúdicas, las personas acumulan un repertorio de experiencias y emociones que pueden ser comunicadas de maneras diversas y enriquecedoras. Esto es especialmente relevante en un contexto educativo, donde se busca fomentar la expresión auténtica y creativa de los estudiantes.

## AGRADECIMIENTOS

Producción resultante de la Maestría en Educación Física Integral, Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana.

## APORTE DE AUTORES

Lcdo. Daniel Stiven Cuervo Jiménez y Dr. Miguel Israel Bennisar-García:

- Conceptualización-Ideas; formulación o evolución de metas y objetivos generales de investigación.
- Redacción-borrador original-Preparación, creación y/o presentación del trabajo publicado.
- Revisión crítica, comentario o revisión-incluidas las etapas previas a la publicación.

## REFERENCIAS

Abellán, J., Segovia, Y., Gutiérrez, D. y García López, L. M. (2022). Sensibilización hacia la discapacidad a través de un programa integrado de Educación Deportiva y Aprendizaje-Servicio (Disability awareness through an integrated program of sport education and service-learning). *Retos*, 43, 477-487. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.86625>

Acevedo González, W. y Castilla Mendoza, D. (2021). *El Gaming como estrategia didáctica para fortalecer las habilidades comunicativas en el área de inglés en estudiantes de Preescolar y I Ciclo de Primaria* [Trabajo de grado de Maestría]. Universidad de Cartagena. [https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/14845/TGF\\_Dina%20Castilla\\_Wilman%20Acevedo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/14845/TGF_Dina%20Castilla_Wilman%20Acevedo.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Arias, L. G. R. (2020). Estilos de aprendizaje basados en la teoría de Kolb predominantes en los universitarios. *Revista Científica Internacional*, 3(1), 81-88. <https://revista-cientifica-internacional.org/index.php/revista/article/view/22/62>

Barrios Serna, K., Orozco Núñez, D., Pérez Navas, E. y Conde Cardona, G. (2021). Nuevas recomendaciones de la versión PRISMA 2020 para revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Acta Neurológica Colombiana*, 37(2). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-87482021000300105](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87482021000300105)

Blanco, R. J. (2019). La formación en valores en el subsistema de educación primaria. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 23(1), 85-111. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v23i1.12>

Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., Hernando-Garijo, A. y González-Calvo, G. (2021). Análisis de la motivación del alumnado hacia la expresión corporal a través del uso de la evaluación formativa y compartida [Analysis of student motivation towards body expression through the use of formative and share assessment]. *Retos*, 40, 198-208. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.83025>

Da Silva Notario, A. (2021). Revisión y análisis de los efectos producidos por el ejercicio físico sobre el desarrollo de la atención en niños y niñas de 6 a 12 años. [Tesis de pregrado en Educación Primaria, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/49139/TFG-G4932.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Feliz Rosario, L. E., Carrascal, S. y Anguita Acero, J. M. (2022). Estilos de aprendizaje y enseñanza online en Formación Profesional. Estudio comparado España y República Dominicana. *Revista De Estilos De Aprendizaje*, 15 (29), 60-75. <https://doi.org/10.55777/rea.v15i29.4171>

Imán Yovera, M. (2019). *La creatividad motriz en niños de 5 años del nivel inicial* [Tesis de Especialidad Profesional en Educación Inicial, Universidad Nacional de Tumbes]. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/>

- handle/20.500.12874/1054/IMAN%20YOVERA%20MERCEDES.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Koivisto, J. y Hamari, J. (2019). The rise of motivational information systems: a review of gamification research. *International Journal of Information Management*, 45, 191-210. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.10.013>
- Lafuente Fernández, J. C. (2022). Valoración de los contenidos de Expresión Corporal por parte de los futuros maestros en la asignatura de Actividades Físicas Artístico-expresivas de la mención de Educación Física [Assessment of the contents of Body Expression by future teachers in the su]. *Retos*, 43, 205-214. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.87553>
- Laine, T. H. y Lindberg, R. S. (2020). Designing engaging games for education: a systematic literature review on game motivators and design principles. *IEEE Transactions on Learning Technologies*, 13(4), 804-821. <https://bit.ly/3KsbDu7>
- Liz Lasso, E. (2011). *El lenguaje corporal y la comunicación, Una mirada desde la Educación Física* [Trabajo de grado de Maestría, Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/9512/868169.2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Marcillo Ñacato, J. C., Núñez Sotomayor, L. F. X., Acuña Zapata, M. C. y Beltrán Vásquez, M. A. (2020). El desarrollo de los enfoques curriculares de educación física a través del aprendizaje cooperativo. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24 (2), 145-166. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i2.1324>
- Moraga C., J. y Cartes-Velásquez R. (2015). Pautas de chequeo, parte II: QUOROM Y PRISMA. *Revista Chilena de Cirugía*, 67(3), 325-30. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-40262015000300015>
- Muñoz Rivera, D. (2009). La expresión corporal en el área de Educación Física. Batería de juegos. *Revista Digital - Buenos Aires*, 13(130). <https://www.efdeportes.com/efd130/la-expresion-corporal-en-educacion-fisica.htm>
- Narváez Garzón, A. M. y Castellanos Noda, A. V. (2018). Estrategias discursivas de docentes de la carrera de pedagogía de la Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador. *Didasc@lia: Didáctica y educación*, 9(4), 205-226. <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/803>
- Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, et al. (2021). Declaración PRISMA 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74 (9):790-799. <https://www.revespcardiol.org/es-declaracion-prisma-2020-una-guia-articulo-S0300893221002748>
- Pérez-López, I. J. y Navarro-Mateos, C. (2022). Un serious game como recurso formativo en la especialidad de Educación Física del máster de profesorado [A serious game as a formative resource in the specialisation of Physical Education for the Teaching MA]. *Retos*, 46, 725-732. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.93751>
- Posso, R. (2018). *Guía de estrategias metodológicas para Educación Física*. Quito: Ministerio de Educación [Web]. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOLOGICA-EF.pdf>
- Rondón, E. (2020). ¿Es necesaria utilizar la declaración PRISMA en Ciencias de la Salud? *Revista Cubana de Enfermería*, 36(4). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192020000400001](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192020000400001)
- Schinka, M. (2000). *Expresión corporal. Técnica y expresión del movimiento*. Praxis
- Sotoca Orgaz, P., Herrador Varo, M., Hernández Gándara, A. y Arévalo Baeza, M. (2023). Un serious game para el desarrollo de las capacidades expresivas corporales y el conocimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible [A serious game for the development of body expressive skills and knowledge of sustainable development goals]. *Retos*, 48, 34-42. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96507>
- Ubago Jiménez, J. L. (2021). *Efectos de un programa de actividad física y deportiva sobre el desarrollo de las inteligencias múltiples: salud física, social y psicológica*. [Tesis de Doctorado]. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/71654/75166.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Unesco. (2015). *Educación para la ciudadanía mundial. Temas y objetivos de aprendizaje* [Web]. [http://www.iin.oea.org/pdf-iin/RH/docsinteres/2019/Resumen\\_Educacion\\_para\\_la\\_Ciudadania\\_UNESCO.pdf](http://www.iin.oea.org/pdf-iin/RH/docsinteres/2019/Resumen_Educacion_para_la_Ciudadania_UNESCO.pdf)