UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNLOGÍA - FECYT

CARRERA: PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

TEMA:

"ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE PRÁCTICAS CORPORALES EXPRESIVO COMUNICATIVAS PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO"

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciatura en pedagogía de la actividad física y deporte

Línea de investigación: Gestión, calidad de la educación, procesos pedagógicos e idiomas

AUTOR:

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

DIRECTOR:

MSc. Vanessa Carolina Méndez Carvajal

Ibarra-Ecuador-2026

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

DIRECCIÓN DE BIBLIOTECA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago entrega del presenta trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Caicedo Padilla Francisco Leonardo

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo comunicativas para la formación integral de los estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro
AUTOR (ES):	Caicedo Padilla Francisco Leonardo
FECHA: DD/MM/AAAA	12/05/2026
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	■ **PREGRADO** ☐ **POSGRADO**
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Méndez Carvajal Vanessa Carolina MSc. David Francisco Mafla Nenger

2. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 12 días del mes de mayo de 2026

AUTOR:



Caicedo Padilla Francisco Leonardo

CERTIFICACIÓN DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 12 de mayo de 2026

MSc. Vanessa Carolina Méndez Carvajal

DIRECTORA DEL TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de Integración Curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
VANESSA CAROLINA MENDEZ CARVAJAL

(f)……

MSc. Vanessa Carolina Méndez Carvajal

C.C.:1002776407

APROBACIÓN DEL COMITÉ CALIFICADOR

El Comité Calificado del trabajo de Integración Curricular "Actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo comunicativas para la formación integral de los estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro" elaborado por Francisco Leonardo Caicedo Padilla, previo a la obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
VANESSA CAROLINA MENDEZ CARVAJAL

(f)……

MSc. Vanessa Carolina Méndez Carvajal

C.C.:1002776407

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
DAVID FRANCISCO MAFLA NENGER

(f)……

MSc. David Francisco Mafla Nenger

C.C.:1003535992

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación en primer lugar a Dios por permitirme concluir con este desafío.

Dedico también este logro a mi familia, aquellos que supieron estar para mí, que confiaron en el proceso, esto es una muestra de gratitud a ellos; de manera especial a mi novia por darme la fuerza necesaria para perseverar y seguir adelante.

En fin, dedico este trabajo a todas esas personas que tienen las ganas de comerse el mundo y la convicción de que para que el mundo cambie para bien uno mismo debe empezar por ese cambio que quiere ver.

Leo Caicedo 10

AGRADECIMIENTO

A Dios, que me brindó sabiduría, la paz y entendimiento ya que su guía ha sido fundamental para en este proceso.

A mi familia, a mi madre Marlene y sus palabras “Pon en primer lugar a Dios”, por ser ese gran apoyo constante a lo largo de mi vida y formación académica y que ha sabido inculcar en mí el valor de que el sacrificio de hoy es la recompensa de mañana y que la honestidad es lo único que me llevara a ser un hombre honorable; a mis hermanos Leonela y Miguel quienes con sus palabras de aliento y de apoyo para seguir adelante han sabido fortalecer en mí las ganas de perseguir aquello que pocas personas logran y es esa victoria interna.

De manera especial, a mi novia Joslin Abigail, por su amor, paciencia y empatía, por esa forma tan agradable de ayudarme y hacerme sentir que puedo con todos los obstáculos que se me presenten; a su familia, por brindarme acogida, cariño y confianza haciéndome sentir parte de ellos, su respaldo ha sido fundamental para continuar con firmeza para llegar a cumplir esta meta.

A mi Abuelita Francisca que en paz descanse, que mientras estuvo en este mundo supo direccionar mi vida a lo que me apasiona, que me enseñó a que no debo vivir con miedo y que debo ser un hombre útil.

A mi amigo Mateo, por estar conmigo hombro con hombro más de 4 años, tiempo en el que he logrado ver él, el significado de la palabra “amigo”.

A mi Padre Leonel, por su manera de enseñarme el valor de la disciplina, y que la constancia logra lo que las fuerzas no alcanzan.

Resumen Ejecutivo

La presente investigación se desarrolló en el marco de las exigencias educativas actuales, donde se reconoce la necesidad de implementar metodologías activas que favorezcan la creatividad, la comunicación y la interacción social de los estudiantes; en este contexto, las actividades lúdicas se consolidan como una herramienta pedagógica relevante, ya que permiten generar espacios dinámicos en los que el estudiante puedes expresarse y comunicarse a través del cuerpo, promoviendo un aprendizaje significativo; el objetivo principal del estudio fue determinar las actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas para la formación integral en estudiantes de bachillerato de la UE Ana Luisa Leoro durante el período 2025-2026; la investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, con un diseño no experimental de tipo descriptivo y de campo, aplicándose encuestas a docentes y estudiantes, así como ficha de observación, con el fin de identificar percepciones y niveles de desarrollo expresivo-comunicativo; los resultados evidenciaron que, aunque exista una valoración positiva en el ámbito educativo, persisten debilidades en la aplicación sistemática de estrategias lúdicas, lo que limita la expresión corporal, la comunicación y la interacción social; a partir de este diagnóstico se elaboró una propuesta de actividades lúdicas orientadas a fortalecer las prácticas corporales expresivo-comunicativas; se concluye que la aplicación constante e intencionada de actividades lúdicas favorece el desarrollo integral de los estudiantes, mejorando su seguridad, participación y capacidad de expresión.

Palabras clave: Actividades lúdicas, expresión corporal, prácticas corporales expresivo-comunicativas, formación integral.

Abstract

The present research was developed within the framework of current educational demands, which highlight the need to implement active methodologies that promote creativity, communication, and social interaction among students. In this context, playful activities are recognized as an important pedagogical tool because they create dynamic learning environments in which students can express themselves and communicate through body movement, thereby fostering meaningful learning. The main objective of the study was to analyze the impact of playful activities on the development of expressive-communicative bodily practices, contributing to the comprehensive education of high school students at the Ana Luisa Leoro Educational Unit during the 2025–2026 academic period. The research followed a mixed-method approach with a non-experimental, descriptive field design. Data were collected through surveys administered to teachers and students, as well as observation sheets used to identify perceptions and levels of expressive communicative development. The results showed that, although playful activities are positively valued within the educational environment, there are still weaknesses in their systematic implementation. This limitation restricts the development of body expression, communication, and social interaction among students. Based on this diagnosis, a proposal of playful activities aimed at strengthening expressive communicative bodily practices was designed. It is concluded that the consistent and intentional use of playful activities promotes the comprehensive development of students by improving their confidence, participation, and expressive abilities.

Keywords: Playful activities, body expression, expressive-communicative bodily practices, comprehensive education.

Índice de contenidos

Contenido

INTRODUCCIÓN 14

Contextualización del problema 14

Objetivos 20

Objetivo General 20

Objetivos Específicos 20

Preguntas de investigación 20

Capítulo 1: Marco Teórico 22

1.1. Actividades lúdicas 22

1.1.1. Conceptualización de actividades lúdicas 22

1.1.2. Importancia de las actividades lúdicas- 24

1.1.3. Clasificación de las actividades lúdicas 25

1.1.4. Ventajas en el ámbito educativo 27

1.2. Expresión y prácticas corporales expresivo-comunicativas 27

1.2.1. Conceptualización de expresión corporal 27

1.2.2. Características de la expresión corporal 29

1.3. Prácticas corporales expresivo-comunicativas 30

1.3.1. Definición 30

1.3.2. Clasificación de prácticas corporales expresivo-comunicativas 31

1.3.3. Ventajas en el ámbito educativo 32

1.4. Formación integral del estudiante 32

1.4.1. Definición 32

1.4.2. Ventajas en el ámbito educativo 33

1.5. Actividades lúdicas y prácticas-corporales expresivo-comunicativas 34

1.5.1. Definición 34

1.5.2. Importancia de las actividades lúdicas en la formación integral 34

Capítulo 2: Materiales-y-Métodos 36

2.1. Tipo de investigación 36

2.1.2. Investigación bibliográfica 36

2.1.3. Alcance de la investigación 36

2.1.4. Investigación descriptiva y de campo 37

2.1.5. Diseño de investigación 37

2.1.6 Métodos de investigación 37

2.2.1 Encuesta 38

2.2.2 Ficha de Observación 38

2.3. Preguntas de investigación 39

2.4. Matriz de operacionalización de variables 40

2.5. Participantes 40

2.6. Procedimiento y análisis de datos 41

Capítulo 3: Resultados y Discusión 43

3.1. Encuesta aplicada a estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro. 43

3.2. Encuesta aplicada a docentes de Educación Física de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro 49

3.3. Ficha de observación aplicada a los estudiantes-de-bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro 54

Capítulo 4: Propuesta 60

4.1. Título de la propuesta 60

4.2. Introducción 60

4.3. Objetivos 61

4.3.1. Objetivo general 61

4.3.2. Objetivos específicos 61

4.4. Desarrollo de la propuesta 62

Conclusiones 103

Recomendaciones 104

Índice de tablas

Tabla 1; 43

Tabla 2; 43

Tabla 3; 44

Tabla 4; 44

Tabla 20; 54

Tabla 21; 55

Tabla 22; 55

Tabla 23; 56

Tabla 24; 56

Tabla 25; 57

Tabla 26; 57

Tabla 27; 58

Tabla 28; 58

Tabla 29; 59

Tabla 30: Planificación 1 63

Tabla 31: Planificación 2 66

Tabla 32: Planificación 3 70

Tabla 33: Planificación 4 74

Tabla 34: Planificación 5 78

Tabla 35: Planificación 6 82

Tabla 36: Planificación 7 86

Tabla 37: Planificación 8 90

Tabla 38: Planificación 9 94

Tabla 39: Planificación 10 98

Índice de ilustraciones

Ilustración 1; 40

Ilustración 2; 41

Ilustración 3; 64

Ilustración 4; 65

Ilustración 5; 68

Ilustración 6; 68

Ilustración 7; 71

Ilustración 8; 72

Ilustración 9; 76

Ilustración 10; 76

Ilustración 11; 79

Ilustración 12; 80

Ilustración 13; 84

Ilustración 14; 84

Ilustración 15; 87

Ilustración 16; 88

Ilustración 17; 92

Ilustración 18; 96

Ilustración 19; 99

Ilustración 20; 101

INTRODUCCIÓN

Contextualización del problema

Las actividades lúdicas son una herramienta pedagógica muy útil, las mismas tienen la posibilidad de ayudar a mejorar el aprendizaje siendo una forma divertida para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas; ahora bien, en el contexto de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro se ha evidenciado una aplicación deficiente de actividades lúdicas para ayudar a desarrollar prácticas corporales expresivo-comunicativas.

Esto se debe a la creencia de que la educación debe estar centralizada a la teoría y con ello a otras materias consideradas más importantes como: matemáticas, lengua y literatura, ciencias sociales, idiomas, entre otras, lo que significa una desvalorización de estas actividades que promueven el desarrollo de prácticas corporales que ayudan en la formación integral, algo que sin duda tiene gran relevancia como estrategia pedagógica considerando que la expresión corporal y comunicación a través del cuerpo resultan esenciales para el desarrollo emocional y social.

Delimitación del problema

En la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, ubicada en la cuidad de Ibarra, provincia de Imbabura se ha observado el día a día de los estudiantes de bachillerato, y se logró evidenciar que existe baja confianza para participar en actividades grupales, interacción negativa entre compañeros o dificultad para comunicar ideas, aquello es una muestra de que los estudiantes de bachillerato presentan falencias para expresarse de manera oral, corporal y gestual, lo que permite diagnosticar que hay una inexistente práctica corporal expresivo comunicativa.

Una inadecuada aplicación de actividades lúdicas, así como los espacios educativos limitados; restringe la posibilidad de que los estudiantes desarrollen habilidades sociales para permitir surgir el potencial expresivo, que afecta el desempeño académico y social particularmente en actividades en las que necesitan de la comunicación libre y el juego como medio para el aprendizaje. También puede provocar que no se fortalezcan las competencias indispensables para el desarrollo integral, por esta razón se considera necesario analizar como la implementación de actividades lúdicas puede convertirse en una herramienta pedagógica muy poderosa y efectiva para

potenciar las prácticas corporales expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato.

La investigación fue llevada a cabo en período escolar 2025-2026, centrándose en el alumnado del bachillerato, quienes poseen un rango de edad entre los 15 y los 18 años. La investigación hizo énfasis en analizar la incidencia y percepción de las en el desarrollo de las prácticas corporales expresivo-comunicativas, entendiéndose como aquellas que permiten al estudiante dar a conocer sus ideas, emociones y pensamientos mediante el lenguaje verbal y no verbal, contribuyendo así a la formación de los estudiantes.

Formulación del problema

¿Cómo inciden las actividades lúdicas en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas para la formación integral de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, durante el período del 2025-2026?

Antecedentes

En los últimos años, la mención sobre cómo las actividades lúdicas pueden ayudar a orientar a los estudiantes con metodologías más activas y participativas va en aumento. En este contexto, las actividades lúdicas se han convertido en un recurso pedagógico de gran valor ya que con sus propiedades de fomenta la creatividad, comunicación y aprendizaje; actividades que por su aplicación se entienden como aquellas habilidades que permitirán que los estudiantes sean capaces expresarse correcta y libremente.

De acuerdo con Vygostky (1979), el juego es una herramienta esencial para el desarrollo del lenguaje, ya que permite al estudiante construir significados mediante la interacción social. Esta concepción está íntimamente vinculada con el tema de investigación, ya que las actividades lúdicas favorecen espacios de comunicación natural y espontánea; el aula podría ser el espacio más adecuado para poner en práctica estas habilidades para compartir ideas o para reforzar el lenguaje corporal. De tal forma, el juego se transforma para el alumnado en un medio por el que aprenden a comunicarse mientras actúan y colabora con los demás, lo que refuerza su desarrollo integral.

Por su parte, Bruner (1991), resalta que las experiencias lúdicas estimulan la exploración, la comunicación y la construcción del conocimiento, aspectos fundamentales en la educación contemporánea. Este planteamiento coincide con el propósito de esta investigación considerando a las actividades lúdicas no solo como elemento motivador si no como elemento para favorecer el aprendizaje significativo, permitiendo que los estudiantes sean protagonistas en la construcción de su propio conocimiento a través de la interacción y la expresión.

Dicho con palabras de Diaz Barriga, el uso del juego como estrategia educativa, participativa y activa en el aula favorece el desarrollo de expresión, la seguridad y la disposición del estudiante para intervenir en los respectivos momentos de la clase, convirtiéndolo así en protagonista de su propio aprendizaje, es así que las actividades lúdicas no solo fortalecen la comunicación, sino también contribuyen al desarrollo de una actitud positiva hacia el entorno y hacia el aprendizaje (Barriga, 2020)

Como menciona Reyes Muñoz (2020), la aplicación de actividades lúdicas en el aula promueve la empatía, el trabajo colaborativo y la argumentación; esto favorece el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas de forma clara debido a que el uso del cuerpo como medio de expresión, a través de juegos, dinámicas y actividades participativas, contribuye significativamente a mejorar la fluidez en la expresión oral y la interacción social. Los resultados del autor permiten reafirmar la influencia positiva que se obtiene al incorporar juegos y dinámicas intencionalmente para una formación integral.

En conjunto, los autores citados coinciden en que el juego promueve un ambiente educativo participativo, dinámico y comunicativo. Incluso en algunos estudios internacionales se evidencian resultados positivos, el presente trabajo de investigación busca adaptar estas experiencias a la realidad local, demostrando cómo las actividades lúdicas pueden aplicarse de manera sistemática para fortalecer las habilidades expresivas y comunicativas de los estudiantes de bachillerato, promoviendo así su desarrollo personal, social y académico.

Por otro lado, Robinson (2020), plantea una perspectiva centralizada en educación creativa, tomando a las actividades lúdicas y expresivas como punto de partida por su relación con el movimiento y expresión corporal que, favorecen el

desarrollo de la confianza y libertad para expresarse en los estudiantes. En su estudio hace referencia a que estos espacios lúdicos permiten superar el miedo al error y por el contrario fortalecen la seguridad personal, lo cual incide directamente en la comunicación y gestión de emociones. En este sentido, la expresión corporal no sé limita al contexto artístico y pasa a ser un medio para el desarrollo integral ya que contribuye a formar estudiantes capaces de interactuar de forma efectiva en distintos contextos sociales.

Además, en la Unidad Educativa Jacinto Collahuazo, Bolaños Encalada (2024), observó que las actividades lúdicas ayudaban a los estudiantes de primero de bachillerato a mejorar su comunicación su comunicación no verbal y su interacción social. Lo que encontró Bolaños Encalada en la Unidad Educativa Jacinto Collahuazo es clave, porque muchas veces no se toma en cuenta la importancia que tiene la comunicación no verbal. Las actividades lúdicas no solo hacen que los estudiantes se diviertan, también ayudan a conectar mejor con los demás, a leer gestos, expresiones y a mejorar las relaciones.

Si desde de bachillerato se lograría empezar a desarrollar estas habilidades, en el futuro podrán desenvolverse mejor en entrevistas, exposiciones o cualquier entorno social. Saber expresarse sin palabras es tan importante como hablar bien, y eso se entrena desde el juego.

El planteamiento resalta la importancia de reconocer el cuerpo como un medio genuino de comunicación, con la función de transmitir emociones, intenciones y significados de manera auténtica, es así a modo que la expresión corporal figura siendo una herramienta formativa que permite a los estudiantes desarrollar aspectos como: seguridad, coherencia entre lo que sienten y expresan además de mayor claridad al interactuar con su entorno. El uso consciente del cuerpo como lenguaje favorece una comunicación más acertada, ya que no depende únicamente de la palabra, sino que integra el gesto, el movimiento y la presencia corporal. Esta corriente de pensamiento resulta muy notable en el ámbito educativo (Schinca, 2020, pp.45-53).

La recopilación de estos estudios previos permite evidenciar que las actividades lúdicas constituyen un medio de enseñanza fundamental para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas. Autores clásicos y contemporáneos coinciden en

que el juego, la expresión corporal y las estrategias participativas generan espacios seguros donde se puede dar con naturalidad y autenticidad la interacción entre pares. Ahora bien, estas prácticas no solo inciden en la fluidez expresiva, sino que también repercuten en el desarrollo socioemocional y en la construcción de identidad del estudiante es por eso que se reafirma la relevancia en los procesos educativos.

La compilación de estos estudios previos permitió demostrar que las actividades lúdicas constituyen un medio de enseñanza fundamental para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas. Autores clásicos y contemporáneos coinciden en que el juego, la expresión corporal y las estrategias participativas generan espacios cómodos donde se puede dar con naturalidad la interacción entre pares. Si bien, estas prácticas no solo inciden en la fluidez expresiva, sino que también repercuten en el desarrollo socioemocional y en la construcción de identidad del estudiante lo que reafirma la relevancia en los procesos educativos.

Justificación

La importancia de esta investigación es descubrir al juego como herramienta para desarrollar la expresión corporal en los estudiantes de bachillerato siendo clave en el proceso de transición de ser adolescentes a ser adultos que puedan manejar sus expresiones y emociones de manera correcta en todos los contextos que se les puedan presentar.

Como enmarca Calmels (2023), el juego es una herramienta eficaz que permite a los jóvenes conectar con sus emociones y mejorar habilidades sociales. Además, la expresión corporal, según Schinca (2020), ayuda a los estudiantes a encontrar su propio lenguaje corporal, lo que puede mejorar su autoestima y confianza. Lo que dice Calmels (2023), en torno a ser una herramienta eficaz cobra mucho sentido, sobre todo en una época en la que los jóvenes enfrentan tanto estrés, presión académica y dificultades emocionales. A nivel mundial, se está reconociendo cada vez más que el desarrollo socioemocional es tan importante como el desarrollo intelectual.

