



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA MÚSICA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Cristina Quelal Morejón

Estudiante Facultad de Cultura Física, Universidad Central del Ecuador, Ecuador
Email: cequelal@uce.edu.ec

Jenny Martínez Benítez

Docente Facultad de Cultura Física, Universidad Central del Ecuador, Ecuador
Email: jemartinez@uce.edu.ec

Ivonne Martínez Benítez

Docente del Departamento de Ciencias Económicas, Administrativas y de Comercio, Universidad de las Fuerzas Armadas, ESPE.
Email: nimartinez@espe.edu.ec

RESUMEN

La dificultad y desagrado en los jóvenes al momento de realizar prácticas de expresión corporal ha sido una preocupación debido a que los estudiantes no disfrutaban de las actividades teniendo como consecuencia malas calificaciones. El objetivo de este trabajo se centra en determinar la relación entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020. Participaron voluntariamente 30 adolescentes entre 16 y 18 años. Se empleó un cuestionario de escala Likert con dos variables de estudio: *Expresión Corporal* y *Música*. Los resultados revelaron que se encontró que existe relación positiva y moderada entre la Expresión Corporal y la Música en las clases de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato. Sin embargo, de que la mayoría del estudiantado posee un nivel medio de conocimientos sobre la Expresión Corporal y la Música, muchos de ellos no han realizado la práctica de estos dos lenguajes juntos en las clases de Educación Física. Adicionalmente, varios de ellos refieren desagrado y desinterés por aprender estas actividades. No obstante, algunos alumnos prefieren realizar sus clases con música de fondo y tienen mayor aceptación por música actual que por la contemporánea. Finalmente, algunos de los encuestados afirman que al utilizar música en las clases se sienten con un mejor estado de ánimo y demuestran mayor energía.

PALABRAS CLAVE: Expresión Corporal; Música; Educación Física; lenguaje; comunicación; creatividad; motivación; seguridad.

1. INTRODUCCIÓN.

La música y la expresión corporal son lenguajes que nos sirven para comunicarnos. Siguiendo a Arguedas Quesada (2009), la expresión corporal y la música son lenguajes que permiten vincular distintas materias en la educación, ayudando a los maestros en los procesos de enseñanza y colaborando en los estudiantes en su desarrollo emocional, cognitivo y psicomotor. Al vincular estos dos lenguajes en Educación Física fomentamos además la creatividad, el descubrimiento, y a la seguridad del alumnado.

Para Ibáñez Gericke, 2018 & Ros, 2001, desde el nacimiento los niños y niñas tienen una reacción al escuchar algún sonido, es decir se mueven o exploran, a medida que pasa el tiempo observaremos que ante un estímulo sonoro los niños mueven sus extremidades, al parecer el ser humano reacciona de manera natural ante la música o sonidos, lo que facilita su manera de comunicarse. En Educación la Expresión Corporal vinculada con la Música debe ser libre y permitir al estudiante expresarse a su manera. El alumno recrea y se mueve de acuerdo como siente los ritmos que escucha, esto ayuda a conocer sus cualidades de improvisar y de crear cosas diferentes (Arguedas Quesada, 2004).

De allí la importancia de unir estos dos lenguajes, debido a que los dos buscan comunicar sentimientos y emociones. En concordancia con Rueda Villén y López Aragón (2013), la música tiene dos funciones: la primera es expresar ideas, sentimientos y estados de ánimo, y la segunda es recordar emociones que ya se sintieron anteriormente. Castillo Viera y Rebollo González (2009) citan a Arteaga (2003) quien define a la expresión corporal como lenguaje que ayuda al autoconocimiento, a la convivencia con los demás, y a la exteriorización de los sentimientos a través de gestos y movimientos corporales.

1.1. EXPRESIÓN CORPORAL EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Castillo Viera y Rebollo González (2009) citan en su artículo a Ortiz quien afirma que la expresión corporal ayuda en la Educación Física al desarrollo personal e integral del estudiante, contribuye al aprendizaje y a un desarrollo corporal propio, al usar el movimiento como lenguaje y analizar al cuerpo desde un punto estético y artístico. Al utilizar la expresión corporal en las prácticas educativa ayudamos al estudiante a ser creativo, imaginativo e innovador, esto le permite incrementar la confianza en sí mismo y disminuye su miedo a expresar sus ideas y pensamientos. La expresión corporal posee contenidos que pueden ser enseñados con diferentes metodologías flexibles que fomentan el desarrollo de la creatividad y la socialización (Monfort Pañego e Iglesias García, 2015).