No se trata solo de memorizar o sacar buenas notas, sino de formar personas equilibradas, seguras de sí mismas y capaces de relacionarse de manera sana con los demás. En ese contexto, el juego se convierte en mucho más que una simple actividad

de entretenimiento, se vuelve una vía para explorar emociones, canalizar tensiones y aprender a convivir. En este sentido, cuando Calmels (2023), señala que. El juego conecta a los jóvenes con sus emociones y ayuda a mejorar sus habilidades sociales; un aspecto fundamental: el juego genera un espacio seguro para expresarse sin miedo al juicio, permitiéndoles mostrarse tal como son. Y precisamente ahí radica su gran importancia.

Muchas veces, a los jóvenes les cuesta poner en palabras lo que sienten, pero su cuerpo sí lo dice todo. La expresión corporal les da la oportunidad de "hablar" de otra forma, más auténtica, más libre, y eso tiene un gran impacto en la autoestima y la confianza. Debido a que cuando se siente escuchado incluso por medio del cuerpo empieza a valorarse más y perder el miedo a ser diferente. Este tipo de aprendizaje significativo le puede servir en todo contexto no solo educativo sino también para dejar huella para toda la vida.

En el futuro, quienes exploren su lenguaje corporal y conecten con sus emociones desde el juego, tendrán más herramientas para enfrentar desafíos, hablar en público, liderar, trabajar en equipo, o simplemente comunicarse con claridad y empatía. Entonces si se pudiera llevar todo esto a lo micro, la realidad en la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, también se verá. En este sentido, la incorporación de actividades lúdicas, juegos de roles, o ejercicios de expresión corporal en una clase de Lenguaje, de Educación Física o en tutorías produce un cambio, los alumnos se sueltan mucho más, se ríen, participan sin tanto miedo e incluso mejoran la forma de expresarse ante los demás.

Estos espacios hacen que el aula deje de ser un lugar rígido y se transforme en un ambiente donde se aprende desde el cuerpo, las emociones y la interacción. A razón de esto es correcto justificar que el uso del juego y la expresión corporal en las clases no es solo moda, es una necesidad. Debido a que el docente está preparando a personas para vivir en mundo que exige conocimiento como base, pero también exige humanidad, sensibilidad y confianza en uno mismo.

De manera que implementar estás actividades enmarca un gran beneficio a los estudiantes en su desarrollo personal, sin descuidar el desarrollo en el contexto

educativo. Sentirse más seguros y capaces de expresar, es probable que los estudiantes participen de forma más activa en las clases y se relacionen con sus compañeros.

Ahora bien la viabilidad de este trabajo de investigación está determinada porque los objetivos son ejecutables, porque existen los recursos necesarios para una investigación bibliográfica, docentes que dan acompañamiento durante el proceso, documentos legales habilitantes y los beneficiarios directos que serán los estudiantes de bachillerato y los docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, ya que con los resultados las autoridades podrán realizar una revisión de las planificaciones para que en estas este integrado el uso de actividades lúdicas.

Por todas estas razones, sé cree que es fundamental incorporar actividades lúdicas centradas en la expresión corporal en el currículo de bachillerato de la institución.

Objetivos

Objetivo General

Determinar las actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas para la formación integral en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

Objetivos Específicos

- Indagar sobre el conocimiento que poseen estudiantes y docentes sobre las actividades lúdicas y juegos, así como los beneficios que estos aportan en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas.
- Identificar las percepciones que tienen estudiantes y docentes sobre la influencia de las actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en la formación integral.
- Diseñar actividades lúdicas que promuevan el desarrollo de habilidades expresivo-comunicativas a través del cuerpo.

Preguntas de investigación

- ¿Qué conocimiento poseen estudiantes y docentes sobre las actividades lúdicas y juegos, así como los beneficios que estos aportan en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas?

- ¿Cómo perciben estudiantes y docentes la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en la formación integral?
- ¿Cómo diseñar actividades lúdicas que promuevan el desarrollo de habilidades expresivo-comunicativas mediante el uso del cuerpo?

Capítulo 1: Marco Teórico

Las actividades lúdicas en Educación Física son una estrategia pedagógica muy importante para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas, al propiciar espacios de participación, exploración corporal y expresión de emociones a través de juegos con propósitos educativos. La variedad de investigaciones que existen sobre este campo se detalla a continuación.

1.1.Actividades lúdicas

1.1.1. Conceptualización de actividades lúdicas

Las actividades lúdicas constituyen un elemento fundamental en los procesos educativos que al permitir el desarrollo integral del estudiante mediante experiencias significativas basadas en el juego. Desde el enfoque teórico de Johan Huizinga, el juego es concebido como una actividad libre, voluntaria y separada de la vida cotidiana, que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales definidos, bajo reglas aceptadas libremente por los participantes, y que posee un valor cultural y formativo en sí mismo (Huizinga, 1938). Es importante considerar la perspectiva huizinguiana porque siendo una obra clásica sigue siendo un referente teórico vigente y ampliamente citado en estudios contemporáneos.

Sobre este punto, Huizinga (1938) afirma lo siguiente:

> El juego es más viejo que la cultura, pues por muy adecuadamente que se defina el concepto de cultura, siempre presupone una sociedad humana, y los animales no han esperado a que el hombre les enseñara a jugar. El juego es una función significativa, es decir, encierra un determinado sentido. En el juego hay algo en 'juego' que rebasa las necesidades inmediatas de la vida y confiere a la acción un significado propio. (p.11)

Las actividades lúdicas se constituyen con un gran impacto en el proceso educativo, ya que permiten generar aprendizajes significativos a partir de experiencias dinámicas, motivadoras y participativas. Candela & Benavides (2020) señalan que las actividades lúdicas favorecen la forma de implicarse del estudiante en su propio aprendizaje, al captar su atención y despertar el interés mediante el juego además que ayuda a que el estudiante alcance los conocimientos, explore su propio cuerpo.

Desde esta perspectiva a los estudiantes se interesan mucho más de una actividad si está basada en juego, y dependerá de algunos factores como: planteamiento,

carácter lúdico, ambiente motivador. Es así como el estudiante se convierte en protagonista porque toma decisiones, asume retos, y coopera con sus compañeros, facilitando la comprensión de contenidos así el docente pasa de ser un mediador y acompañante en el aprendizaje a un transmisor rígido y autoritario.

Las actividades lúdicas se conciben como estrategias que integran el juego de manera intencionada dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, con el propósito de favorecer la participación, motivación, pero con énfasis en el desarrollo integral del estudiante. En ese sentido, Quishpe, Rubio y Mamani (2024), señalan que, los juegos educativos constituyen recursos didácticos que trasciendan el carácter recreativo, ya que permiten desarrollar habilidades cognitivas, sociales y emocionales mediante la interacción, la resolución de problemas y la cooperación entre los participantes (Quishpe et al., 2024).

Desde esta perspectiva, las actividades lúdicas promueven un aprendizaje significativo al situar al estudiante como protagonista de su propio proceso formativo, favoreciendo su disposición para aprender. Asimismo, los autores resaltan que el juego, cuando es planificado y orientado pedagógicamente, genera un ambiente dinámico que estimula el interés, la creatividad y la motivación, elementos fundamentales para lograr los objetivos educativos.

Como afirma Aquino Casal, "El juego es una táctica pedagógica fundamental, porque a través de actividades lúdicas el alumno examina su cuerpo, cultiva la creatividad y mejora la comunicación con los demás, lo que hace que el aprendizaje sea una experiencia importante" (Casal, 1996). De esta manera se resalta el valor del juego como un medio pedagógico que trasciende lo recreativo y se convierte en una herramienta formativa integral.

Desde la perspectiva de la presente investigación, este planteamiento se relaciona directamente con el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, ya que el uso de actividades lúdicas permute que los estudiantes utilicen su cuerpo como un medio de expresión y comunicación. Tal como señala Aquino Casal, las formas jugadas favorecen la participación, la creatividad y la interacción social, aspectos que se evidencian cuando los estudiantes se involucran en dinámicas corporales que estimulan el movimiento libre, la expresión de emociones y el trabajo cooperativo

Asimismo, a pesar de que el autor dirige su análisis a la etapa preparatoria, sus aportes mantienen la vigencia en niveles educativos superiores, puesto que el juego continúa siendo un valioso recurso didáctico que permite hacer frente a la inhibición corporal y al mismo tiempo poner en marcha la comunicación no verbal. En este sentido, es cierto que la investigación confirma que la implementación de actividades lúdicas fundadas en la expresión corporal contribuye de una u otra manera a la formación integral del alumnado, reforzando lo afirmado por, Aquino Casal (1996), acerca del valor educativo del juego como indicador del aprendizaje.

1.1.2. Importancia de las actividades lúdicas

La importancia de las actividades lúdicas yace en la aplicación en las distintas fases del proceso enseñanza-aprendizaje, tomando en cuenta que es una metodología muy efectiva para que los estudiantes puedan experimentar, adquirir nuevas vivencias y conceptos en cuanto a lo educativo, con respecto al desarrollo personal la importancia se nota por mantener un equilibrio en las emociones durante las actividades propuestas.

Como dice *El Manual del Docente Lúdico* que plantea la idea de que la lúdica, el juego y la recreación trabajan en conjunto como estrategias pedagógicas para promover un aprendizaje más relevante en todo lo que se refiere a formación integral. Según Alvarenga (2023) en este manual sostiene que el juego no debe concebirse únicamente como una actividad recreativa, sino como un recurso didáctico utilizado intencionalmente para que aplicado dicho recurso sea capaz de fortalecer los procesos cognitivos, emocionales, sociales y comunicativos en el contexto educativo.

Desde esta perspectiva las distintas dimensiones del desarrollo estudiantil están dadas por diferentes criterios:

- **Dimensión cognitiva:** En esta dimensión, el juego estimula procesos mentales como la atención, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas. Según Alvarenga (2023), las actividades lúdicas permiten que el estudiante construya conocimientos de forma activa, relacionando la experiencia con los contenidos curriculares, lo que facilita una comprensión más profunda y duradera del aprendizaje.
- **Dimensión social:** La lúdica promueve la interacción entre pares, el trabajo cooperativo y el respeto por normas y reglas, Alvarenga (2023), destaca que, a

través del juego, los estudiantes desarrollan habilidades sociales como cooperación, solidaridad y convivencia, elementos esenciales para la formación ciudadana y la interacción en el entorno escolar.

- **Dimensión emocional:** Las actividades lúdicas favorecen la autorregulación emocional y fortalecimiento de la autoestima. Alvarenga (2023), señala que, el juego contribuye a crear ambientes educativos positivos, reduciendo la ansiedad y el estrés, y generando una actitud favorable hacia el aprendizaje.
- **Dimensión comunicativa y expresiva:** La lúdica potencia la expresión oral, corporal y gestual del estudiante. A través de dinámicas recreativas y juegos expresivos, los estudiantes desarrollan habilidades comunicativas que les permiten interactuar eficazmente, expresar ideas, emociones y fortalecer su identidad personal y social (Alvarenga, 2023).

1.1.3. Clasificación de las actividades lúdicas

Existen bastantes investigaciones y bosquejos sobre la clasificación de actividades lúdicas ahora bien entendiendo el papel tan importante que juega en el proceso de aprendizaje mediante las distintas actividades lúdicas. Jean Piaget concibe el juego como una actividad fundamental para el desarrollo intelectual del estudiante, ya que permite la construcción progresiva del conocimiento a partir de la interacción con el entorno. Desde su teoría del desarrollo cognitivo, sostiene que el aprendizaje se produce mediante procesos de asimilación y acomodación, los cuales se manifiestan de manera natural a través del juego (Piaget, 1961). Es así como Piaget clasifica el juego en función de las etapas del desarrollo cognitivo estableciendo los tipos principales de la siguiente manera:

- **Juego de ejercicio:** Corresponde a las primeras etapas del desarrollo infantil y se caracteriza por la repetición de acciones motoras y sensoriales que generan placer funcional. Contribuye al desarrollo físico, la coordinación motriz y el dominio corporal, siendo fundamental en la exploración inicial del entorno (Piaget, 1961).
- **Juego simbólico:** Se basa en la representación de situaciones reales o imaginarias mediante la imitación y la dramatización. A través de este tipo de juego, el niño desarrolla la imaginación, el lenguaje, la creatividad y la expresión emocional. Además de favorecer la comprensión de roles sociales (Piaget, 1961).

- **Juego de reglas:** Se caracteriza por la presencia de normas explícitas que deben ser respetadas por los participantes. Este tipo de juego favorece el desarrollo del pensamiento lógico, la autorregulación, la cooperación y el respeto por normas, siendo común en edades escolares y en actividades deportivas (Piaget, 1961).

Las actividades lúdicas con intencionalidad pedagógica se convierte en un recurso muy poderoso, (Padín, 2023) señala que las experiencias lúdicas bien estructuradas integran objetivos de aprendizaje , contenidos curriculares y procesos de evaluación, es así que la clasificación de las actividades lúdicas facilita la comprensión de los distintos tipos de juegos que pueden emplearse en el contexto educativo, permitiendo al docente seleccionar estrategias acordes a las necesidades, intereses y características de los estudiantes. De acuerdo con los enfoques actuales sobre aprendizaje basado en juego y gamificación, las actividades lúdicas pueden clasificarse de esta manera:

- **Juegos simbólicos o de rol:** Son aquellos en los que los estudiantes asumen roles, representan situaciones imaginarias o recrean contextos de la vida real. Este tipo de juego favorece la creatividad, expresión oral, la empatía y la comprensión social (Padín, 2023).
- **Juegos de reglas:** Se caracterizan por la presencia de normas claras que regulan la participación de los jugadores. Estos juegos promueven el respeto por las normas, la cooperación, la toma de decisiones y el desarrollo del pensamiento lógico (Padín, 2023).
- **Juegos motores o de movimiento:** Incluyen actividades que implican desplazamiento, coordinación, equilibrio y control corporal. Contribuyen al desarrollo física, la salud, la disciplina y el trabajo en equipo (Padín, 2023).
- **Juegos didácticos:** Están diseñados específicamente con fines educativos y se orientan al refuerzo de contenidos curriculares. Facilitan la compresión de conceptos (Padín, 2023).
- **Juegos cooperativos:** Se basan en la colaboración entre los participantes para alcanzar un objetivo común. Fomentan valores como la solidaridad, la comunicación, la inclusión y la resolución pacífica de conflictos (Padín, 2023).

- **Juegos por gamificación:** Incorporan elementos propios del juego (puntos, niveles, retos, recompensas) dentro de actividades educativas, incrementando el compromiso, la motivación y la participación del estudiantado (Padín, 2023).

Por su parte, (Muñoz, 2020) sostiene que la planificación cuidadosa de estas estrategias, basada en análisis de necesidades y objetivos de comunicación, es clave para su éxito la selección intencionada de actividades lúdicas debe ir acompañada de una guía didáctica adecuada.

Es así como Muñoz (2020), señala que "Las estrategias basadas en el juego didáctico son una forma innovadora y novedosa de educar, por lo que pueden ser aplicadas por los docentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje" (p.25).

1.1.4. Ventajas en el ámbito educativo

Dentro de las actividades lúdicas se incluyen dos modalidades clave que son: la gamificación y el aprendizaje basado en juegos. La gamificación, según Darad (2024), implica la incorporación de elementos de juego (puntos, insignias, niveles) en entornos educativos no lúdicos, con el fin de aumentar la motivación, fomentar la colaboración y mejorar la solución de problemas

Las actividades para desarrollar expresividad oral y corporal, por ejemplo, usando niveles comunicativos o sistemas de recompensas para estimular la participación de los estudiantes de bachillerato. El aprendizaje con juegos según Darad (2024), presenta múltiples beneficios abordados en estudios recientes que dan a conocer mejoras moderadas a grandes en los ámbitos cognitivo, social, emocional, motivacional y de compromiso del estudiante. Estos hallazgos respaldan que integrar dinámicas de juego estructuradas estimulará la interacción, la memorización de vocabulario y la fluidez verbal.

1.2.Expresión y prácticas corporales expresivo-comunicativas

1.2.1. Conceptualización de expresión corporal

La expresión corporal se constituye como una disciplina que utiliza el cuerpo y el movimiento como medios fundamentales de comunicación, expresión y construcción de significado. Sus bases teóricas se encuentran principalmente en los aportes de Rudolf Laban, considerado el padre del movimiento expresivo, y Patricia Skotoe, pionera de la expresión corporal en el ámbito educativo.

Laban (1987), concibe que, el movimiento corporal es lenguaje expresivo, a través del cual el ser humano manifiesta emociones, pensamientos e intenciones. Desde su enfoque, el cuerpo no solo ejecuta acciones, sino que comunica, significados a partir de la relación entre el espacio, el tiempo, el peso y el flujo del movimiento.

Laban (1987) sostiene: "El movimiento es el lenguaje oculta del alma, a través del cual el ser humano expresa sus pensamientos, emociones e intenciones"

Asimismo, Laban (1987), sostiene que: "Toda acción corporal posee un contenido expresivo que refleja la personalidad y el estado interior del individuo"

Desde este enfoque, la expresión corporal se entiende como un proceso o una actividad coherente donde interviene lo físico, lo emocional y lo social, que permite al ser humano comunicarse de forma no verbal e interactuarse con su entorno.

La expresión corporal, entendida desde una perspectiva pedagógica y formativa, resalta su importancia en el desarrollo integral del ser humano. Se concibe como una disciplina que valora principalmente la espontaneidad del movimiento se convierte en un medio a través del cual la persona puede comunicarse, expresarse y crear, favoreciendo tanto el autoconocimiento como la relación con los demás (Stokoe & Harf, 1986). Asimismo, el cuerpo se configura como una herramienta fundamental de comunicación que permute manifestar el mundo interno del individuo (Stokoe, 1994).

A partir de los aportes de Rudolf Laban y Patricia Stokoe, la expresión corporal deja de entenderse únicamente como actividad física para reconocerse como un lenguaje expresivo-comunicativo clave en la formación integral. Laban (1987), sostiene que, todo movimiento está cargado de intencionalidad comunicativa, lo que posiciona al cuerpo como un canal para expresar la intencionalidad del sujeto. Esta visión se articula con el enfoque educativo Stokoe y Harf (1986), quienes señalan que la expresión corporal potencia el autoconocimiento, estimula la creatividad y fortalece la interacción social en el ámbito educativo. En conjunto, estas perspectivas coinciden en que le cuerpo no solo ejecuta movimientos, sino que también comunica, siente y construye significados.

1.2.2. Características de la expresión corporal

La expresión corporal es concebida en la literatura contemporánea como una disciplina que utiliza el cuerpo y el movimiento como lenguajes fundamentales de comunicación no verbal, permitiendo al individuo expresar emociones, pensamientos, vivencias y significados personales y colectivos. Desde un enfoque educativo y artístico, la expresión corporal se caracteriza por integrar dimensiones motrices, cognitivas, emocionales y sociales, consolidándose como una herramienta formativa para el desarrollo integral del ser humano.

En esta línea, Kalmar (2024), plantea que, la expresión corporal tiene como finalidad potenciar el lenguaje corporal y expresivo de la persona, fomentando un movimiento consciente que integre sentido, emoción y significado propio. La autora destaca que una de las particularidades fundamentales de esta disciplina radica en que cada individuo puede desarrollar su propia forma de expresión a partir de su experiencia corporal, sin estar sujeto a esquemas técnicos rígidos.

De igual manera, la expresión corporal se caracteriza por su naturaleza comunicativa, en la que el cuerpo actúa como un canal para transmitir sin recurrir al lenguaje verbal. Al respecto, Gastiabur Barba (2024); señala que, esta disciplina representa una de las manifestaciones más genuinas de la comunicación humana, ya que posibilita expresar emociones, relatar vivencias y exteriorizar el mundo interno mediante el movimiento. Desde esta perspectiva, elementos como el gesto, la postura, el ritmo y la dinámica corporal adquieren un valor simbólico y expresivo, fortaleciendo así la capacidad comunicativa del cuerpo.

Otra característica relevante de la expresión corporal es su dimensión sensible y perceptiva, la cual se relaciona con la conciencia corporal y la capacidad de percibir el propio cuerpo en interacción con el espacio, el tiempo y los otros. En esta línea, Cajares Arboleda et al. (2023), proponen comprender la expresión corporal desde la noción de cuerpo comunicativo, cuerpo sensible y cuerpo explorador. El cuerpo comunicativo permite transmitir significados y emociones; el cuerpo sensible favorece la percepción y la conexión con las sensaciones internas; y el cuerpo explorador impulsa la experimentación del movimiento como forma de descubrimiento personal y social.

Además, la experiencia corporal se caracteriza por fomentar la creatividad y la imaginación, ya que invita al sujeto a crear movimientos propios, exploración nuevas posibilidades expresivas y construir respuestas corporales originales frente a distintos estímulos. Esta característica resulta especialmente relevante en el ámbito educativo, donde la expresión corporal se convierte en una estrategia pedagógica que promueve la participación, la inclusión y el aprendizaje significativo. Kalmar (2024), enfatiza que, a través del movimiento expresivo, los estudiantes pueden desarrollar confianza, seguridad corporal y habilidades comunicativas, fortaleciendo su desarrollo emocional y social.

Desde el enfoque pedagógico, la expresión corporal también se caracteriza por su flexibilidad metodológica, lo que permite adaptarla a diferentes contextos, edades y necesidades educativas. Barba (2024), resalta que, su aplicación en el aula favorece procesos de enseñanza-aprendizaje para que sean más dinámicos, vivenciales y centrados en el estudiante, donde el cuerpo se convierte en un recurso didáctico para la construcción del conocimiento.

En síntesis, los diferentes aportes coinciden en que la expresión corporal se caracteriza por su naturaleza como lenguaje no verbal, su capacidad para comunicar y simbolizar, así como por su dimensión creativa y sensible, además de su relevancia pedagógica en la formación integral del individuo. Estas cualidades respaldan su importancia como una práctica educativa que potencia las habilidades expresivo-comunicativas y favorece el desarrollo físico, emocional, social y comunicativo de los estudiantes.

1.3.Prácticas corporales expresivo-comunicativas

1.3.1. Definición

Las prácticas corporales expresivo-comunicativas además de utilizar el cuerpo, utilizan la voz y los gestos como canales fundamentales de expresión y comunicación. Según Moreno (2025), estas prácticas permiten “reflejar estados de ánimo, emociones, sentimientos, deseos” a través de movimientos, posturas y sonidos no verbales se considera que la comunicación no se limita al lenguaje oral, sino que también incluye dimensiones corporales y gestuales que enriquecen el mensaje.

1.3.2. Clasificación de prácticas corporales expresivo-comunicativas

- **Patricia Stokoe (1983):** Reconocida como una de las principales pioneras de la expresión corporal en Latinoamérica, establece una diferenciación entre la expresión entendida como el movimiento libre sin indicaciones previas y la expresión simbólica, que implica la representación de emociones, ideas o roles a través del cuerpo.
    - **Expresión corporal espontánea y simbólica:** Comprende el juego simbólico como una estrategia en la que los participantes asumen roles o recrean situaciones del entorno real mediante el lenguaje corporal (Stokoe, 1983).
- **Blázquez Sánchez (1990):** Considera dentro de las prácticas corporales, la dramatización, el juego de roles y el mimo, entendiéndolas como formas de comunicación corporal en el ámbito educativo.
    - **Juego dramático y teatral:** Las representaciones, ya sean improvisadas o estructuradas, brindan al alumnado la posibilidad de expresar ideas complejas a través de gestos, posturas y movimientos, integrando componentes narrativos en su ejecución (Blázquez Sánchez, 1990).
- **César Coll y Carles Monereo (2008):** Plantean que la danza constituye un lenguaje no verbal complejo, en el que se integran elementos como el ritmo, el uso del espacio, la emoción y la comunicación.
    - **Danza y movimiento rítmico:** Se refiere a la danza con historias narrativas o danzas tradicionales, donde el ritmo y gesto corporal se combinan para comunicar estados y culturas (Coll & Monereo, 2008).

Moreno (2025), plantea que las prácticas expresivo-comunicativas permiten al individuo comunicar emociones, ideas y sentimientos a través del cuerpo, la voz y el gesto, siendo una vía para la expresión de la subjetividad. Este enfoque es coherente, ya que al trabajar con estudiantes de bachillerato se necesita una estrategia que les permita expresar su mundo interior de manera espontánea y creativa. No obstante, aunque Moreno destaca el aspecto emocional, es necesario profundizar más en la dimensión pedagógica y curricular. Es decir, estás prácticas no solo buscan expresión personal, sino también fortalecer habilidades comunicativas académicas y sociales, lo que amplía el alcance del planteamiento del autor.

Reinoso, Morales y Velasco (2025), sostienen que, la implementación de estrategias lúdicas contribuye al logro de aprendizajes significativos en el área de Lengua y Literatura, particularmente cuando estas se articulan con el cuerpo y la expresión. Este enfoque respalda la idea de que las prácticas expresivo-comunicativas pueden incorporarse de manera efectiva en asignaturas tradicionales. No obstante, a diferencia de la perspectiva de estos autores, que prioriza lo lúdico como recurso metodológico, en el presente estudio se amplía el alcance al vincularlo con el desarrollo integral del estudiante, considerando también dimensiones emocionales, sociales y cognitivas, lo que fortalece y complementa el planteamiento inicial.

1.3.3. Ventajas en el ámbito educativo

Las prácticas corporales expresivo-comunicativas aportan múltiples ventajas pedagógicas en el contexto educativo, ya que integran el cuerpo como un recurso didáctico y comunicativo fundamental para el desarrollo integral del estudiante. Estas prácticas favorecen la expresión de emociones, ideas y pensamientos a través de gestos, posturas y movimientos, permitiendo una comunicación más rica y significativa que va más allá del lenguaje verbal. Según Moreno (2025), el uso del cuerpo como canal expresivo mejora la autoconfianza, la empatía y la capacidad de interacción social entre los estudiantes, lo cual fortalece tanto la dimensión emocional como la social del aprendizaje.

Asimismo, la inclusión de técnicas como el juego dramático, la improvisación y la danza favorecen el desarrollo de la creatividad, la espontaneidad y la participación, elementos clave para alcanzar un aprendizaje significativo. En este marco, las prácticas corporales expresivo-comunicativas no se limitan al fortalecimiento de competencias comunicativas, sino que también impulsan una pedagogía centrada en el estudiante, en su experiencia corporal y en su capacidad para construir conocimientos a partir de la vivencia.

1.4. Formación integral del estudiante

1.4.1. Definición

La formación integral entiende la educación como un proceso de carácter holístico que incluye dimensiones cognitivas, emocionales, sociales, éticas y corporales. En este sentido, Nontol Pastor y Maguiña Vizcarra (2022), afirman que, este tipo de formación no se limita a la transmisión de conocimientos, sino que también fomentan

valores, actitudes y habilidades que contribuyen al desarrollo del estudiante como un sujeto social activo.

Hernández-Rodríguez (2024), propone una ampliación de esta clasificación donde se incluyen también dimensiones políticas, éticas y biológicas, articulando educación formativa como proceso integral de desarrollo humano. Estas afirmaciones son ideales para evaluar cómo las actividades lúdicas y las prácticas expresivo-comunicativas impactan de manera transversal en cada una de estas dimensiones

Nontol-Pastor y Maguiña-Vizcarra (2022), proponen que la formación integral es un proceso que articula el desarrollo de competencias académicas con valores, habilidades sociales y sentido ético. Esta visión coincide con el propósito de fomentar el desarrollo expresivo y comunicativo a través de estrategias lúdicas, ya que permite formar estudiantes no solo competentes en el habla, sino también en la convivencia. No obstante, los autores abordan la formación integral desde una visión general del currículo escolar. Este enfoque al aplicar metodologías activas y vivenciales como el juego y la expresión corporal que no solo enseñan, sino que transforman la vivencia educativa en un proceso integral.

Rodríguez (2024), amplía la concepción de formación integral al incorporar dimensiones como la política, la biología y la ecología, promoviendo una visión educativa vinculada con el entorno y la autorrealización del individuo. Este enfoque coincide con la perspectiva de que la educación debe trascender el espacio del aula, incidiendo en la identidad, el cuerpo, las emociones y la acción del sujeto. En esta línea, el fortalecimiento de la expresión corporal, oral y gestual favorece el reconocimiento del cuerpo como un espacio con significado político y simbólico. De este modo, se complementa el planteamiento de Hernández al situar la formación integral dentro de experiencias lúdicas concretas.

1.4.2. Ventajas en el ámbito educativo

Fomentar una formación integral conlleva diversos beneficios. Zapata (2022), señala que, el desarrollo articulado de las dimensiones emocional, social, ética y cognitiva contribuye a mejorar la convivencia, fortalecer el pensamiento crítico y favorecer la resolución de conflictos. Por su parte, Ortega (2022), sostiene que, la atención a la dimensión emocional potencia la autoconciencia, la empatía y optimiza el

clima educativo, lo que incide de manera positiva en el aprendizaje. En este contexto, la implementación de prácticas corporales expresivo-comunicativas permite activar dichas dimensiones, generando experiencias dinámicas en las que los estudiantes desarrollan de forma integral habilidades cognitivas y socioemocionales.

1.5.Actividades lúdicas y prácticas corporales expresivo-comunicativas

1.5.1. Definición

Las variables como actividades lúdicas y prácticas corporales expresivo-comunicativas, sino que se potencian mutuamente. Las actividades lúdicas, cuando están estructuradas con un enfoque pedagógico intencionado, generan condiciones óptimas para que los estudiantes se expresen, se comuniquen y construyan significado de forma colectiva. Según Caon (2022), el juego es una herramienta que activa la dimensión comunicativa, emocional y corporal del aprendizaje, favoreciendo la espontaneidad y la interacción auténtica

Este tipo de interacciones no solo estimulan el lenguaje oral, sino que implican el uso del cuerpo como vehículo de expresión, lo que da lugar a las prácticas expresivo-comunicativas. Moreno (2025), señala que la comunicación no se limita a las palabras, sino que incluye una variedad de códigos gestuales, posturales, rítmicos y espaciales que se desarrollan de forma más efectiva en contextos lúdicos y dinámicos, por lo tanto, para sustento: el juego bien estructurado crea un entorno seguro y emocionalmente positivo para que los estudiantes experimenten, exploren y consoliden formas expresivas más complejas.

1.5.2. Importancia de las actividades lúdicas en la formación integral

La incorporación de actividades lúdicas en el nivel de bachillerato puede generar un cambio metodológico relevante. Estas estrategias contribuyen a incrementar la motivación estudiantil, mejorar la convivencia, disminuir el estrés académico y fortalecer los procesos de expresión y comunicación entre los alumnos. Asimismo, favorecen la práctica de valores como el respeto, la empatía, la cooperación y la responsabilidad.

En el contexto de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, la aplicación intencionada de actividades lúdicas puede impulsar el desarrollo de las capacidades expresivo-comunicativas del alumnado, al mismo tiempo que fomenta un ambiente de

aprendizaje más dinámico, participativo e inclusivo, en el que cada alumno tenta la oportunidad de desarrollarse de manera integral.

Al integrarse estas dos variables en este caso actividades lúdicas y expresión corporal se favorece directamente la formación integral del estudiante, la cual implica el desarrollo equilibrado de dimensiones cognitivas, afectivas, sociales y éticas. Como plantean Nontol-Pastor y Maguiña-Vizcarra (2022), una educación verdaderamente integral debe promover no solo la adquisición de conocimientos, sino también la capacidad de expresarse, convivir, gestionar emociones y resolver conflictos. En este sentido, las prácticas expresivo-comunicativas activadas por lo lúdico no solo fortalecen la competencia lingüística, sino también la emocional y social del estudiante, contribuyendo a una formación completa, reflexiva y humana.

Capítulo 2: Materiales y Métodos

2.1. Tipo de investigación

La presente investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo y cualitativo, es decir se considera un enfoque mixto. Según Hernández Sampieri (2022), permite integrar datos numéricos y descriptivos para obtener una comprensión más completa del fenómeno de estudio. El componente cuantitativo permitió medir o cuantificar las percepciones y resultados obtenidos mediante la aplicación de encuestas; mientras que el componente cualitativo facilitó el análisis de las experiencias, opiniones y observaciones de los participantes durante las actividades lúdicas.

En ese sentido, se puede determinar que al combinar ambos enfoques se enriquece el análisis, puesto que la parte cuantitativa hace su trabajo por aportar claridad sobre los patrones generales mientras que la parte cualitativa ayuda a interpretar dichos patrones.

2.1.2. Investigación bibliográfica

En este trabajo se vio la necesidad de hacer uso de la investigación bibliográfica debido a la importancia que conlleva adquirir buenas fuentes de información, para que el estudio de las variables se desarrolle de la mejor manera. Como dice Salamanca Castro (2021), la investigación bibliográfica cumple un papel esencial porque permite al investigador reconocer qué variables son relevantes en su estudio, cómo han sido medidas anteriormente y cuáles son los enfoques metodológicos más adecuados. Gracias a esto, es posible comparar los resultados propios con los otros trabajos y construir conocimiento más sólido.

2.1.3. Alcance de la investigación

De acuerdo con Hernández Sampieri (2022), el tipo de investigación puede clasificarse según su propósito y nivel de profundidad. En este caso, se aplicó una investigación descriptiva y de campo, que recolectó información directamente de la realidad educativa de los estudiantes y docentes de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro. El alcance fue descriptivo, puesto que se buscó describir las actividades lúdicas y analizar su relación con el desarrollo de las prácticas corporales expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato. Este tipo de alcance es adecuado porque el objetivo no es modificar el entorno educativo, sino comprender la dinámica existente entre las actividades lúdicas y el desarrollo comunicativo. Del mismo modo,

al tratarse de una investigación de campo, se respalda la idea de Hernández Sampieri de que los fenómenos educativos deben estudiarse directamente en su entorno natural si se pretende obtener información auténtica y contextualizada.

2.1.4. Investigación descriptiva y de campo

Esta investigación es descriptiva y de campo por dos situaciones; descriptiva por que se realizará un análisis objetivo de las variables para luego describirlas para realizar la respectiva relación con diferentes contextos además de obtener una caracterización correcta del fenómeno de estudio con la finalidad de promover una reflexión teórica como dice Valle, Lileya y Revilla (2022), la investigación descriptiva con enfoque cualitativo es fundamental porque permite caracterizar con profundidad la realidad educativa, reflexionando sobre el entorno en el que se desarrollan los estudiantes. Y de campo porque la recolección de datos se realizará directamente de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

2.1.5. Diseño de investigación

El diseño adoptado fue no experimental y transversal, ya que, conforme a Hernández Sampieri (2022), el investigador no manipula deliberadamente las variables, sino que observa los fenómenos tal como se dan en su contexto natural. Asimismo, el estudio se realizó en un solo momento temporal, recogiendo los datos en una etapa específica del proceso educativo. En este contexto los estudiantes de bachillerato fueron tomados en cuenta en una temporada única.

De esta manera, el diseño transversal se justificó porque la información se recopiló en un solo momento del periodo académico. Como menciona Hernández Sampieri, este tipo de estudios permite obtener una "fotografía" de la realidad, lo cual resulta completamente pertinente para describir y analizar la relación entre actividades lúdicas y prácticas expresivo–comunicativas en una etapa específica del proceso educativo. En este marco, los estudiantes de bachillerato fueron considerados como participantes dentro de una única temporada de aplicación.

2.1.6 Métodos de investigación

El método empleado fue el analítico-sintético, ya que se descompusieron los elementos teóricos y prácticos relacionados con la lúdica y la comunicación para analizarlos de forma individual, integrando luego los resultados obtenidos en

conclusiones generales. Además, se utilizó el método inductivo, que permitió partir de la observación de hechos particulares para llegar a generalizaciones sobre el impacto de las actividades lúdicas en el proceso educativo.

Para el desarrollo del estudio se empelaron los siguientes métodos:

- **Método inductivo-deductivo:** Permitió examinar la información desde de las situaciones particulares observadas en estudiantes y docentes, para posteriormente formular generalizaciones y conclusiones.
- **Método analítico-sintético:** Facilitó descomponer el problema en sus distintos elementos como: causas, efector y factores. Para luego integrarlos y obtener una comprensión global del fenómeno investigado.
- **Método estadístico:** Se empleó para organizar procesar y analizar los datos recolectados a través de encuestas, asegurando una interpretación objetiva y sistemática de los resultados.

Para la obtención de información se emplearon las siguientes técnicas:

2.2.1 Encuesta

Aplicación a docentes y estudiantes, con el propósito de indagar sobre actividades lúdicas y juegos y sus beneficios además de conocer sus percepciones sobre la aplicación de actividades lúdicas y su influencia en el desarrollo expresivo comunicativo.

El instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado con preguntas abiertas y cerradas; elaborado con base a los objetivos de la investigación.

2.2.2 Ficha de Observación

Se aplicará al grupo de estudiantes de 3ro BGU "A", los cuales fueron elegidos estratégicamente por ser el grupo que muestra más deficiencias en cuanto a desarrollo de prácticas corporales expresivo comunicativas esto permitirá registrar de manera directa las actitudes, participación y desempeño de los estudiantes durante el desarrollo de las actividades lúdicas.

El instrumento correspondiente fue una guía de observación diseñada para notar aspectos comunicativos, expresivos y de interacción social.

2.3. Preguntas de investigación

- **¿Qué conocimiento poseen estudiantes y docentes sobre las actividades lúdicas y juegos, así como los beneficios que estos aportan en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas?**

Los resultados evidencian que estudiantes y docentes poseen un conocimiento general sobre las actividades lúdicas y sus beneficios; sin embargo, existe una comprensión limitada respecto a su aporte específico en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas. Por ello, se identifica la necesidad de fortalecer su conocimiento para favorecer su aplicación pedagógica intencionada.

- **¿Cómo perciben estudiantes y docentes la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en la formación integral?**

Tanto estudiantes como docentes perciben las actividades lúdicas como herramientas pedagógicas efectivas que favorecen el desarrollo de prácticas expresivo-comunicativas. Los estudiantes manifiestan que estas actividades generan un ambiente dinámico y motivador, facilitando la participación y la libre expresión. Por su parte, los docentes consideran que el uso de estrategias lúdicas contribuye significativamente a la formación integral, al potenciar no solo habilidades comunicativas, sino también aspectos socioemocionales, como el trabajo en equipo, la empatía y la autoestima.

- **¿Cómo diseñar actividades lúdicas que promuevan el desarrollo de habilidades expresivo-comunicativas mediante el uso del cuerpo?**

El diseño de actividades lúdicas orientadas al desarrollo de habilidades expresivo-comunicativas debe basarse en principios de participación constante, creatividad y contextualización. Es fundamental incorporar dinámicas como juegos teatrales, expresión corporal guiada, improvisaciones y actividades rítmicas que permitan a los estudiantes explorar diferentes formas de comunicación no verbal. Además, dichas actividades deben adaptarse a las características y necesidades del grupo, fomentando un ambiente inclusivo y seguro que favorezca la libre expresión y aprendizaje significativo.