La expresión corporal además colabora en el fortalecimiento del trabajo en equipo. En consonancia con Arguedas Quesada (2009) la Expresión Corporal favorece al crecimiento intelectual colectivo y a la conciencia grupal en aspectos sociales, emocionales e intelectuales. Uno de los principales objetivos de la Expresión Corporal es "Favorecer las relaciones constructivas entre alumnos creando un clima favorable para el trabajo en grupo" (Castillo Viera & Rebollo González, 2009, p.113).

En síntesis, la Expresión Corporal utilizada en la Educación Física tiene múltiples beneficios en la formación del estudiantado. Sin embargo, ésta no siempre es impartida por los docentes en las diferentes instituciones, pues se ha podido observar que algunos de ellos prefieren enseñar deportes, dejando de lado las prácticas expresivo-comunicativas. También se aprecia que las docentes mujeres ponen más énfasis en práctica la expresión corporal a comparación de los docentes varones. Monfort Pañego e Iglesias García (2015) en su estudio explican que las principales razones por las que los profesores no trabaja este lenguaje en sus clases son: la falta de materias relacionadas a la Expresión Corporal en su formación docente, y los escasos de cursos de capacitación respecto a dicha materia.

1.2. LA MÚSICA EN EDUCACIÓN FÍSICA.

La Música debería ser uno de los principales recursos en la Educación Física pues ayuda en la motivación de los alumnos, fomenta el dinamismo en las clases y el disfrute en los estudiantes. Navarro Patón, Seco Gallo, & Basanta Camiño (2016) citan en su artículo a García (2015) quien plantea que la música se considera un elemento beneficioso en las personas, debido a que desde muy tempranas edades, brinda beneficios cognitivos, motrices y expresivos, condicionando un desarrollo en la psicomotricidad.

La música aumenta la motivación y la diversión en los estudiantes, utilizándola en los momentos iniciales y de vuelta a la calma en las clases, también puede ser usada solo como fondo. Además la música promueve el trabajo en grupo, en actividades como son bailes o dinámicas, siendo ésta un recurso accesible y de bajo costo. Para Learreta Ramos y Sierra Zamorano (2003) la música crea la unidad del sentimiento y fomenta el trabajo entre compañeros debido a que se realizan las actividades de manera lúdica colaborando al ritmo (Navarro et al. 2016).

No obstante que la música es un excelente recurso didáctico, en la Educación Física no se la utilizada menudo. García Parra, Ureña Villanueva y Antúnez Medina (2004) concluyen que la principal razón para no utilizar música es que el profesorado no recibió esta asignatura en su formación, y la otra razón es los problemas con la infraestructura y el escaso material para la clase.

1.3. LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA MÚSICA EN EDUCACIÓN FÍSICA.

El principal problema que se aprecia al analizar la vinculación de la música con la expresión corporal es el desconocimiento de las actividades que se pueden realizar, debido a que la mayoría de las personas piensan que el único vínculo entre éstas es la danza o actividades relacionadas. La expresión corporal y la música pueden relacionarse, ya sea en el cine, la publicidad, el teatro, el baile, etc., lo que lleva a la creación de códigos, como lo son los libretos, las partituras, las coreografías, guiones, y a su vez la puesta en práctica de bailarines, músicos, actores, cantantes, directores, etc. (Arguedas Quesada, 2009).

Al unir estos dos lenguajes dentro de las clases tenemos varias ventajas como son: la creatividad, la colaboración en equipo, la motivación, el descubrimiento, etc., pero también poseemos desventajas como lo son la conservación o inhibición en los estudiantes. “Algunos autores han relacionado las emociones positivas con la

creatividad, la flexibilidad, la complejidad cognitiva y la innovación, y las emociones negativas con un razonamiento más analítico y conservador” Torrents, Mateu, Planas y Dinusova (2011, p.403). Por lo que se recomienda empezar a desarrollar estas actividades desde los primeros años de educación, para que desde pequeños los alumnos pierdan el temor y la vergüenza, logrando que en años superiores expresen sus ideas y sentimientos de manera abierta, sin vergüenza desplegando la improvisación, la seguridad y el disfrute de las actividades.

No obstante, Cuellar Moreno y Pestano Pérez, 2013; Monfort Pañego e Iglesias García, 2015, encuentran que las asignaturas correspondientes a Expresión Corporal no son las suficientes en la formación del docente de Educación Física. Y que se incluyen solamente la danza, la formación rítmica y la expresiva, lo que conlleva a gran inseguridad al utilizar estas actividades en su práctica profesional. Esto genera un gran problema debido a que estas prácticas expresivo-comunicativas, en algunos casos, son un bloque obligatorio que el profesor de Educación Física debe cumplir dentro de su planificación.

1.4. LAS PRÁCTICAS CORPORALES EXPRESIVO-COMUNICATIVAS EN LA REFORMA CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA 2016 EN EL ECUADOR.

En Ecuador se han creado tres Reformas Curriculares de Educación Física, la primera en el año 1996, la segunda en el 2012 y la tercera y vigente hasta la actualidad en el 2016, esta última divide a la Educación Física en seis bloques curriculares (prácticas lúdicas: los juegos y el jugar, prácticas gimnásticas, prácticas corporales expresivo-comunicativas, prácticas deportivas, construcción de la identidad corporal y relaciones entre prácticas corporales y salud), donde cada uno de estos bloques posee sus propias destrezas con criterio de desempeño, contenidos, orientaciones metodológicas, criterios e indicadores de evaluación. Cada uno de estos debe formar parte de la planificación anual que será realizada durante el año lectivo en la Educación General Básica y en el Bachillerato General Unificado.

Tomando en cuenta lo antes mencionado, en el Currículo de EGB y BGU de Educación Física (2016) se establece que las Prácticas Corporales Expresivo-comunicativas tienen como objetivo manifestar y crear comunicación a base de sensaciones, estados de ánimo y emociones, ayudan a la corporeidad y fomentan la creatividad, es decir "trabajar la desinhibición, el respeto y el derecho de las personas a expresarse, evitando la sensación de exposición sometidas a juicios de valor" (p.52), por tanto, al trabajar este bloque curricular se promueve la formación integral del estudiantado.

2. MATERIALES Y MÉTODOS.

2.1. PARTICIPANTES

En el estudio participaron voluntariamente 30 jóvenes entre 17 y 18 años estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito. A todos los estudiantes se les informó sobre los objetivos de la investigación, luego de ello, dieron su consentimiento para intervenir en esta investigación.

2.2. INSTRUMENTO

El estudio tiene un diseño no experimental, descriptivo, correlacional de corte transversal. La utilidad y el propósito de los estudios correlacionales cuantitativos es “saber cómo se puede comportar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otras variables relacionadas” (Alvarado, Flores, Ramos, & Llapa, 2017). Por lo tanto, es un estudio no-experimental de carácter descriptivo correlacional, que mide el nivel de relación que existe entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020.

En la presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta. Se realizaron preguntas para las dos variables: *Expresión Corporal* y *Música*, con varias opciones de respuesta, lo que facilita el análisis y el procesamiento de datos. El instrumento es un cuestionario estructurado con escala Likert de dieciocho preguntas que miden cada una de las variables, agrupándolas en dos dimensiones como se puede observar en el Apéndice A. Este cuestionario fue validado por 3 expertos, un experto en investigación y dos expertos en el área de Educación Física, quienes determinaron que cumple con los indicadores de pertinencia, relevancia y claridad para cada una de las preguntas, como consta en el Apéndice B. Se realizó la prueba piloto con el propósito de evaluar el comportamiento del instrumento y así evaluar la consistencia del contenido. Posteriormente, se aplicó la prueba de confiabilidad con el estadístico Alfa de Cronbach para estimar la consistencia interna del cuestionario, la información se procesó con el programa estadístico SPSS, el mismo que arrojó un índice de confiabilidad de 0,8, como se puede observar en la Tabla 1. Es decir que se encuentra dentro de la escala de 0,72 a 0,79, considerada como una *excelente confiabilidad*, de acuerdo con Baptista, Hernández, Fernández y Baptista 2006, p.439.