2.4. Matriz de operacionalización de variables

Ilustración 1;

Objetivos diagnósticos	**Variables**	**Indicadores**	**Técnicas**	**Fuentes de información**
Identificar los conocimientos sobre actividades lúdicas y juegos en los estudiantes y docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.	Actividades lúdicas	Definición de las actividades lúdicas. Importancia de las actividades lúdicas en el proceso de enseñanza Actividades lúdicas en Bachillerato. Tipos de actividades lúdicas.	Encuesta	En estudiantes de Bachillerato y Docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro
Evaluar con qué frecuencia se desarrollan prácticas corporales expresivo-comunicativas los alumnos de bachillerato.	Prácticas corporales expresivo-comunicativas	Definición de expresión corporal. Elementos de la expresión corporal. Importancia de la expresión corporal en el ámbito educativo.	Ficha de observación	Estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.
Considerar de que forma influyen la aplicación de actividades lúdicas en la formación integral de los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.	Formación integral	Definición de formación integral. Importancia de la formación integral en el proceso de enseñanza aprendizaje.	Ficha de observación	Estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

2.5. Participantes

En esta investigación, la población está conformada por estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro, los participantes fueron seleccionados por su nivel de formación, edad, la disponibilidad, la participación y por ser un grupo que se encuentra a la puerta de pasar a una etapa de vida más compleja como lo es la transición de pasar a ser adulto por lo cual se busca fortalecer las practicas corporales expresivo comunicativas a través de actividades lúdica añoss.

Los participantes pertenecen al rango de edad percibido entre los 15 y 18 años, dichos estudiantes se caracterizan principalmente por cruzar una etapa de desarrollo cognitivo, social y emocional, donde las experiencias lúdicas pueden llegar a favorecer significativamente la comunicación, la expresión y la formación integral.

La población fue de 161 estudiantes de primero, segundo y tercero de bachillerato de todos los paralelos A, B, C y en el caso de los terceros un paralelo adicional D. De los cuales para la ficha de observación se escogió estratégicamente un grupo de 24, los que según apreciación propia presentan más falencias en cuanto a los parámetros medidos en este trabajo de investigación.

Ilustración 2;

Población

Participantes	Número
Estudiantes	161
Docentes	6
Total	167

2.6. Procedimiento y análisis de datos

Para esta investigación se gestionó previamente la autorización en la institución para garantizar el cumplimiento ético y la confidencialidad de la información obtenida para el procedimiento para la recolección de datos se desarrolló de manera planificada y rigurosa, iniciando con el diseño, validación y aplicación de los instrumentos de investigación, tales como encuestas y ficha de observación dirigidas a docentes y estudiantes.

Como acto seguido los datos fueron codificados y registrados en una base de datos digital para su posterior procesamiento. La información se ingresó de forma ordenada en el programa SPSS, asignando variables, valores y etiquetas, lo que permitió una adecuada organización y depuración de los datos evitando errores y asegurando su consistencia.

Para el análisis se emplearon técnicas de estadísticas descriptiva como frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar. Los resultados fueron presentados a través de tablas y gráficos facilitando la interpretación objetiva.

Capítulo 3: Resultados y Discusión

3.1. Encuesta aplicada a estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

Se aplicó una encuesta a través de 10 preguntas, con la finalidad de obtener datos de los estudiantes de bachillerato, sobre cómo es la percepción que tienen ellos sobre las actividades en clase de Educación Física

Tabla 1;

1. ¿En las clases con juegos entiendo mejor lo que debo hacer y aprender?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	2,5	2,5	2,5
	Rara vez	15	9,3	9,3	11,8
	A veces	46	28,6	28,6	40,4
	Casi siempre	45	28,0	28,0	68,3
	Siempre	51	31,7	31,7	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 1 evidencia que, aunque un porcentaje de estudiantes señala que “casi siempre” o “siempre” comprende mejor las actividades cuando se emplean juegos, resulta preocupante que el 40,4% se ubique entre “a veces”. “rara vez” y “nunca”; este dato refleja un vacío en la comprensión del aprendizaje mediado por la lúdica. Desde un análisis propio, esto sugiere que las actividades no siempre están planificadas con intencionalidad pedagógica clara. Reyes Muñoz (2020), advierte que el juego sin guía didáctica limita su impacto comunicativo y cognitivo.

Tabla 2;

2. ¿Las actividades lúdicas (juegos) me ayudan a pensar y resolver situaciones durante la clase?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	5	3,1	3,1	3,1
	Rara vez	16	9,9	9,9	13,0
	A veces	64	39,8	39,8	52,8
	Casi siempre	45	28,0	28,0	80,7
	Siempre	31	19,3	19,3	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

En la Tabla 2 se observa que el 52,8% de estudiantes manifiestan que solo “a veces”, “rara vez” o “nunca” las actividades lúdicas les ayudan a pensar y resolver situaciones; este resultado pone en evidencia una debilidad en el uso del juego como estrategia cognitiva. Desde un análisis propio, esto indica que el juego podría estar siendo aplicado de forma únicamente recreativa y no como un recurso didáctico estructurado. Candela y Benavides (2020), sostienen que la lúdica debe integrar objetivos claros para potenciar el pensamiento y la resolución de problemas.

Tabla 3;

3. Aprendo mejor los movimientos y ejercicios cuando se realizan mediante juegos?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	1,9	1,9	1,9
	Rara vez	21	13,0	13,0	14,9
	A veces	48	29,8	29,8	44,7
	Casi siempre	39	24,2	24,2	68,9
	Siempre	50	31,1	31,1	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 3 muestra que el 44,7% de los estudiantes se ubica en las escalas “a veces”, “rara vez” y “nunca” respecto al aprendizaje de movimientos mediante juegos; este porcentaje refleja una dificultad en el desarrollo de prácticas corporales significativas. Desde un análisis propio, se evidencia que no todos los estudiantes logtan i teriorizar el aprendizaje corporal a través del cuerpo. Schinca (2020), enfatiza que la expresión corporal requiere procesos continuos y guiados para que el cuerpo se convierta en un verdadero lenguaje.

Tabla 4;

4. ¿Cuándo jugamos en clase, me relaciono mejor con mis compañeros?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	10	6,2	6,2	6,2
	Rara vez	25	15,5	15,5	21,7
	A veces	49	30,4	30,4	52,2
	Casi siempre	37	23,0	23,0	75,2
	Siempre	40	24,8	24,8	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

Según la Tabla 4, más del 52% de los estudiantes afirma que solo a " a veces", "rara vez" o "nunca" mejora su relación con los compañeros durante los juegos; este resultado evidencia una debilidad en el desarrollo de la interacción social. Desde un análisis propio, se infiere que las actividades lúdicas no siempre promueven dinámicas cooperativas. Vygotsky (1979), señala que el aprendizaje surge de la interacción social; por tanto, cuando esta no se fortalece, se limita el desarrollo comunicativo e integral del estudiante.

Tabla 5;

5. ¿Las actividades lúdicas me ayudan a respetar reglas y trabajar en equipo?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	2,5	2,5	2,5
	Rara vez	18	11,2	11,2	13,7
	A veces	41	25,5	25,5	39,1
	Casi siempre	41	25,5	25,5	64,6
	Siempre	57	35,4	35,4	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 5 refleja que el 39,1% de los estudiantes se ubica en niveles bajos respecto al respeto de normas y trabajo en equipo; este dato muestra un vacío en la formación socioemocional a través del juego. Desde un análisis propio, se evidencia que no todas las actividades lúdicas están orientadas al desarrollo de valores colectivos. Huizinga (2007) sugiere que, cuando el juego es intencionado fomenta normas, cooperación y sentido social; sin esta orientación su potencial formativo se debilita.

Tabla 6;

6. ¿Me siento incluido/a cuando participo en juegos y actividades grupales?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	13	8,1	8,1	8,1
	Rara vez	20	12,4	12,4	20,5
	A veces	37	23,0	23,0	43,5
	Casi siempre	33	20,5	20,5	64,0
	Siempre	58	36,0	36,0	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

En la Tabla 6 se observa que el 43,5% de los estudiantes manifiesta sentirse incluido solo “a veces”, “rara vez” o “nunca”; este porcentaje evidencia una problemática de inclusión dentro de las actividades lúdicas. Desde un análisis propio, se infiere que no todos los estudiantes participan en igualdad de condiciones. Rodríguez Padín (2023), indica que las prácticas lúdicas deben diseñarse considerando la diversidad, de lo contrario pueden reproducir exclusión y limitar el desarrollo expresivo-comunicativo.

Tabla 7;

7. ¿Durante los juegos puedo expresar mis emociones sin miedo?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	10	6,2	6,2	6,2
	Rara vez	22	13,7	13,7	19,9
	A veces	57	35,4	35,4	55,3
	Casi siempre	30	18,6	18,6	73,9
	Siempre	42	26,1	26,1	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 7 muestra que más de la mitad de los estudiantes (55,3%) expresa que “a veces”, “rara vez” o “nunca” puede manifestar emociones sin miedo durante los juegos; este resultado revela una barrera emocional importante. Desde un análisis propio, se evidencia que el clima pedagógico no siempre favorece la libre expresión corporal. Calmels (2023), sostiene que, el juego debe generar seguridad emocional; sin este componente, se limita la comunicación auténtica y el desarrollo integral.

Tabla 8;

8. ¿Las clases con actividades lúdicas me hacen sentir seguro/a y confiado/a?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	2,5	2,5	2,5
	Rara vez	24	14,9	14,9	17,4
	A veces	54	33,5	33,5	50,9
	Casi siempre	35	21,7	21,7	72,7
	Siempre	44	27,3	27,3	100,0

	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

En la Tabla 8 se evidencia que el 50,9% de los estudiantes se ubica en niveles bajos de seguridad y confianza durante actividades lúdicas; este dato refleja una debilidad en la dimensión afectiva. Desde un análisis propio, se infiere que las actividades no siempre fortalecen la autoestima corporal. Schinca (2020), afirma que la expresión corporal permite construir confianza; cuando esta no se consolidad, el cuerpo se convierte en un espacio de inseguridad y no de comunicación.

Tabla 9;

9 ¿En los juegos me comunico mejor con mis compañeros y con el docente?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	2,5	2,5	2,5
	Rara vez	32	19,9	19,9	22,4
	A veces	47	29,2	29,2	51,6
	Casi siempre	33	20,5	20,5	72,0
	Siempre	45	28,0	28,0	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 9 indica que el 51,6% de los estudiantes solo “a veces”, “rara vez” o “nunca” mejora su comunicación durante los juegos; este resultado evidencia una brecha en las prácticas expresivo-comunicativas. Desde un análisis propio, se observa qye el juego no siempre se aprovecha como espacio comunicativo. Vygotsky (1979) sostiene que, la comunicación surge en la interacción social; si esta no se potencia, el desarrollo del lenguaje se ve limitado.

Tabla 10;

10. ¿Uso mi cuerpo para expresar ideas o sentimientos durante las actividades?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	14	8,7	8,7	8,7
	Rara vez	39	24,2	24,2	32,9
	A veces	45	28,0	28,0	60,9
	Casi siempre	31	19,3	19,3	80,1
	Siempre	32	19,9	19,9	100,0
	Total	161	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 10 muestra que el 60,9% de los estudiantes se ubica en escalas bajas respecto al uso del cuerpo para expresar ideas o sentimientos; este dato evidencia un problema central en el desarrollo corporal expresivo. Desde un análisis propio, se concluye que la expresión corporal no está siendo trabajada de forma sistemática. Schinca (2020) plantea que, el cuerpo es una forma de lenguaje; si no se estimula, se pierde una vía esencial de comunicación y formación integral.

3.2. Encuesta aplicada a docentes de Educación Física de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Se aplicó una encuesta a través de 10 preguntas, en la que se miden las mismas dimensiones que a los estudiantes, con diferente estructura debido al rol que desempeñan los docentes que tiene como finalidad identificar la percepción de los docentes en cuanto a las actividades lúdicas para el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas para la formación integral, tomando en cuenta en sus propias clases de Educación Física.

Tabla 11;

1. ¿Las actividades lúdicas que aplico en mis clases favorecen la comprensión de conceptos corporales y motrices?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Casi siempre	2	33,3	33,3	50,0
	Siempre	3	50,0	50,0	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

Los resultados muestran que el 50% de los docentes considera que “siempre” las actividades lúdicas favorecen la comprensión de conceptos corporales, mientras que un 33,3% señala “casi siempre” y un 16,7% a veces, lo que evidencia una percepción mayoritariamente positiva, aunque no homogénea. Desde un análisis propio, este porcentaje menor refleja que un existen prácticas lúdicas pocos sistematizadas. Autores como Rodríguez Padín (2023), sostiene que, el impacto del juego depende de su planificación pedagógica; por ello, su uso intencional fortalece el aprendizaje corporal y expresivo.

Tabla 12;

2. ¿Considero que el juego facilita el aprendizaje significativo en las prácticas corporales?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	6	100,0	100,0	100,0

Análisis

La totalidad de los docentes 100% afirma que; el juego siempre facilita el aprendizaje significativo en las prácticas corporales, es lo que demuestra un consenso claro sobre su valor pedagógico. Este resultado confirma que el juego no es percibido como un recurso accesorio, sino como una estrategia central. Desde un análisis propio, su unanimidad contrasta con las dificultades observadas en los estudiantes, lo que

sugiere una brecha entre la intención docente y la práctica real. Según Candela y Benavides (2020), el juego debe acompañarse de mediación didáctica para lograr aprendizajes profundos.

Tabla 13;

3. ¿Las actividades lúdicas estimulan la toma de decisiones y la resolución de problemas en los estudiantes?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Casi siempre	1	16,7	16,7	33,3
	Siempre	4	66,7	66,7	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

El 33,4% de los docentes indica respuestas entre “a veces” y “casi siempre”, mientras que un 66,7% de los docentes indica que “siempre” las actividades lúdicas estimulan la toma de decisiones. Estos datos reflejan una valoración positiva, aunque con ciertos matices. Desde un análisis propio, este resultado sugiere que no todas las actividades lúdicas propuestas generan situaciones reales de resolución de problemas. Reyes Muñoz (2020), señala que, solo los juegos con retos cognitivos y expresivos bien estructurados favorecen el pensamiento autónomo y la toma de decisiones conscientes.

Tabla 14;

4. ¿Las actividades lúdicas que propongo en clase promueven la cooperación y el trabajo en equipo?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Casi siempre	3	50,0	50,0	66,7
	Siempre	2	33,3	33,3	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

Los resultados evidencian que el 50% de los docentes considera que “casi siempre” las actividades lúdicas promueven el trabajo en equipo, seguido de un 33,3% que indica “siempre” y un 16,7% “a veces”. Este comportamiento revela que, aunque la cooperación esta presente, no se consolidad en todos los casos. Desde el análisis propio, esto puede deberse a dinámicas competitivas mal orientadas. Autores como Calmels (2023), destacan que, el juego cooperativo, bien conducido, favorece la interacción social y el desarrollo socioemocional en el aula.

Tabla 15;

5. ¿A través del juego, los estudiantes mejoran su convivencia y respeto por los demás?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	2	33,3	33,3	33,3
	Siempre	4	66,7	66,7	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

La Tabla 15 muestra que el 100% de los docentes considera que el juego mejora la convivencia y respeto. Según Bisquerra (2020), el juego es una herramienta clave para la educación en valores y la convivencia escolar. Desde un análisis propio, el respeto a las normas y a los compañeros se aprende de manera natural durante el juego, Piaget (1978), señala que, el desarrollo moral se construye a través de la interacción social y e respeto mutuo, principios presentes en las actividades lúdicas.

Tabla 16;

6. ¿Las prácticas lúdicas permiten la inclusión y participación activa de todos los estudiantes?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Casi siempre	1	16,7	16,7	33,3
	Siempre	4	66,7	66,7	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

Los resultados indican que el 66,7% de los docentes considera que siempre las prácticas lúdicas permiten la inclusión y la participación activa, mientras que un 33,4% se distribuye entre “a veces” y “casi siempre”, lo que evidencia que no todos los estudiantes logran integrarse plenamente. Desde un análisis propio, este porcentaje mejor sugiere la necesidad de estrategias diferenciales. Según Candela y Benavides (2020), el juego inclusivo debe adaptarse a ritmos y características individuales; de lo contrario, algunos estudiantes permanecen al margen del proceso educativo.

Tabla 17;

7. ¿Las actividades lúdicas contribuyen al desarrollo de la autoestima de los estudiantes?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	1	16,7	16,7	16,7
	Siempre	5	83,3	83,3	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

La tabla muestra que el 83,3% de los docentes afirma que las actividades lúdicas "siempre" contribuyen al desarrollo de la autoestima, mientras que un 16,7% indica "casi siempre", reflejando una valoración ampliamente positiva. Desde un análisis propio, este resultado confirma que el juego favorecen la seguridad personal; sin embargo, la falta de unanimidad sugiere que no todas las propuestas generan el mismo impacto emocional. Calmels (2023), sostiene que, el juego corporal fortalece la autoestima cuando permite la expresión libre y sin juicios, aspecto clave para el desarrollo integral.

Tabla 18;

8. ¿Durante las actividades expresivas, los estudiantes logran manejar mejor sus emociones?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Casi siempre	3	50,0	50,0	66,7
	Siempre	2	33,3	33,3	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

Los datos evidencian que el 50% de los docentes considera que "casi siempre" los estudiantes manejan mejor sus emociones durante actividades expresivas, seguido de un 33,3% que señala "siempre" y un 16,7% "a veces". Desde un análisis propio, esta distribución indica avances importantes, aunque no constantes. Esto sugiere que el manejo emocional es un proceso de construcción. Schinca (2020), plantea que; la expresión corporal facilita el reconocimiento emocional; no obstante, requiere continuidad y acompañamiento docente para consolidarse.

Tabla 19;

9. ¿Las actividades lúdicas facilitan la expresión de ideas y sentimientos a través del cuerpo?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	6	100,0	100,0	100,0

Análisis

La totalidad de los docentes manifiesta que las actividades lúdicas “siempre” facilitan la expresión de ideas y sentimiento a través del cuerpo, lo que demuestra un consenso sólido sobre su valor comunicativo. Desde un análisis propio, este resultado refuerza la relevancia de las prácticas corporales expresivo-comunicativas en la Educación Física. Sin embargo, al contrastarlo con la observación estudiantil, se evidencia una brecha entre la percepción y la ejecución. Reyes Muñoz (2020), señala que, la expresión corporal debe ser guiada y progresiva para que todos los estudiantes logren comunicar con seguridad.

Tabla 20;

10. ¿A través del juego, los estudiantes desarrollan creatividad y espontaneidad corporal?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	1	16,7	16,7	16,7
	Siempre	5	83,3	83,3	100,0
	Total	6	100,0	100,0	

Análisis

La tabla revela que el 83,3% de los docentes considera que “siempre” el juego desarrolla la creatividad y espontaneidad corporal, mientras que en 16,7% indica que “ a veces”, lo que sugiere que estas capacidades no emergen de forma automática en todos los contextos. Desde un análisis propio, este resultado evidencia que la creatividad requiere propuestas abiertas y menos dirigidas. Según Calmels (2023), la espontaneidad corporal surge cuando el juego permite explorar sin temor al error; de lo contrario, los estudiantes limitan su expresión.