Tabla 1.
Cálculo de confiabilidad Alfa de Cronbach

	N	%	Alfa de Cronbach	N de elementos
Casos	30	100,0	0,8	18
Válidos	0	0		
	30	100,0		
Excluido ^a				
Total				

Elaboración: Equipo de Investigación

3. RESULTADOS.

La Tabla 2, muestra las frecuencias y porcentajes de las preguntas agrupadas de la variable Expresión Corporal, donde se observa que el 46,67 % de los estudiantes de tercero de Bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020, se encuentran en el nivel alto de conocimiento de Expresión Corporal, el 26,6 % se encuentran en el

nivel medio de conocimiento y el 26,67 % se encuentran en el nivel bajo de conocimiento de Expresión Corporal en el área de Educación Física.

Tabla 2.
Distribución de frecuencias y porcentajes del conocimiento de Expresión Corporal en el área de Educación Física.

Conocimiento de Expresión Corporal			
		Frecuencia	Porcentaje
		8	26,7
	Bajo		
	Medio	8	26,7
Válidos			
	Alto	14	46,7
Total		30	100,0

Elaboración: Equipo de Investigación

La Tabla 3, muestra las frecuencias y porcentajes de las preguntas agrupadas de la variable Música, donde se observa que el 30,00% de los estudiantes se encuentran en el nivel bajo de conocimiento de Música, 36,67% se encuentran en el nivel medio de conocimiento y el 33,33 % se encuentran en el nivel alto de conocimiento de Música.

Tabla 3.
Distribución de frecuencias y porcentajes del conocimiento de Música en el área de Educación Física.

Conocimiento de Música			
		Frecuencia	Porcentaje
	Bajo	9	30,0
	Medio	11	36,7
Válidos			
	Alto	10	33,3
Total		30	100,0

Elaboración: Equipo de Investigación

La tabla 4, muestra los resultados del análisis estadístico, en el que se encuentra de la existencia de una relación $r = 0,627$ entre las variables: Expresión Corporal y Música en el área de Educación Física. La relación entre las variables es positiva y tiene un nivel moderado. La significancia de $p=0,000$ evidencia que p es menor a 0,05, es decir que la relación es significativa, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Se concluye que existe relación entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020.

Tabla 4.

Correlación entre las Variables Expresión Corporal y Música en el área de Educación Física.

		Expresión Corporal	Música
Rho de Spearman	Expresión Corporal	1,000	,627**
	Coeficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30
Música	Coeficiente de correlación	,627**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	30	30

Nota: Se acepta Ha si y solo si Sig. < 0,05

4. DISCUSIÓN.

El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la *Expresión Corporal y la Música* en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020. En primer lugar se encontró que existe relación positiva y moderada entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020. Los estudiantes conocen que la Expresión corporal y la Música están vinculadas con actividades donde se utiliza el cuerpo, el tiempo y el espacio. Al respecto, varios autores, que señalan que la expresión corporal es un lenguaje que ayuda al alumno a mejorar su creatividad, su coordinación, su convivencia con los demás, su desarrollo cognitivo, contribuye a su control corporal, a su aprendizaje, disminuye el miedo al compartir sus ideas y afianza su autoestima, seguridad y motivación (Arguedas Quesada, 2004; Arguedas Quesada, 2009; Canales Lacruz, 2009; Castillo Viera & Rebollo González, 2009; García Sánchez, Pérez Ordás, & Calvo Lluch, 2011; Ibáñez Gericke, 2018; Monfort Pañego & Iglesias García, 2015; Ros, 2001; Torrents et al., 2011).