3.3. Ficha de observación aplicada a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Se aplicó una ficha de observación en la que se miden 10 criterios para registrar de manera sistemática, organizada y objetiva los comportamientos de los estudiantes en cuanto al desenvolvimiento de los estudiantes con las prácticas corporales que aplican los docentes en sus clases tomando en cuenta: nivel de participación, interacción, comunicación, verbal y no verbal. Se escogió estratégicamente un grupo de 24 estudiantes los cuales presentan más falencias en cuanto a los parámetros medidos.

Observación 1: Participa activamente en la actividad lúdica

Tabla 5;

Participación

Valoración	**Criterio**
	Participa activamente en la actividad lúdica
SI	7
NO	17
TOTAL	24

Análisis

La observación evidencia que la mayoría de los estudiantes no participa activamente durante las actividades propuestas, lo que refleja una limitada implicación corporal y comunicativa. Desde un análisis propio, esta baja participación sugiere inseguridad, falta de motivación o actividades poco atractivas para todos. Este resultado contrasta con la percepción docente sobre el uso del juego. Schinca (2020), señala que, la expresión corporal requiere ambientes de confianza progresiva; cuando estos no se consolidan, el estudiante tiende inhibirse, afectando el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas y su formación integral.

Observación 2: Se comunica de forma clara con sus compañeros

Tabla 6;

Comunicación eficiente

Valoración	Criterio
	Se comunica de forma clara con sus compañeros
SI	12
NO	12
TOTAL	24

Análisis

Los datos muestran que una parte significativa de los estudiantes no logra comunicarse con claridad durante las actividades, evidenciando dificultades para expresar idea mediante el cuerpo o la palabra. Desde un análisis propio, esta situación refleja un eso limitado del juego como espacio comunicativo. Vygotsky (1979), sostiene que, la comunicación se fortalece a través de la interacción, se reduce la oportunidad de desarrollar habilidades comunicativas esenciales en el contexto educativo.

Observación 3: Utiliza adecuadamente el lenguaje verbal

Tabla 7;

Lenguaje verbal

Valoración	Criterio
	Utiliza adecuadamente el lenguaje verbal
SI	10
NO	14
TOTAL	24

Análisis

La observación indica que muchos estudiantes presentan escasa interacción con sus propios compañeros, lo que limita el trabajo colaborativo. Desde un análisis propio, este comportamiento sugiere que las actividades lúdicas no siempre están orientadas a la cooperación, sino a la ejecución individual. Huizinga (2007), afirma que, el juego posee

un carácter social que favorece normas y vínculos; sin una orientación adecuada, se pierde su potencial para fortalecer la convivencia y la comunicación interpersonal.

Observación 4;

Utiliza adecuadamente el lenguaje no verbal

Tabla 8;

Comunicación no verbal

Valoración	Criterio
	Utiliza adecuadamente el lenguaje no verbal
SI	10
NO	14
TOTAL	24

Análisis

Se evidencia que un número considerable de estudiantes no respeta las normas durante las actividades, lo que genera desorganización y conflictos. Desde un análisis propio, esta situación refleja la necesidad de establecer reglas claras y significativas dentro del juego. Candela y Benavides (2020), sostienen que, las actividades lúdicas deben integrar normas y objetivos pedagógicos; de lo contrario, se reduce su valor formativo y se dificulta el desarrollo de actitudes responsables y cooperativas.

Observación 5: Muestra iniciativa y creatividad

Tabla 9;

Iniciativa y creatividad

Valoración	Criterio
	Muestra iniciativa y creatividad
SI	6
NO	18
TOTAL	24

Análisis

En esta observación se nota una mayoría de estudiantes que no demuestra iniciativa ni creatividad al realizar las actividades, limitándose a repetir movimientos

indicados. Desde un análisis propio, esto evidencia una enseñanza dirigida que restringe la exploración corporal. Calmels (2023), plantea que, el juego corporal debe permitir la libre experimentación para despertar creatividad. Cuando las propuestas son rígidas, el estudiante no se siente motivado a expresar ideas propias ni a desarrollar su potencial expresivo.

Observación 6: Coopera con el grupo de trabajo

Tabla 10;

Trabajo en equipo

Valoración	**Criterio**
	Coopera con el grupo de trabajo
SI	8
NO	16
TOTAL	24

Análisis

La observación revela que varios estudiantes presentan dificultades para resolver conflictos de manera autónoma durante el juego, recurriendo al docente o evitando la situación. Desde un análisis propio, esto indica un escaso desarrollo de habilidades socioemocionales. Muñoz (202), señala que, las actividades lúdicas planificadas favorecen la toma de decisiones y la autorregulación, si esta planificación, le juego pierde su función formativa en la convivencia escolar.

Observación 7: Respeta turnos y normas del juego

Tabla 11;

Respeto de reglas y normas

Valoración	**Criterio**
	Respeta turnos y normas del juego
SI	14
NO	7
TOTAL	24

Análisis

Se evidencia que un alto número de estudiantes no se expresa con seguridad, mostrando temor al error o al juicio de sus compañeros. Desde un análisis propio, esta inseguridad limita la comunicación corporal y emocional. Schinca (2020), afirma que, la expresión corporal permite construir un lenguaje propio; no obstante, cuando el ambiente no es seguro ni acogedor, el cuerpo se convierte en un espacio de bloqueo y no de comunicación auténtica.

Observación 8: Demuestra comprensión de instrucciones

Tabla 12;

Comprensión de instrucciones

Valoración	**Criterio**
	Demuestra comprensión de instrucciones
SI	19
NO	5
TOTAL	24

Análisis

La observación indica que muchos estudiantes no utilizan el cuerpo como un medio para expresar ideas o emociones, reduciendo su participación a movimientos mecánicos. Desde un análisis propio, esto demuestra una débil integración de la expresión corporal en el proceso educativo. Según Calmels (2023), el cuerpo es un canal fundamental de comunicación; cuando no se estimula, se limita el desarrollo expresivo-comunicativo y el aprendizaje integral del estudiante.

Observación 9: Se expresa con seguridad

Tabla 13;

Seguridad de sí mismo(a)

Valoración	**Criterio**
	Se expresa con seguridad
SI	9
NO	15
TOTAL	24

Análisis

Los resultados muestran que gran parte de los estudiantes presentan dificultades para trabajar en equipo, evidenciando actitudes individualistas o falta de coordinación. Desde un análisis propio, esto sugiere que las actividades lúdicas no siempre promueven la cooperación. Vygotsky (1979), destaca que, el aprendizaje se construye socialmente; por ellos, la ausencia de dinámicas colaborativas limita el desarrollo de habilidades sociales y comunicativas fundamentales.

Observación 10: Resuelve conflictos de manera colaborativa

Tabla 14;

Resolución de conflictos

Valoración	**Criterio**
	Resuelve conflictos de manera colaborativa
SI	12
NO	12
TOTAL	24

Análisis

La observación refleja que varios estudiantes ni muestran motivación ni disfrute durante las actividades, lo que afecta su participación. Desde un análisis propio, esto indica que las propuestas lúdicas no siempre responden a los intereses del grupo. Huizinga (2007) sostiene que, el juego auténtico genera placer y compromiso; cuando estas características no están presentes, se pierde su esencia educativa y su aporte a la formación integral.

Capítulo 4: Propuesta

4.1. Título de la propuesta

Guía didáctica: "Movimiento, juego y expresión corporal para la formación integral".

4.2. Introducción

La educación actual requiere propuestas pedagógicas que vayan más allá de la simple transmisión de contenidos, orientándose al desarrollo integral de los estudiantes en cada una de sus dimensiones: corporal, emocional, social y comunicativa. En este sentido, las prácticas corporales expresivo-comunicativas cobran gran relevancia, ya que brindan a los estudiantes la oportunidad de utilizar su cuerpo como un medio para expresarse, interactuar y construir significados, favoreciendo así una comunicación más auténtica.

En el nivel de bachillerato, los adolescentes se encuentran en una etapa decisiva en cuanto a su desarrollo personal y social, en la que surge la necesidad de expresarse, sentirse parte de un grupo y comunicarse de manera efectiva. No obstante, dentro del contexto educativo, estas capacidades no siempre se trabajan de forma intencionada, lo que limita las oportunidades de aprendizaje a través del movimiento y el juego. Frene a esta realidad, el enfoque lúdico se presenta como una alternativa pedagógica pertinente, ya que permite generar espacios de aprendizaje más motivadores, participativos e inclusivos.

Con la presente guía que pretende proponer un conjunto de actividades lúdicas orientadas al desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro para brindar a los docentes una herramienta que con planificación y aplicación adecuada permita que los estudiantes vivan experiencias significativas, en las que el juego y la expresión corporal se convierta en medios para fortalecer la comunicación, la creatividad, la autoestima y la convivencia escolar.

En este sentido, la guía tiene como propósito aportar al desarrollo integral de los estudiantes, impulsando una educación que valore el cuerpo como parte fundamental del proceso de aprendizaje y el juego como una herramienta didáctica capaz de generar aprendizajes significativos.

4.3. Objetivos

4.3.1. Objetivo general

Desarrollar prácticas corporales expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato mediante actividades lúdicas que fortalezcan su formación integral, promoviendo la expresión, la comunicación, la creatividad y la interacción social.

4.3.2. Objetivos específicos

- Diseñar actividades lúdicas mediante una serie de 10 planificaciones basadas en el movimiento y la expresión corporal que favorezcan el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato, considerando sus características, intereses y necesidades educativas.
- Promover la participación constante, la comunicación corporal y verbal, así como la interacción social de los estudiantes, mediante la aplicación de actividades lúdicas que fortalezcan la creatividad, la autoestima y la convivencia escolar como componentes de la formación integral.

4.4. Desarrollo de la propuesta



Tabla 15: *Planificación 1*

<table>
<tr><td colspan="5">DATOS INFORMATIVOS</td></tr>
<tr><td colspan="5">Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro
Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Área: Educación Física
Subnivel: Bachillerato</td></tr>
<tr><td colspan="5">Título del bloque curricular: Prácticas lúdicas, los juegos y el jugar</td></tr>
<tr><td colspan="5">Objetivo de la asignatura: OG.E.F.1. Participar de manera autónoma en múltiples prácticas corporales, utilizando conocimientos (físicos, emocionales, conceptuales, motrices y otros) que le faciliten hacerlo de forma agradable, segura y saludable a lo largo de su vida.</td></tr>
<tr><td colspan="5">Tema: “Explosión corporal: el cuerpo habla”</td></tr>
<tr><td>Destreza con criterio de desempeño</td><td colspan="4">EF.5.1.5 Tomar parte en juegos de grupo, teniendo en cuenta la relevancia del trabajo en equipo (posibilidades y obstáculos), de colaborar y oponerse, así como el rol de la comunicación motriz entre los participantes, para solucionar diversas circunstancias del juego y lograr sus metas.</td></tr>
<tr><td>Indicador de evaluación</td><td colspan="4">I.EF.5.1.2 Participa en distintos juegos, dando cuenta de las diferencias individuales, su competencia motriz y la necesidad de ayudarse entre compañeros, identificando las dificultades y posibilidades que representa trabajar en equipo.</td></tr>
<tr><td>Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.</td><td>Duración: De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.</td><td>Materiales: Equipo de sonido (parlante o bocina)
Música variada (rítmica, dinámica y relajante).
Silbato o instrumento sonoro para dar consignas.
Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios.
Pelotas de diferentes tamaños y texturas.
Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal.
Carteles con consignas, emociones o ritmos.
Cronómetro o reloj para control del tiempo.
Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.</td><td>Espacio: Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.</td><td>Periodo: Un trimestre (3 meses)</td></tr>
</table>

Parte inicial	Se inicia con trote suave alrededor del espacio durante dos minutos. Posteriormente, se ejecutan movimientos articulares de cuello, hombros, codos, cadera, rodillas y tobillos, acompañados de una canción rítmica. **“Se mueve el piojo Juancho”** Los participantes forman un círculo o se ubican dispersos en el espacio. El docente dirige una canción rítmica que va nombrando partes del cuerpo donde “se mueve el piojo Juancho”, y los estudiantes deben tocar, rascar o señalar rápidamente la parte mencionada, siguiendo el ritmo. *“El piojo Juancho se pasea por la cabeza…”* Luego cambia a: hombro, brazo, espalda, rodilla, pie, etc. Para activar la atención, el docente propone movimientos rápidos y lentos que los estudiantes imitan.
Parte principal	Los estudiantes se desplazan por el espacio con diferentes formas de movimiento (saltos, giros, desplazamientos laterales). A la señal del docente, deben representar con el cuerpo una emoción o mensaje (alegría, fuerza, miedo, libertad), utilizando gestos amplios y posturas expresivas. **“Mi cuerpo cuenta la historia”** En pequeños grupos, crean una secuencia corporal que comunique una historia corta sin usar palabras. Cada grupo debe estructurar su propuesta considerando inicio, desarrollo y cierre, integrando desplazamientos, gestos, niveles y ritmos variados. Promoviendo creatividad, intensidad y coordinación.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	***Ilustración 3;***



Ilustración 4;



Tabla 16: *Planificación 2*

<table>
<tr><td colspan="5">DATOS INFORMATIVOS</td></tr>
<tr><td colspan="5">Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro
Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Área: Educación Física
Subnivel: Bachillerato</td></tr>
<tr><td colspan="5">Título del bloque curricular: Prácticas lúdicas, los juegos y el jugar</td></tr>
<tr><td colspan="5">Objetivo de la asignatura: OG.E.F.1. Participar de manera autónoma en múltiples prácticas corporales, utilizando conocimientos (físicos, emocionales, conceptuales, motrices y otros) que le faciliten hacerlo de forma agradable, segura y saludable a lo largo de su vida.</td></tr>
<tr><td colspan="5">Tema: Ritmo salvaje, muévete con energía</td></tr>
<tr><td>Destreza con criterio de desempeño</td><td colspan="4">EF.5.1.5 Tomar parte en juegos de grupo, teniendo en cuenta la relevancia del trabajo en equipo (posibilidades y obstáculos), de colaborar y oponerse, así como el rol de la comunicación motriz entre los participantes, para solucionar diversas circunstancias del juego y lograr sus metas.</td></tr>
<tr><td>Indicador de evaluación</td><td colspan="4">I.EF.5.1.2 Participa en distintos juegos, dando cuenta de las diferencias individuales, su competencia motriz y la necesidad de ayudarse entre compañeros, identificando las dificultades y posibilidades que representa trabajar en equipo.</td></tr>
<tr><td>Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.</td><td>Duración: De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.</td><td>Materiales: Equipo de sonido (parlante o bocina)
Música variada (rítmica, dinámica y relajante).
Silbato o instrumento sonoro para dar consignas.
Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios.
Pelotas de diferentes tamaños y texturas.
Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal.
Carteles con consignas, emociones o ritmos.
Cronómetro o reloj para control del tiempo.
Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.</td><td>Espacio: Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.</td><td>Período: Un trimestre (3 meses).</td></tr>
<tr><td>Parte inicial</td><td colspan="4">Se inicia con movilidad articular dinámica y desplazamientos siguiendo el ritmo musical.</td></tr>
</table>

	El docente reproduce la canción y guía inicialmente los movimientos, los cuales representan con el cuerpo los objetos que se mencionan en la letra. Cada objeto implica una acción específica, que se va acumulando a medida que avanza la canción, incrementando gradualmente la complejidad y la intensidad. **"Soy una taza"** Al inicio, el estudiante forma un círculo con ambos brazos al frente del cuerpo para representar una taza; posteriormente, inclina ligeramente el tronco y uno de los brazos simulando el movimiento de una tetera al servir. A continuación, realiza movimientos circulares con el antebrazo como si utilizara una cuchara, seguidos de la extensión de los dedos de la mano para simbolizar un tenedor. Conforme avanza la canción, el estudiante abre los brazos de manera horizontal representando un plato, ejecuta un movimiento recto y firme con el brazo para simular un cuchillo. Los estudiantes acompañan los movimientos con palmadas y pasos básicos para elevar progresivamente la intensidad.
Parte principal	El docente propone ritmos variados (rápido, medio y lento) que los estudiantes expresan mediante movimientos corporales intensos. **"El ritmo del cuerpo"** • Inicia proponiendo un ritmo lento, marcado mediante palmadas o música suave. Frente a esta consigna, los estudiantes realizan desplazamientos amplios y controlados, combinando caminatas conscientes, balanceos de brazos y movimientos fluidos del tronco, manteniendo coordinación y control postural. • Posteriormente, el docente cambia a un ritmo medio, aumentando la intensidad de la música o el pulso de las palmadas. Los estudiantes responden incorporando saltos suaves, pasos laterales, giros controlados y palmadas sincronizadas, manteniendo la atención en el ritmo y en el uso adecuado del espacio. En esta fase se enfatiza la coordinación entre brazos y piernas, así como la continuidad del movimiento. • Finalmente, el docente propone un ritmo rápido, elevando la intensidad de la actividad. Los estudiantes ejecutan saltos continuos, desplazamientos veloces en distintas direcciones, giros rápidos y palmadas fuertes y precisas, procurando no perder la sincronización ni el control corporal. Esta etapa representa el pico de intensidad de la actividad y favorece el desarrollo de la resistencia, la coordinación rítmica y la expresión corporal. En una segunda fase, los estudiantes se organizan en grupos de cuatro a cinco integrantes. Cada grupo recibe la consigna de crear una secuencia rítmica de entre 20 y 30 segundos, integrando al menos un salto, una palmada, un giro y un desplazamiento, respetando un ritmo común acordado por el grupo. Los estudiantes ensayan la secuencia buscando sincronización, fluidez y claridad expresiva. Finalmente, cada grupo presenta su propuesta al resto del curso, fortaleciendo la creatividad, el trabajo cooperativo y la comunicación corporal.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante

	varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	**Ilustración 5;**  ***Ilustración 6;*** 

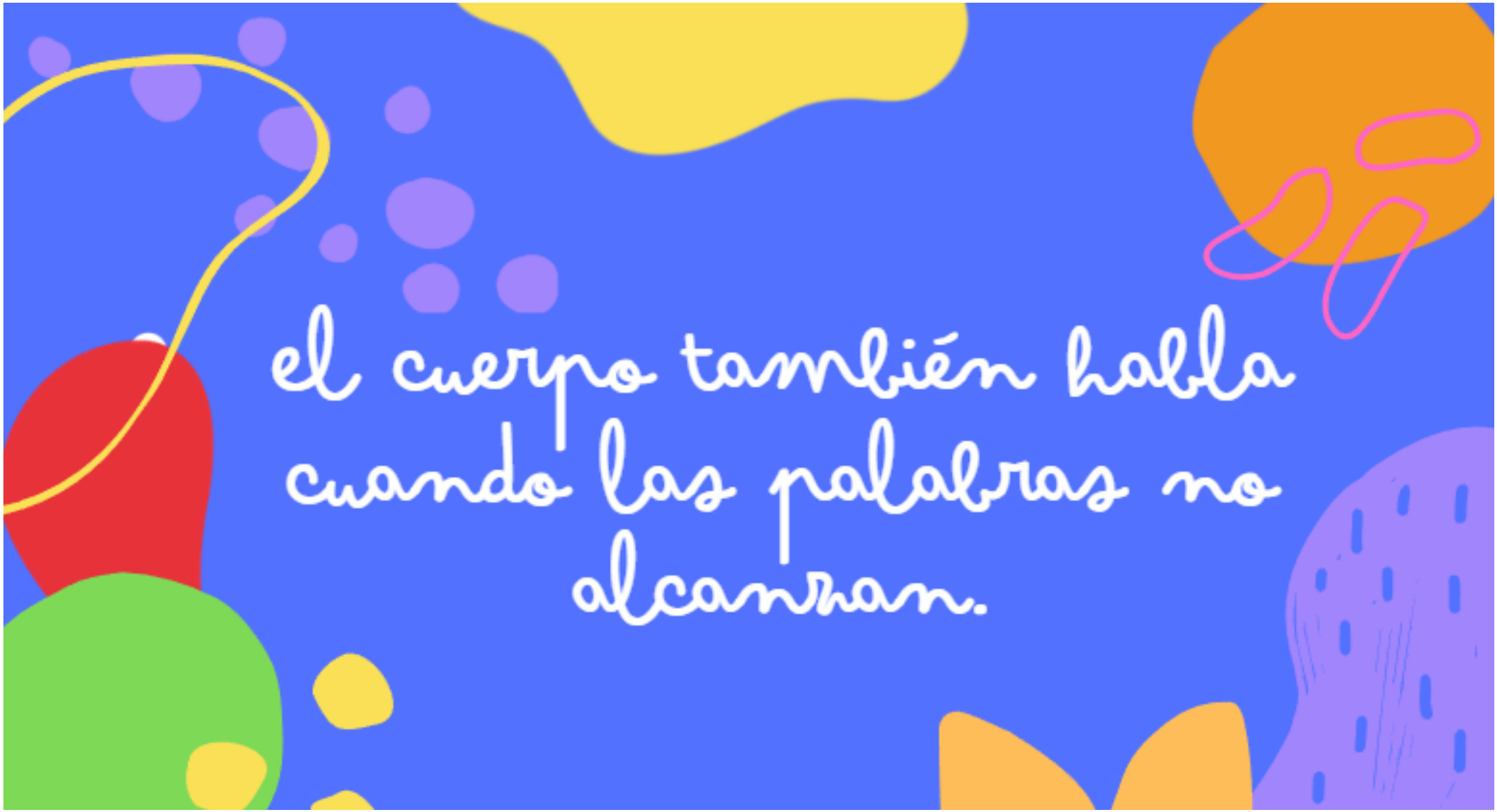

el cuerpo también habla
cuando las palabras no
alcanzan.