En segundo lugar, se observa que la mayoría de los estudiantes poseen un nivel medio de conocimiento sobre Expresión Corporal y Música en el área de Educación Física, pero muchos de ellos no han realizado la práctica de actividades de estos dos lenguajes juntos. Aunque la Expresión Corporal brinda beneficios, tanto al alumno como al profesor, ésta no es explotada a su máximo por el profesorado de Educación Física. Adicionalmente, nos preguntarnos si existe un estereotipo tradicional en relación con el género para la práctica de estas actividades, pues la literatura científica evidencia que hay una mayor utilización de prácticas corporales por las docentes mujeres en comparación de los docentes varones. Pero el principal problema que se detecta es la falta de las asignaturas de Expresión corporal y Música dentro de la malla curricular en la formación del profesorado de Educación Física. Lo que limita la puesta en práctica de estas actividades en su ejercicio profesional. Este problema se ve agravado por la escases de cursos de capacitación relacionados con estas materias (García Parra et al., 2004; Monfort Pañego e Iglesias García, 2015).

Desde otra perspectiva, y en consonancia con Borja González y Solís García (2012), la expresión corporal y la música juntas, fomentan también la educación inclusiva de personas con necesidades especiales (discapacidad visual, discapacidad intelectual, discapacidad física, etc.), pues estas actividades favorecen el disfrute, la comunicación, expresar lo que sienten a su manera, la creatividad, mejora su lateralidad, aumentan su motivación y aprendizaje kinestésico, y promueven en ellos una mejor calidad de vida. Además, estas actividades permiten el desarrollo de valores, sobre todo el respeto a las diferentes culturas, religiones, ideologías, tradiciones etc. Sin embargo de los múltiples beneficios en la educación, algunos docentes indican que la música no es de tanta utilidad, debido a que distrae al estudiante, perjudica en la organización del grupo y determina una pérdida de tiempo real de la clase (García Parra et al, 2004).

Finalmente los resultados demuestran que los alumnos prefieren realizar sus clases con música de fondo y tienen mayor aceptación por música actual que por la contemporánea, además de que al utilizar música en las clases los estudiantes poseen mejor estado de ánimo y mayor energía. Por tanto, la metodología docente al impartir Expresión Corporal debe ser una metodología flexible que favorezca el descubrimiento del estudiantado, es decir, una metodología constructivista y lúdica con el uso de diferentes materiales didáctico que enriquezca el proceso educativo (Paz, 1995). Por tanto, es recomendable utilizar en las clases de Educación Física la Expresión Corporal y la Música, desde los primeros niveles de educación, para así formar alumnos seguros, creativos, íntegros, que respeten su cuerpo y el de sus compañeros, lo a su vez tendrá como resultado clases placenteras y divertidas.

5. CONCLUSIONES.

En base al análisis realizado se extraen las siguientes conclusiones:

Se encontró que existe relación positiva y moderada entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato. Sin embargo, aunque la mayoría del estudiantado posee un nivel medio de conocimientos sobre la Expresión Corporal y la Música, muchos de ellos no han realizado la práctica de estos dos lenguajes juntos en las clases de Educación Física. Adicionalmente varios de ellos refieren desagrado y desinterés por aprender estas actividades. El tema menos trabajado en Expresión Corporal es el relacionado con la exploración del cuerpo, que corresponde a actividades de mímica, gestos, miradas y la educación postural. No obstante, algunos alumnos prefieren realizar sus clases con música de fondo y tienen mayor aceptación por música actual que por la contemporánea. Finalmente, algunos de los encuestados afirman que al utilizar música en las clases se sienten con un mejor estado de ánimo y demuestran mayor energía. Los resultados concuerdan con Numerosas Investigaciones demuestran que la Expresión Corporal y la Música son dos lenguajes que contribuyen a la comunicación de sentimientos y emociones al desarrollo emocional, psicomotor y cognitivo, ayudan a mejorar la creatividad, la innovación, la convivencia con los demás, la imaginación, la autoestima, seguridad y motivación. Éstas además promueven una Educación Inclusiva dentro de la comunidad Educativa. La Expresión Corporal y la Música son campos amplios, en los que el profesorado puede investigar para incorporar en su clase actividades nuevas, que no sean repetitivas y aburridas para el alumno. Esto permitirá motivar al

estudiantado y disminuir su inhibición, haciéndole sentir más relajado y más a gusto en las clases.