Tabla 17: Planificación 3

<table>
<tr><td colspan="5">DATOS INFORMATIVOS</td></tr>
<tr><td colspan="5">Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro
Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Área: Educación Física
Subnivel: Bachillerato</td></tr>
<tr><td colspan="5">Título del bloque curricular: Prácticas lúdicas, los juegos y el jugar</td></tr>
<tr><td colspan="5">Objetivo de la asignatura: OG.E.F.1. Participar de manera autónoma en múltiples prácticas corporales, utilizando conocimientos (físicos, emocionales, conceptuales, motrices y otros) que le faciliten hacerlo de forma agradable, segura y saludable a lo largo de su vida.</td></tr>
<tr><td colspan="5">Tema: Estatuas explosivas</td></tr>
<tr><td>Destreza con criterio de desempeño</td><td colspan="4">EF.5.1.5 Tomar parte en juegos de grupo, teniendo en cuenta la relevancia del trabajo en equipo (posibilidades y obstáculos), de colaborar y oponerse, así como el rol de la comunicación motriz entre los participantes, para solucionar diversas circunstancias del juego y lograr sus metas.</td></tr>
<tr><td>Indicador de evaluación</td><td colspan="4">I.EF.5.1.2 Participa en distintos juegos, dando cuenta de las diferencias individuales, su competencia motriz y la necesidad de ayudarse entre compañeros, identificando las dificultades y posibilidades que representa trabajar en equipo.</td></tr>
<tr><td>Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.</td><td>Duración: De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.</td><td>Materiales: Equipo de sonido (parlante o bocina)
Música variada (rítmica, dinámica y relajante).
Silbato o instrumento sonoro para dar consignas.
Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios.
Pelotas de diferentes tamaños y texturas.
Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal.
Carteles con consignas, emociones o ritmos.
Cronómetro o reloj para control del tiempo.
Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.</td><td>Espacio: Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.</td><td>Período: Un trimestre (3 meses)</td></tr>
</table>

Parte inicial	Se realiza un calentamiento general, iniciando con carreras cortas de baja a moderada intensidad dentro del espacio de trabajo, combinadas con variaciones de desplazamiento como trote suave, skipping, talones a los glúteos y desplazamientos laterales. Posteriormente, se incorporan cambios de dirección mediante recorridos en zigzag, giros frontales y laterales, y aceleraciones progresivas, con el fin de activar el sistema cardiovascular y mejorar la coordinación motriz.
Parte principal	Mientras suena la música, los estudiantes se desplazan de manera intensa y libre por todo el espacio disponible, utilizando diferentes formas de locomoción como caminar rápido, trotar, saltar o desplazarse lateralmente, siguiendo el ritmo musical. El docente observa y regula la intensidad del movimiento para mantener un ambiente dinámico y seguro. Al detenerse la música de forma repentina, los estudiantes deben adoptar de manera inmediata una postura corporal estática que represente una emoción, acción o valor previamente indicado por el docente, como alegría, miedo, esfuerzo, respeto o solidaridad. La postura debe ser expresiva, clara y mantenida durante algunos segundos. Para incrementar el nivel de dificultad, el docente solicita que las posturas se realicen en equilibrio, utilizando un solo apoyo (por ejemplo, un pie o una mano), con cambios de nivel corporal (alto, medio o bajo) o reduciendo los puntos de contacto con el suelo. La actividad favorece la expresión corporal, la creatividad, el control postural y la atención a las consignas.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	**Ilustración 7;**



Ilustración 8;




MOVER EL CUERPO ES UNA
FORMA DE LIBERAR EMOCIONES Y
EXPRESAR QUIÉNES SOMOS.

Tabla 18: *Planificación 4*

DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Área: Educación Física

Subnivel: Bachillerato

Título del bloque curricular: Prácticas lúdicas, los juegos y el jugar

Objetivo de la asignatura: OG.E.F.1. Participar de manera autónoma en múltiples prácticas corporales, utilizando conocimientos (físicos, emocionales, conceptuales, motrices y otros) que le faciliten hacerlo de forma agradable, segura y saludable a lo largo de su vida.

Tema: El espejo definitivo

Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.1.5** Tomar parte en juegos de grupo, teniendo en cuenta la relevancia del trabajo en equipo (posibilidades y obstáculos), de colaborar y oponerse, así como el rol de la comunicación motriz entre los participantes, para solucionar diversas circunstancias del juego y lograr sus metas.
Indicador de evaluación	**I.EF.5.1.2** Participa en distintos juegos, dando cuenta de las diferencias individuales, su competencia motriz y la necesidad de ayudarse entre compañeros, identificando las dificultades y posibilidades que representa trabajar en equipo.

Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Se realiza una sesión de movilidad articular combinada con desplazamientos variados, en la que los estudiantes recorren el espacio utilizando diferentes formas de movimiento como caminar, trotar, desplazarse lateralmente, en zigzag y con cambios de ritmo. Durante estos desplazamientos, se integran ejercicios de movilidad articular progresiva, activando cuello, hombros, brazos, cadera, rodillas y tobillos mediante movimientos circulares y controlados. Posteriormente, los estudiantes se organizan en parejas para ejecutar ejercicios de coordinación, sincronizando movimientos de brazos y piernas, imitando acciones del compañero o realizando secuencias motrices simples de manera conjunta. Estas actividades promueven la cooperación, la atención, el ritmo y la coordinación motriz, favoreciendo una correcta preparación física para la actividad principal.
Parte principal	Los estudiantes se organizan en parejas, ubicándose uno frente al otro. Uno de los integrantes asume el rol de líder, realizando movimientos amplios, rápidos y altamente expresivos, involucrando diferentes partes del cuerpo como brazos, tronco y piernas. El segundo estudiante actúa como reflejo, imitando de manera inmediata y precisa cada movimiento ejecutado por su compañero, procurando mantener la mayor fidelidad posible. **"El espejo".** Durante el desarrollo de la actividad, se incorporan cambios bruscos de ritmo, alternando movimientos lentos y acelerados, así como variaciones de nivel corporal (alto, medio y bajo), lo que exige mayor control postural, atención y coordinación. Ambos estudiantes deben mantener un alto grado de concentración, sincronía y comunicación no verbal, favoreciendo el desarrollo de la expresión corporal, la empatía motriz y el trabajo cooperativo.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.

Ilustración	***Ilustración 9;***  ***Ilustración 10;*** 

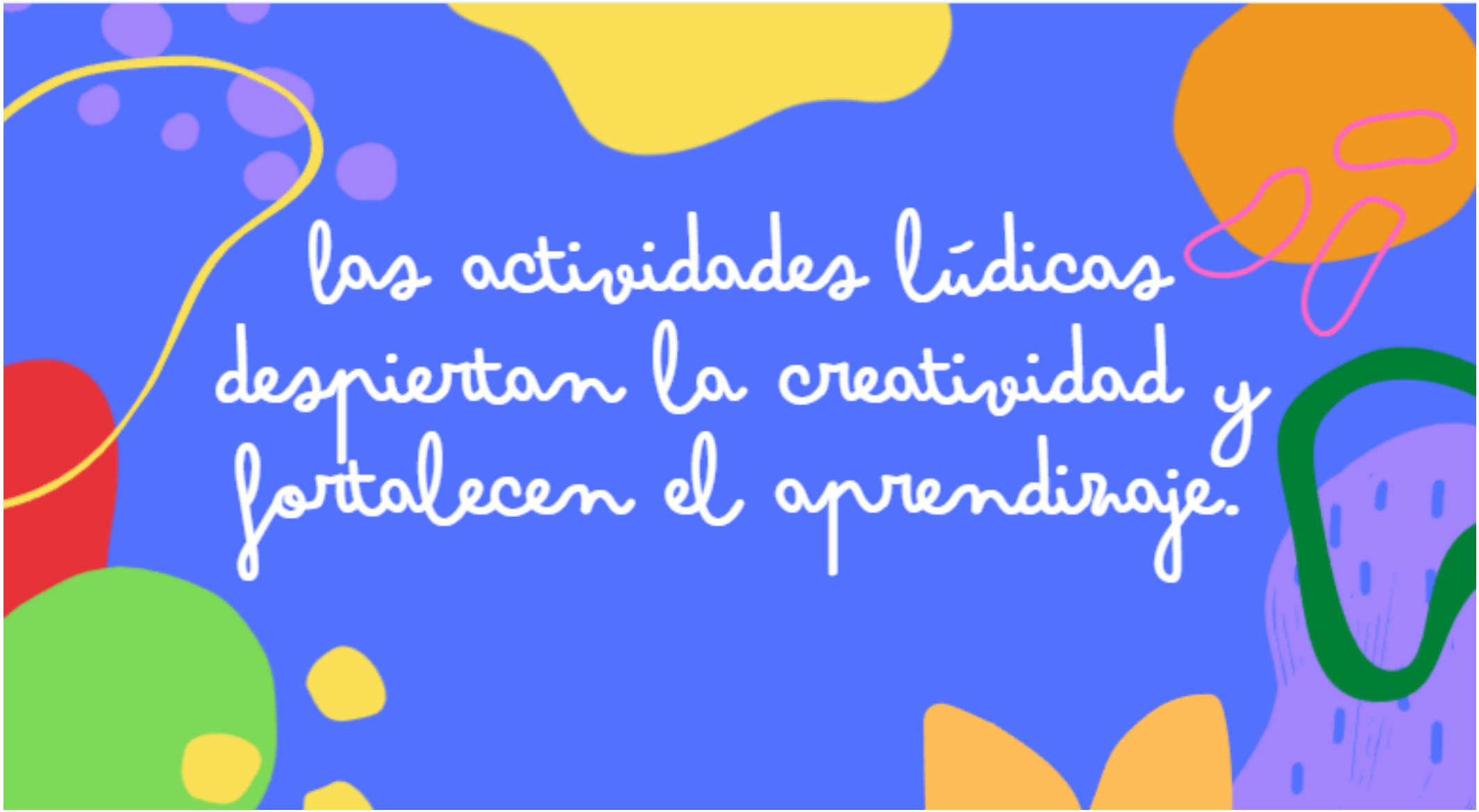

las actividades lúdicas
despiertan la creatividad y
fortalecen el aprendizaje.

Tabla 19: *Planificación 5*

DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Área: Educación Física

Subnivel: Bachillerato

Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas

Objetivo de la asignatura: OG.E.F.8. Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando su respeto y preservación.

Tema: Circuito de aventura

Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Se inicia la actividad con música animada. Los estudiantes realizan un trote libre por el espacio, desplazándose como si exploraran un juego, evitando chocar entre compañeros y respondiendo a consignas sencillas del docente como "rápido", "lento", "congelados" o "cambio de dirección". Durante el desplazamiento, el docente propone retos lúdicos de movilidad articular, por ejemplo: "despierta los hombros como robots", "mueve la cadera como gelatina", "activa las rodillas como resortes", promoviendo movimientos amplios, creativos y controlados. El calentamiento continúa con saltos suaves en forma de juego, imitando animales (conejo, rana, canguro), saltando sobre líneas imaginarias o pequeños obstáculos, y realizando cambios de nivel (alto, medio y bajo). La actividad finaliza con un breve juego de "estatuas", donde al detenerse la música los estudiantes quedan quietos en una postura divertida, favoreciendo la atención, la coordinación y la motivación.
Parte principal	Se organiza un circuito activo con estaciones dinámicas, dispuesto de manera circular para favorecer el movimiento continuo. Los estudiantes se distribuyen en grupos pequeños y se desplazan de una estación a otra al ritmo de la música, manteniendo una alta intensidad de movimiento. En la primera estación, realizan saltos expresivos, variando altura, velocidad y forma, acompañados de consignas emocionales indicadas por el docente (alegría, sorpresa, fuerza, calma), buscando que el cuerpo refleje la emoción a través del movimiento. En la segunda estación, ejecutan desplazamientos rítmicos con cambios rápidos de dirección, combinando pasos largos y cortos, giros, desplazamientos laterales y aceleraciones, respondiendo a estímulos sonoros o señales visuales. En la tercera estación, desarrollan la representación corporal de animales o elementos de la naturaleza, imitando sus movimientos de forma exagerada y creativa (saltos de rana, vuelo de ave, balanceo de árbol con el viento), utilizando diferentes niveles corporales. Los estudiantes rotan de manera ágil entre estaciones, respetando el espacio propio y el de los demás, manteniendo la concentración, el control corporal y una actitud participativa y cooperativa durante toda la actividad.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	***Ilustración 11;***



Ilustración 12;



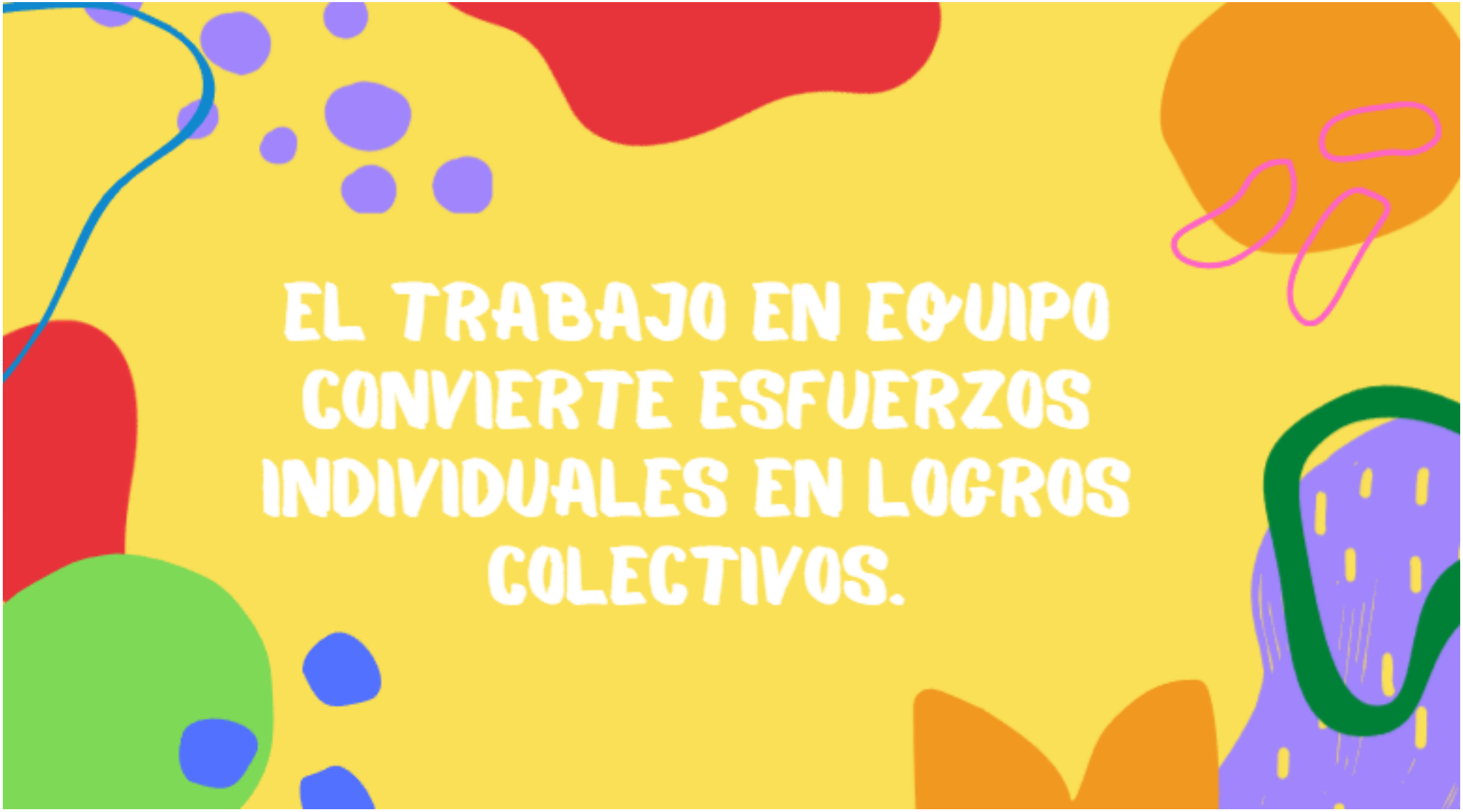

EL TRABAJO EN EQUIPO
CONVIERTE ESFUERZOS
INDIVIDUALES EN LOGROS
COLECTIVOS.

Tabla 20: Planificación 6

DATOS INFORMATIVOS				
Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro **Área:** Educación Física **Subnivel:** Bachillerato		**Nombre del docente:** Francisco Leonardo Caicedo Padilla		
Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas				
Objetivo de la asignatura: OG.E.F.8. Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando que su respeto y preservación.				
Tema: Historias que se mueven				
Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Con música animada de fondo, se inicia la activación corporal mediante juegos de desplazamiento, en los que los estudiantes se mueven libremente por el espacio siguiendo el ritmo, combinando caminatas rápidas, trote suave, desplazamientos laterales y cambios de dirección al escuchar consignas del docente o variaciones musicales. Durante el desplazamiento, se integran giros dinámicos (medios giros y giros completos), realizados de forma controlada y sincronizados con el pulso de la música, favoreciendo el equilibrio y la orientación espacial. Posteriormente, sin detener el movimiento, se incorporan ejercicios de movilidad articular activa, utilizando consignas lúdicas como “suelta los hombros”, “despierta la cadera”, “afloja las rodillas”, acompañadas de movimientos amplios, rítmicos y expresivos. La actividad se desarrolla de manera continua, manteniendo la motivación, la coordinación y una activación progresiva del cuerpo para la parte principal de la sesión.
Parte principal	El docente narra una historia dinámica y motivadora, apoyándose en cambios de voz, ritmo y, de ser posible, música de fondo. A medida que avanza el relato, los estudiantes representan corporalmente cada acción, utilizando movimientos amplios, exagerados y creativos, acompañados de gestos faciales y expresiones emocionales acordes a la situación narrada. Se incentiva el uso activo del espacio, desplazándose libremente, explorando diferentes niveles corporales (alto, medio y bajo) y variando las velocidades de ejecución (lento, rápido, explosivo), según las escenas del cuento. La actividad promueve la imaginación, la coordinación y la comunicación no verbal, permitiendo alcanzar un alto nivel de activación física de manera lúdica y significativa, preparando al estudiante integralmente para la actividad principal.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.

Ilustración	***Ilustración 13;***  ***Ilustración 14;*** 



la cooperación transforma el movimiento en armonía colectiva.





Tabla 21: *Planificación 7*

DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Área: Educación Física

Subnivel: Bachillerato

Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas

Objetivo de la asignatura: OG.E.F.8. Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando que su respeto y preservación.

Tema: Tribu del ritmo corporal

Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Se realizan movimientos articulares acompañados de palmadas y pasos rítmicos, siguiendo el pulso de la música. Los estudiantes combinan desplazamientos cortos hacia adelante, atrás y lateralmente, mientras ejecutan palmadas a diferentes alturas (frontal, lateral y sobre la cabeza), manteniendo la coordinación entre brazos y piernas. Durante la actividad, el docente propone variaciones rítmicas, alternando secuencias lentas y rápidas, incorporando cambios de dirección y pequeños giros. De manera progresiva, se activan las principales articulaciones del cuerpo —hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas y tobillos— mediante movimientos amplios, continuos y controlados. La actividad favorece la coordinación, el sentido rítmico y la activación corporal general de forma lúdica y motivadora.
Parte principal	Se organiza a los estudiantes en grupos pequeños y reciben la consigna de crear una "danza tribal", integrando movimientos intensos y enérgicos, saltos variados, desplazamientos amplios y sonidos corporales como palmadas, pisadas, golpes suaves en el pecho o chasquidos, siguiendo un ritmo común. Cada grupo diseña una secuencia motriz corta, combinando cambios de nivel corporal (alto, medio y bajo), variaciones de velocidad y formaciones grupales (líneas, círculos o diagonales), cuidando la sincronización entre los integrantes y la expresividad de los movimientos. Finalmente, los grupos presentan su creación frente a sus compañeros, promoviendo la creatividad, la comunicación no verbal, el trabajo cooperativo y un alto nivel de activación física, respetando el espacio y valorando las producciones de los demás.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	**Ilustración 15;**



Ilustración 16;



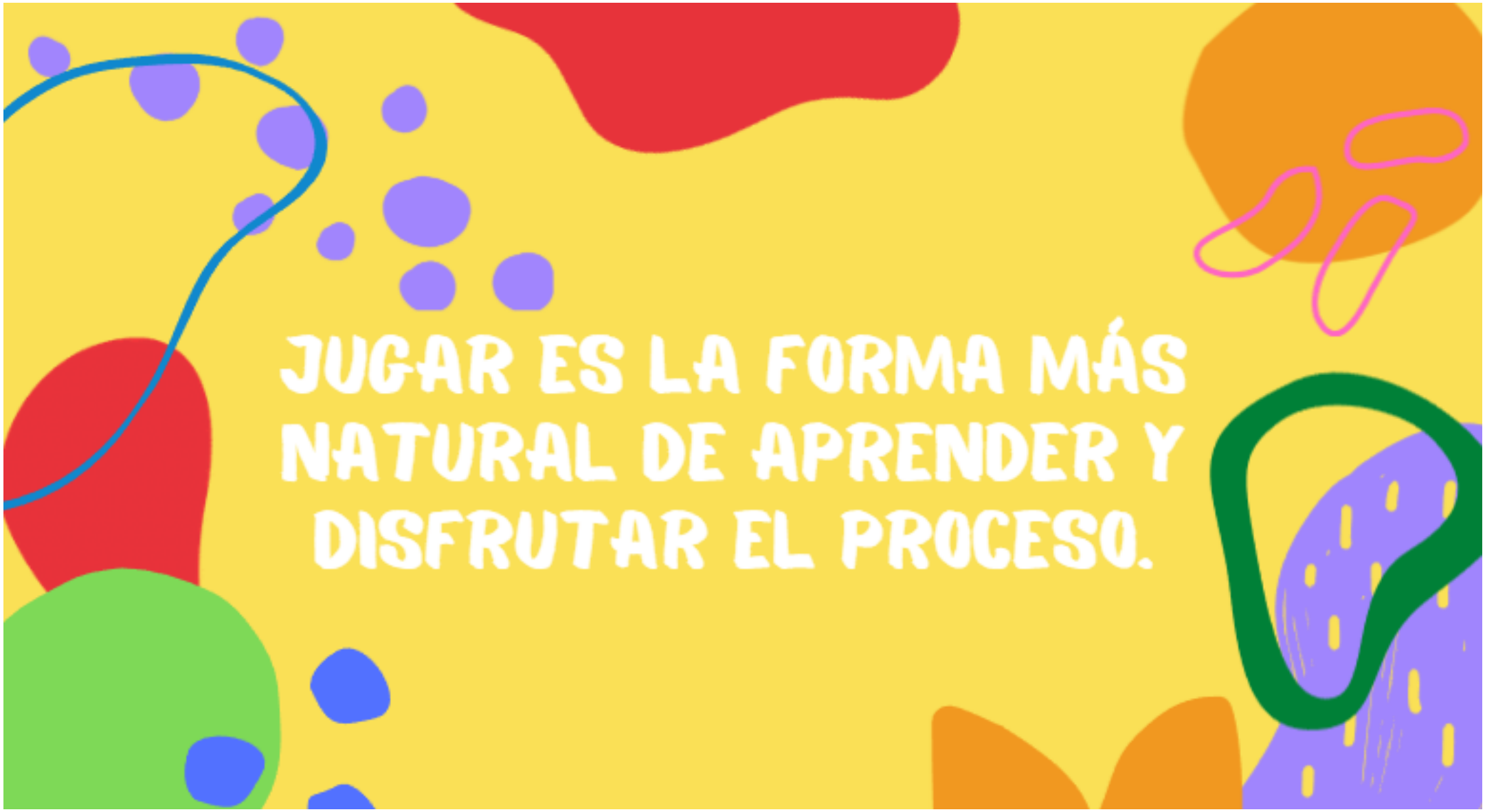

JUGAR ES LA FORMA MÁS
NATURAL DE APRENDER Y
DISFRUTAR EL PROCESO.

Tabla 22: *Planificación 8*

DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Área: Educación Física

Subnivel: Bachillerato

Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas

Objetivo de la asignatura: **OG.E.F.8.** Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando que su respeto y preservación.

Tema: Sombras en acción

Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Con música instrumental de fondo, los estudiantes realizan desplazamientos libres por el espacio, explorando diferentes formas de movimiento como caminar, trotar suavemente, deslizarse y desplazarse lateralmente, siguiendo el ritmo y las variaciones de la música. Durante el desplazamiento, se integran ejercicios de movilidad articular activa y progresiva, involucrando cuello, hombros, brazos, tronco, cadera, rodillas y tobillos, mediante movimientos amplios, continuos y controlados. El docente propone consignas expresivas como "movimientos fluidos", "cuerpo liviano" o "movimiento continuo", favoreciendo la conciencia corporal, la coordinación y una activación física armoniosa. La actividad se desarrolla de forma relajada pero dinámica, promoviendo la conexión entre música y movimiento, el uso adecuado del espacio y una preparación corporal integral para la actividad principal con música instrumental de fondo, los estudiantes realizan desplazamientos libres por el espacio, explorando diferentes formas de movimiento como caminar, trotar suavemente, deslizarse y desplazarse lateralmente, siguiendo el ritmo y las variaciones de la música.
Parte principal	En grupos, los estudiantes trabajan de manera cooperativa para crear figuras corporales dinámicas que representen objetos, animales o emociones, utilizando sus cuerpos como principal medio de expresión. Cada grupo diseña una figura inicial y, a partir de ella, incorpora movimientos continuos, transiciones fluidas y cambios de forma (abrirse, cerrarse, elevarse, descender), explorando diferentes niveles corporales y direcciones. Durante la ejecución, se mantiene una intensidad moderada a alta, integrando desplazamientos cortos, ajustes posturales rápidos y coordinación grupal. La actividad exige atención, sincronización y creatividad, promoviendo la comunicación no verbal, el trabajo en equipo y una activación corporal constante, respetando el espacio propio y el de los demás.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.

Ilustración	***Ilustración 17;*** 

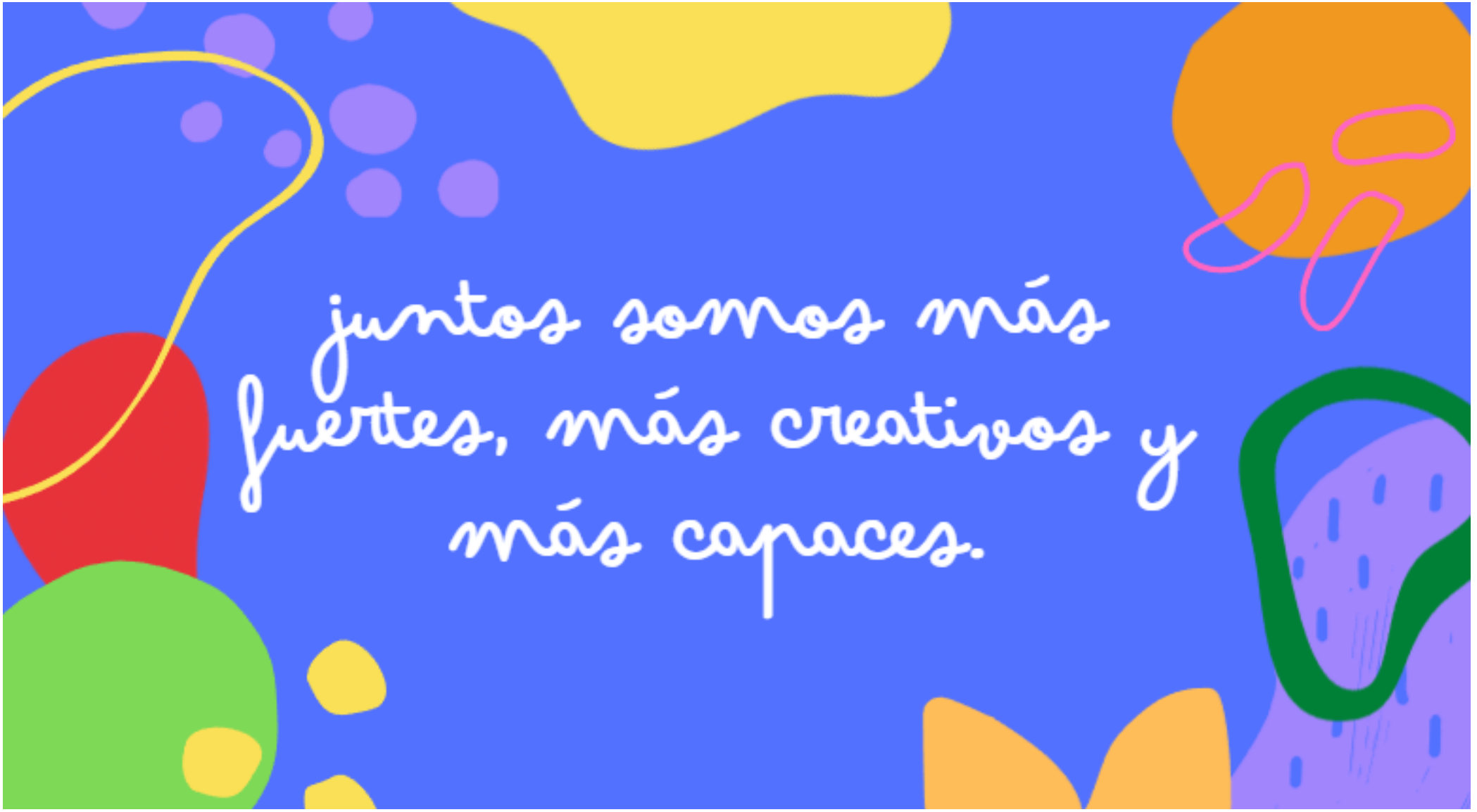

juntos somos más
fuertes, más creativos y
más capaces.

Tabla 23: *Planificación 9*

DATOS INFORMATIVOS				
Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro **Área:** Educación Física **Subnivel:** Bachillerato		**Nombre del docente:** Francisco Leonardo Caicedo Padilla		
Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas				
Objetivo de la asignatura: **OG.E.F.8.** Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando que su respeto y preservación.				
Tema: Cambio de roles				
Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Se inicia con juegos dinámicos de activación, en los que los estudiantes se desplazan libremente por el espacio respondiendo a consignas del docente, como cambios rápidos de dirección, aceleraciones, frenadas y desplazamientos laterales, fomentando la atención y la coordinación. A medida que el juego avanza, se integran ejercicios de movilidad articular activa, incorporados de forma lúdica mediante retos y consignas creativas, movilizando progresivamente cuello, hombros, brazos, cadera, rodillas y tobillos con movimientos amplios, rítmicos y controlados. El calentamiento se desarrolla de manera continua y motivadora, manteniendo una intensidad progresiva, favoreciendo la activación muscular, la conciencia corporal y la preparación integral del cuerpo para la actividad principal.
Parte principal	Los estudiantes se desplazan libremente por el espacio mientras representan, mediante movimientos corporales amplios y expresivos, distintos roles sociales propuestos por el docente (por ejemplo: líder, cuidador, trabajador, compañero solidario). Cada rol se manifiesta a través de gestos, posturas y formas de desplazamiento. Durante la actividad, el docente introduce consignas de intensidad y ritmo como “rápido”, “fuerte”, “lento” o “suave”, a las que los estudiantes deben adaptarse manteniendo el control del cuerpo y la expresividad. A una señal sonora o verbal, se realiza un cambio inmediato de rol, obligando a los estudiantes a transformar su postura, movimiento y actitud corporal, sin detener el desplazamiento. Este juego promueve la conciencia corporal, la flexibilidad motriz, la atención a consignas y la comprensión simbólica de distintos roles, manteniendo una activación física constante y dinámica.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.

Ilustración	***Ilustración 18;*** 

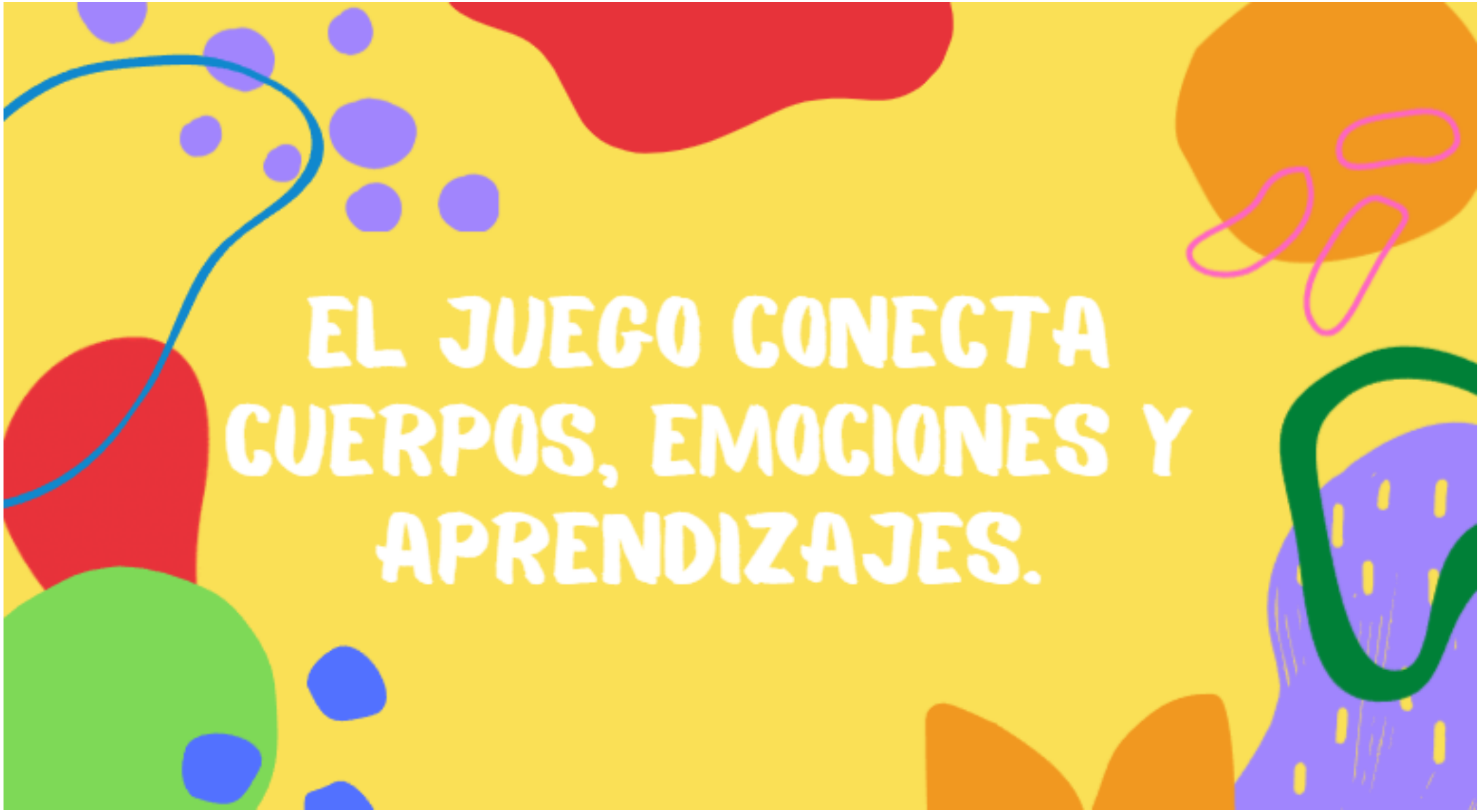

EL JUEGO CONECTA
CUERPOS, EMOCIONES Y
APRENDIZAJES.

Tabla 24: *Planificación 10*

DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la institución: Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Nombre del docente: Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Área: Educación Física

Subnivel: Bachillerato

Título del bloque curricular: Prácticas corporales expresivo-comunicativas

Objetivo de la asignatura: **OG.E.F.8.** Tomar parte de forma segura, agradable, saludable y sostenible en prácticas corporales en varios contextos o ambientes, garantizando que su respeto y preservación.