Dentro de las principales limitaciones que tiene el docente para no poner en práctica estos dos lenguajes se encuentran la falta de asignaturas relacionadas a la expresión corporal dentro de su formación docente, la lucha contra inhibición de los estudiantes al momento de participar en dichas actividades y las deficiencias en infraestructura y los materiales necesarios. Por tanto, se hace necesario un reajuste en la formación del profesorado de Educación Física, a fin de que se conjugue la teoría y práctica de estos dos lenguajes.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Alvarado, S., Flores, Y., Ramos, E., & Llapa, M. (2017). Investigación Descriptiva Correlacional. Recuperado el 26 de febrero de 2020, de https://www.academia.edu/33658533/INVESTIGACION_DESCRPTIVA_CORRELACIONAL

Arguedas Quesada, C. (2004). La Expresión Corporal y la Transversalidad como un Eje Metodológico Construido a Partir de la Expresión Artística. *Revista Educación*, 28(1), 123-131. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44028110%0A>

Arguedas Quesada, C. (2009). Música y expresión corporal en los procesos de enseñanza y aprendizaje del inglés, español y francés. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 9(1), 1-30. Recuperado de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/9382>

Borja González, V., & Solís García, P. (2012). Taller de música y danza: expresión corporal en un centro de apoyo a la integración de personas con discapacidad intelectual. *EmásF: revista digital de Educación Física*, (14), 52-59. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3859379>

Canales Lacruz, I. (2009). La mirada y el tacto en la expresión corporal. *Apunts: Educación física y deportes*, (98), 33-39. Recuperado de <https://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1391&highlight=Canales>

Castillo Viera, E., & Rebollo González, J. A. (2009). Expresión Y Comunicación Corporal En Educación Física. *Wanceulen E.F. Digital*, (5), 105-122. Recuperado de <http://www.wanceulen.com/revista/index.html>

Cuellar Moreno, M., & Pestano Pérez, M. A. (2013). Formación del Profesorado en Expresión Corporal : planes de estudio y Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 123-128. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34542>

Currículo de EGB y BGU de Educación Física. (2016). Ecuador.

García Parra, M., Ureña Villanueva, F., & Antúnez Medina, A. (2004). Utilización De La Música En Educación Física: Principales Problemas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 4(16), 286-296. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista16/artmusica.htm>

García Sánchez, I., Pérez Ordás, R., & Calvo Lluch, Á. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (20), 33-36. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3713271>

Hernández, R., & Fernández, C. y Baptista (2006). *Metodología de la Investigación*. Cuarta edición. Mac Graw Hill editores. México DF México, 103, 205.

Herrera, S. (2000). Ver la música, escuchar el movimiento. *Revista de la Lista Electrónica Europea de Música en la Educación*, (5), 1-4. Recuperado de <https://ojs.uv.es/index.php/LEEME/article/view/9693>

Ibáñez Gericke, T. (2018). Música e improvisación en el jardín: cuando el cuerpo expresa, construye identidad. *Revista musical chilena*, 72(230), 103-114. <https://doi.org/10.4067/s0716-27902018000200103>

Learreta Ramos, B., & Sierra Zamorano, M. Á. (2003). La Música como Recurso Didáctico. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (6), 27-37. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/35080>

Monfort Pañego, M., e Iglesias García, N. (2015). La creatividad en la expresión corporal. Un estudio de casos en educación secundaria. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (122), 28-35. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2015/4\).122.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2015/4).122.03)

Navarro Patón, R., Seco Gallo, L., & Basanta Camiño, S. (2016). Efecto de sesiones de Educación Física con soporte musical en el disfrute de niños de primaria. *Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte*, 9(9), 34-41. Recuperado de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=s3h&AN=125587444&lang=es&site=ehost-live>

Paz, M. (1995). Los objetos: recursos pedagógicos en expresión corporal. *Apunts: Educación física y deportes*, (40), 34-38. Recuperado de <https://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=832&highlight=Paz>,

Ros, N. (2001). Expresión Corporal en Educación Aportes para la Formación Docente. OEI-*Revista Iberoamericana de Educación*, 1-10. Recuperado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2967>

Rueda Villén, B., & López Aragón, C. E. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 141-148. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34545>

Torrents, C., Mateu, M., Planas, A., & Dinusova, M. (2011). Posibilidades de las tareas de expresión corporal para suscitar emociones en el alumnado. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 401-412. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235122167011.pdf>

Urrutia, A., & Díaz, M. (2013). La música contemporánea en la educación secundaria: características, prácticas docentes y posicionamiento del profesorado.

7. ANEXOS

ANEXO A

**UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
CUESTIONARIO PARA DETERMINAR LA RELACIÓN ENTRE LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA
MÚSICA EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA**

OBJETIVO: Determinar la relación entre la Expresión Corporal y la Música en la clase de Educación Física en la clase de Educación Física en estudiantes de tercero de bachillerato de la Institución Educativa Andrés F. Córdova de la ciudad de Quito en el periodo académico 2019-2020.

INSTRUCCIONES: Estimado Sr. /Srta. Solicito de la manera más comedida conteste las siguientes preguntas con la mayor sinceridad posible, las cuales serán tratadas con absoluta reserva, la veracidad de estas serán el éxito de la investigación.

Lea detenidamente cada pregunta Y Seleccione con una (X) la respuesta que usted crea correcto

DATOS INFORMATIVOS

Edad : Género: Masculino () Femenino ()

Nivel de conocimiento

Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
5	4	3	2	1

Variable 1: Expresión corporal	Nivel de conocimiento				
	1	2	3	4	5
1. ¿Consideras que en las clases Educación Física donde se involucre la educación postural?					
2. ¿Has trabajado alguna actividad en Educación Física donde se utilice diferentes gestos?					
3. ¿Considera que la mímica facial y la mirada son un instrumento de comunicación para expresar sentimientos?					
4. ¿Considera que es importante desarrollar la orientación espacial en las clases de Educación Física?					
5. ¿Toma conciencia de las posibilidades del movimiento en función al espacio en el que trabaja?					
6. ¿Para usted es importante conocer el lugar donde se va a trabajar previo a las actividades?					
7. ¿Considera que la Expresión Corporal ayuda a revivir hechos de distintas épocas?					
8. ¿Cree usted que la concentración es importante al momento de realizar actividades de expresión Corporal en la cuales se utilice tiempos y órdenes?					
9. ¿Has realizado actividades de Expresión Corporal donde se					

utilicen diferentes ritmos (rápido, normal, lento)?					
Variable 2: Música	Nivel de conocimiento				
10. ¿Con que frecuencia has realizado actividades de donde exista música clásica de fondo?					
11. ¿Has tenido conocimiento e los instrumentos musicales que se utilizaba en la edad media? (viola , rabel, fíbula, guitarra, cornetas)					
12. ¿Has realizado actividades de baile con música del siglo XX (rock, hip- hop, electrónica) en la clase de Educación Física?					
13. ¿Consideras relajante la música que tiene distintas armonías?					
14. ¿Ha realizado actividades con melodías rápidas y lentas dentro de la clase?					
15. ¿Te parece importante realizar actividades de Educación Física donde utilices varios ritmos musicales?					
16. ¿Al momento de escuchar música en las actividades pierdes la concentración para realizarlas?					
17. ¿Has sentido que utilizar música en actividades deportivas ayuda en tu motivación y estado de ánimo?					
18. ¿Consideras que la música ayuda a mantener tu energía durante la actividad física?					

Gracias por su colaboración

ANEXO B.

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Los expertos que validaron el instrumento constan a continuación:

1. Magíster Salvador Montero: Experto en investigación, Docente de la Facultad de Cultura Física- Universidad Central del Ecuador
2. Licenciado Gabriel Quijia: Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física, deportes y Recreación (ESPE), Instructorado en Fitness Grupal Bs As Argentina, 13 años de experiencia como instructor de gimnasia aeróbica
3. Licenciada Angélica Hernández: Licenciatura en Educación Física en ESPE (sede Latacunga), especialización en natación de combate, instructora de natación, ex instructora de Rumba, Actual profesora de Educación Física en la Institución Educativa Andrés F. Córdova.

Los tres expertos coincidieron en que las preguntas del cuestionario eran pertinentes, claras y coherentes, como se evidencia en los instrumentos firmados por los referidos validadores que se observan más adelante.

Fecha de recepción: 21/3/2020

Fecha de aceptación: 3/5/2020