Tema: Respira y siente tu cuerpo

Destreza con criterio de desempeño	**EF.5.3.1.** Identificar las prácticas corporales expresivo-comunicativas como creaciones significativas e identitarias para sus protagonistas (con orígenes, contextos de producción y significados) y, al mismo tiempo, como potenciales facilitadores de la socialización y el establecimiento de vínculos entre pares y con la cultura.			
Indicador de evaluación	**I.EF.5.3.1.** Combinas prácticas corporales expresivo-comunicativas comprendiendo las demandas, sentidos y significados para los protagonistas, en la comunicación e intercambio de mensajes corporales. **(I.1., S.2.)**			
Rango de Edad: Entre 15 y 18 años.	**Duración:** De 40 minutos a 1hora y 20 minutos.	**Materiales:** Equipo de sonido (parlante o bocina) Música variada (rítmica, dinámica y relajante). Silbato o instrumento sonoro para dar consignas. Conos, aros o cuerdas para delimitar espacios. Pelotas de diferentes tamaños y texturas. Pañuelos, cintas o telas de colores para expresión corporal. Carteles con consignas, emociones o ritmos. Cronómetro o reloj para control del tiempo. Colchonetas o esterillas para relajación y vuelta a la calma.	**Espacio:** Cancha deportiva, patio institucional, aula amplia o salón de usos múltiples, espacios abiertos de la institución.	**Período:** Un trimestre (3 meses)

Parte inicial	Con música tranquila y suave de fondo, los estudiantes realizan una movilidad articular controlada y consciente, ejecutando movimientos lentos y continuos que recorren progresivamente todo el cuerpo. Se inicia con movilizaciones suaves de cuello y hombros, continuando con brazos, tronco y cadera, para finalizar con rodillas y tobillos. Los movimientos se realizan de manera amplia, pero sin brusquedad, coordinando la respiración con el ritmo de la música, favoreciendo la relajación muscular, la conciencia corporal y la disminución progresiva de la intensidad física. La actividad invita a la concentración, al autocontrol y a una conexión armónica entre cuerpo y movimiento, cerrando la sesión de forma tranquila y significativa.
Parte principal	Se realizan movimientos corporales conscientes y controlados, integrando ejercicios de equilibrio estático y dinámico, control postural y desplazamientos lentos por el espacio. Los estudiantes ejecutan los movimientos de forma pausada, prestando atención a la alineación del cuerpo, la estabilidad y la fluidez del gesto. Durante la actividad, se enfatiza la respiración consciente y la percepción de las sensaciones corporales, favoreciendo la conexión cuerpo-mente. El docente guía con consignas suaves que invitan a la calma, la concentración y el autocontrol, promoviendo la relajación, la conciencia corporal y una transición armoniosa hacia el cierre de la clase.
Parte final	Al finalizar la actividad, los estudiantes realizan una disminución progresiva de la intensidad mediante caminatas lentas por el espacio, acompañadas de respiraciones profundas y controladas. Posteriormente, ejecutan estiramientos suaves de brazos, piernas, tronco y cuello, manteniendo cada posición durante varios segundos. Finalmente, se integran ejercicios de relajación corporal y conciencia respiratoria, favoreciendo la recuperación física, la regulación emocional y el bienestar general, promoviendo hábitos saludables y el autocuidado corporal.
Ilustración	***Ilustración 19;***

Rúbrica de evaluación de actividades lúdicas corporales expresivo-comunicativas

Evaluar el desempeño de los estudiantes durante la participación en actividades lúdicas orientadas al desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas y la formación integral.

Escala de valoración

- 4 – Excelente
- 3 – Bueno
- 2 – Básico
- 1 – Inicial

Ilustración 20;

Rubrica de evaluación

Criterio	**4 – Excelente**	**3 - Bueno**	**2 - Básico**	**1 - Inicial**
Participación activa	Participa de manera constante, entusiasta y autónoma durante toda la actividad, manteniendo un alto nivel de compromiso corporal y expresivo.	Mantiene una participación constante durante la mayor parte de la actividad, evidenciando interés y disposición para cumplir con las consignas planteadas.	Presenta participación irregular, con bajas considerables de energía y requiere estímulos constantes para integrarse a la actividad.	Evidencia una participación limitada o tiende a evitar su involucramiento en la actividad propuesta.
Cooperación y trabajo en equipo	Mantiene actitud colaborativa, contribuye con ideas constantemente, respeta los turnos de participación y promueve el trabajo en equipo.	Coopera adecuada ¿mente con sus compañeros y cumple el rol asignado	Coopera de manera limitada y presenta dificultades para integrarse al grupo.	No coopera o genera conflictos que afectan al trabajo grupal.
Desenvolvimiento corporal y expresivo	Se desenvuelve con seguridad, control y fluidez utilizando el cuerpo como medio de comunicación de forma clara y expresiva.	Se desenvuelve con cierta seguridad, utilizando gestos y movimientos que resultan comprensibles en su expresión.	Evidencia inseguridad y limitaciones para comunicar mensajes a través del cuerpo de forma clara.	Evidencia rigidez, inhibición o resistencia al utilizar el cuerpo como medio de expresión.

Creatividad	Propone movimientos, gestos y secuencias originales, demostrando imaginación y capacidad de creación corporal.	Evidencia cierto nivel de creatividad y logra adecuarse a las consignas planteadas.	Ejecuta movimientos básicos, evidenciando limitada iniciativa creativa.	No evidencia creatividad ni iniciativa para genera o proponer ideas.
Respeto por las reglas y consignas	Respeta plenamente las reglas, consignas y normas de seguridad, promoviendo un ambiente positivo.	Cumple con las reglas y consignas establecidas, requiriendo escasas observaciones.	Necesita recordatorios constantes para ajustarse al cumplimiento de las reglas establecidas.	No respeta las reglas establecidas, lo que dificulta el adecuado desarrollo de la actividad.

Interpretación de resultados

De 16 a 20 puntos: Alto nivel de desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas.

De 11 a 15 puntos: Nivel medio de desarrollo, con aspectos a fortalecer.

De 6 a 10 puntos: Nivel básico, requiere acompañamiento y refuerzo.

De 1 a 5 puntos: Nivel inicial, presenta dificultades significativas.

Conclusiones

- Se indagó que los docentes emplean actividades lúdicas de manera ocasional y, en su mayoría, con fines recreativos más que pedagógicos. La información recopilada permitió identificar que, aunque existen iniciativas para fomentar la expresión corporal, estas no siempre están planificadas con una intencionalidad clara hacia el desarrollo de prácticas corporales expresivo-comunicativas. Por tanto, se evidenció la necesidad de fortalecer el uso estratégico del juego como herramienta formativa.
- Se identificó que tanto estudiantes como docentes reconocen la relevancia de las actividades lúdicas en el desarrollo de la expresión corporal y la comunicación. Los resultados evidenciaron que por el lado de los estudiantes se sienten más seguros, participativos y motivados cuando se integran dinámicas recreativas en el aula. Por parte de los docentes consideran que el juego favorece la interacción social y el aprendizaje significativo, confirmando su influencia positiva en la formación integral.
- Se diseñaron actividades lúdicas estructuradas con intencionalidad pedagógica, orientadas al fortalecimiento de habilidades expresivo-comunicativas a través del cuerpo. La propuesta integra dinámicas participativas, recreativas y colaborativas que permiten a los estudiantes desarrollar mayor seguridad, creatividad y capacidad comunicativa. De esta manera, se consolidó una alternativa metodológica viable para potenciar la formación integral en los estudiantes de bachillerato.

Recomendaciones

- Implementar de manera sistemática actividades lúdicas con intencionalidad pedagógica dentro de la planificación curricular, asegurando que no se utilicen únicamente como recursos recreativos, sino como estrategias didácticas orientadas al fortalecimiento de las prácticas expresivo-comunicativas en los estudiantes de bachillerato.

- Desarrollar procesos de capacitación continúa dirigidos a los docentes sobre el diseño, aplicación y evaluación de estrategias lúdicas que promuevan la expresión corporal, la comunicación y la interacción social, con el fin de optimizar su impacto en la formación integral del estudiante.

- Aplicar y evaluar periódicamente la propuesta de actividades lúdicas de esta investigación, realizando ajustes según las necesidades del contexto educativo, para garantizar su sostenibilidad y efectividad en el desarrollo de habilidades expresivo-comunicativas.

Glosario

- **Actividades lúdicas:** Estrategias fundamentadas en el juego, diseñadas con una intención pedagógica clara, que promuevan la motivación, la participación activa y el logro de aprendizajes significativos en los estudiantes.
- **Aprendizaje significativo:** Proceso mediante el cual el estudiante construye nuevos conocimientos a partir de experiencias previas, logrando un comprensión profunda y duradera de los contenidos.
- **Expresión corporal:** Disciplina que utiliza el cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, permitiendo expresar emociones, ideas y pensamientos de mamera verbal y no verbal.
- **Prácticas corporales expresivo-comunicativas:** Conjunto de acciones pedagógicas que integran el movimiento, el gesto, la postura y la voz como formas de expresión y comunicación en el contexto educativo.
- **Formación integral:** Proceso educativo que busca el desarrollo equilibrado de las dimensiones cognitiva, emocional, social, ética y corporal del estudiante.
- **Comunicación no verbal:** Forma de comunicación que se manifiesta a través del cuerpo, los gestos, las posturas y el movimiento, complementario o sustituyendo el lenguaje verbal.
- **Interacción social:** Proceso de relación e intercambio entre los estudiantes, que favorece la convivencia, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades sociales.

- **Educación Física:** Área del currículo educativo orientada al desarrollo de habilidades motrices, expresivas y comunicativas mediante el movimiento y la actividad corporal.
- **Metodologías activas:** Enfoque pedagógicos que sitúan al estudiante como protagonista de se aprendizaje, promoviendo la participación, la experimentación y la reflexión.

Referencias Bibliográficas

1. Alvarenga, J. M. (2023). *Manual del Docente Lúdico: Recreación, Lúdica y Juego en el ámbito educativo.* Miami: Independently Published.

2. Arias-Ortega, A. (2022). Educación emocional y clima escolar en contextos educativos. *Revista Iberoamericana de Educación*, 88(2), 45–60.

3. Barriga, A. Á. (2020). *Enseñanza situada: vínculo entre la escuela y la vida.* Ciudad de México: McGraw-Hill Education.

4. Blázquez Sánchez, D. (1990). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. INDE.

5. Bolaños Encalada, L. (2024). Actividades lúdicas y comunicación no verbal en estudiantes de bachillerato [Trabajo de titulación, Universidad Técnica del Norte].

6. Bruner, J. S. (1991). *Actos de significado.* Madrid: Alianza Editorial.

7. Caon, F. (2022). Juego, emoción y comunicación en el aprendizaje. *Revista de Didáctica y Educación*, 14(1), 33–49.

8. Cajares Arboleda, M., Pérez Gómez, L., & Ríos Andrade, S. (2023). El cuerpo sensible como medio de comunicación educativa. *Revista Latinoamericana de Expresión Corporal*, 6(2), 21–38.

9. Calmels, D. (2023). *El juego corporal: bases para una clínica del jugar.* Buenos Aires: Biblos.

10. Candela & Benavides. (2020). *Las actividades lúdicas como estrategia pedagógica para el aprendizaje signficativo.* Ibarra, Ecuador: Universidad Tecnica del Norte.

11. Candela, M. d., & Benavides, M. F. (2020). *Estrategias lúdicas para el aprendizaje significativo en contextos educativos.* Quito: Abya-Yala.

12. Castro-Zapata, M. (2022). Formación integral y convivencia escolar. *Revista Educación y Sociedad*, 9(3), 77–90.

13. Darad, J. (2024). Gamificación y aprendizaje basado en juegos en educación secundaria. *Revista Innovación Educativa*, 18(1), 61–80.

14. Gastiabur Barba, P. (2024). Comunicación corporal y lenguaje no verbal en contextos educativos. *Revista Pedagogía y Movimiento*, 5(1), 15–29.

15. Hernández-Rodríguez, J. (2024). La formación integral como enfoque educativo contemporáneo. *Revista Educación Integral*, 11(2), 40–58.

16. Hernández Sampieri, R. (2022). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (7.ª ed.). McGraw-Hill.

17. Huizinga, J. (1938). *Homo ludens: El juego y la cultura* . Madrid: Alianza Editorial .

18. Kalmar, D. (2024). Expresión corporal y creatividad en la educación. *Revista Arte y Educación*, 10(1), 22–37.

19. Laban, R. (1987). *El dominio del movimiento*. Paidós.

20. Moreno, J. (2025). Comunicación corporal y prácticas expresivas en adolescentes. *Revista Educación y Lenguaje*, 13(1), 50–66.

21. Muñoz, M. E. (2020). *Estrategias lúdico-didácticas para el desarrollo de la destreza de comunicación oral en estudiantes de primero de bachillerato.* Quito: Universidad Central del Ecuador.

22. Nontol-Pastor, M., & Maguiña-Vizcarra, J. (2022). Formación integral y desarrollo humano en educación básica y media. *Revista Andina de Educación*, 7(2), 64–79.

23. Padín, R. R. (2023). *Aprendizaje cooperativo a través de las TIC.* Madrid: Aula Magna Proyecto Clave McGraw Hill.

24. Piaget, J. W. (1961). *El juego y la imitación en la infancia.* Madrid: Morata.

25. Reinoso, L., Morales, C., & Velasco, J. (2025). Estrategias lúdicas para el aprendizaje significativo en Lengua y Literatura. *Revista Educación y Comunicación*, 15(1), 41–57.

26. Reyes Muñoz, A. (2020). Juego, empatía y aprendizaje cooperativo. *Revista Educación y Valores*, 6(3), 30–46.

27. Robinson, K. (2020). *Escuelas creativas: la revolución que está transformando la educación.* Barcelona: Grijalbo.

28. Quishpe, W. A., Rubio, R. E., & Mamani, M. E. (2024). *Estrategias lúdicas como recursos didácticos para el desarrollo integral en contextos educativos.* Lima: Editorial Universitaria San Marcos.

29. Salamanca Castro, A. (2021). Investigación bibliográfica en educación. *Revista Metodología Educativa*, 9(1), 12–25.

30. Schinca, M. (2020). *Expresión corporal: técnica y expresión del movimiento.* Madrid: CCS.

31. Stokoe, P. (1983). *La expresión corporal*. Editorial Paidós.

32. Stokoe, P., & Harf, R. (1986). *La expresión corporal en la educación*. Paidós.

33. Stokoe, P. (1994). *El cuerpo como instrumento de comunicación*. Paidós.

34. Valle, L., Lileya, M., & Revilla, P. (2022). Investigación descriptiva en contextos educativos. *Revista Ciencia y Educación*, 14(2), 88–101.

35. Vygotsky, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores.* Barcelona: Crítica.

ANEXOS

Anexo 1: Oficio Unidad Educativa

REPÚBLICA DEL ECUADOR

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DECANATO

Oficio Nro. UTN-FECYT-D-2025-0229-O
Ibarra, 26 de noviembre de 2025

PARA: **MSc. María Belén Estrella**
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO

ASUNTO: Trabajo de integración curricular Sr. Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Reciba un atento y cordial saludo, en nombre de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología FECYT de la Universidad Técnica del Norte y mi deseo de éxito en las actividades que desempeña.

Me dirijo a Usted de la manera más comedida, con la finalidad de solicitarle que, se brinde las facilidades necesarias al Señor FRANCISCO LEONARDO CAICEDO PADILLA, estudiante de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, para que obtenga información y aplique los instrumentos de investigación que se requieren para el desarrollo del trabajo de integración curricular: "ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE PRÁCTICAS CORPORALES EXPRESIVO-COMUNICATIVAS PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO".

Por su favorable atención, le agradezco.

Atentamente,
TÉCNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO

JOSE LUCIANO REVELO RUIZ

MSc. José Revelo
DECANO DE LA FECYT
Contacto: 062997800 ext. 7802
Correo electrónico: decanatofecyt@utn.edu.ec

JLRR/M.Báez

Recibido
UNIDAD EDUCATIVA "ANA LUISA LEORO" RECTORADO

Ciudadela Universitaria Barrio El Olivo
Av.17 de Julio 5-21 y Gral. José María Córdova
Ibarra-Ecuador
Teléfono: (06) 2997-800 RUC: 1060001070001
www.utn.edu.ec

Página 1 de 1

Anexos

Anexo 2: Encuesta a docentes de Educación Física de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

Ilustración 21;

Criterio de evaluación	Pregunta	1 NUNCA	2 RARA VEZ	3 A VECES	4 CASI SIEMPRE	5 SIEMPRE
Dimensión cognitiva Comprensión de consignas, toma de decisiones, resolución de problemas, atención y concentración y aplicación de conceptos corporales.	1. ¿Las actividades lúdicas que aplico en mis clases favorecen la comprensión de conceptos corporales y motrices?					
	2. ¿Considero que el juego facilita el aprendizaje significativo en las prácticas corporales?					
	3. ¿Las actividades lúdicas estimulan la toma de decisiones y la resolución de problemas en los estudiantes?					
Dimensión social Trabajo en equipo, cooperación, respeto de normas y reglas, inclusión, participación, convivencia, interacción entre pares.	4. ¿Las actividades lúdicas que propongo en clase promueven la cooperación y el trabajo en equipo?					
	5. ¿A través del juego, los estudiantes mejoran su convivencia y respeto por los demás?					
	6. ¿Las prácticas lúdicas permiten la inclusión y participación activa de todos los estudiantes?					
Dimensión emocional Motivación por la actividad, autoestima, seguridad personal, manejo de emociones y confianza en sí mismo.	7. ¿Las actividades lúdicas contribuyen al desarrollo de la autoestima de los estudiantes?					
	8. ¿Durante las actividades expresivas, los estudiantes logran manejar mejor sus emociones?					
Dimensión comunicativa y expresiva Comunicación corporal, expresión de ideas mediante el cuerpo, expresión corporal, creatividad motriz	9. ¿Las actividades lúdicas facilitan la expresión de ideas y sentimientos a través del cuerpo?					
	10. ¿A través del juego, los estudiantes desarrollan creatividad y espontaneidad corporal?					

Escala Likert para evaluación general

1 = NUNCA - 2 = RARA VEZ - 3 = A VECES - 4 = CASI SIEMPE - 5 = SIEMPRE

Anexo 3: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro.

Ilustración 22;

Criterio de evaluación	Pregunta	1 NUNCA	2 RARA VEZ	3 A VECES	4 CASI SIEMPRE	5 SIEMPRE
Dimensión cognitiva Comprensión de las actividades, facilidad para aprender mediante el juego, pensamiento y reflexión durante la actividad, atención en clase.	1. ¿En las clases con juegos entiendo mejor lo que debo hacer y aprender?					
	2. ¿Las actividades lúdicas (juegos) me ayudan a pensar y resolver situaciones durante la clase?					
	3. ¿Aprendo mejor los movimientos y ejercicios cuando se realizan mediante juegos?					
Dimensión social Relación con los compañeros, trabajo colaborativo, respeto mutuo, sentido de pertenencia, inclusión de las actividades y participación grupal.	4. ¿Cuándo jugamos en clase, me relaciono mejor con mis compañeros?					
	5. ¿Las actividades lúdicas me ayudan a respetar reglas y trabajar en equipo?					
	6. ¿Me siento incluido/a cuando participo en juegos y actividades grupales?					
Dimensión emocional Motivación en la clase, confianza personal, seguridad emocional, disfrute de la actividad y expresión de emociones.	7. ¿Durante los juegos puedo expresar mis emociones sin miedo?					
	8. ¿Las clases con actividades lúdicas me hacen sentir seguro/a y confiado/a?					
Dimensión comunicativa y expresiva Comunicación con compañero, expresión corporal de ideas, uso del cuerpo para comunicarse, seguridad al expresarse.	9. ¿En los juegos me comunico mejor con mis compañeros y con el docente?					
	10. ¿Uso mi cuerpo para expresar ideas o sentimientos durante las actividades?					

Escala Likert para evaluación general

1 = NUNCA - 2 = RARA VEZ - 3 = A VECES - 4 = CASI SIEMPE - 5 = SIEMPRE

Anexo 4: Ficha de observación aplicada a estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Ana Luisa Leoro

Ilustración 23;

Criterio / Indicador	Si	No	Descripción breve del comportamiento
Participa activamente en la actividad lúdica			
Se comunica de forma clara con sus compañeros			
Utiliza adecuadamente el lenguaje verbal			
Utiliza adecuadamente el lenguaje no verbal			
Muestra iniciativa y creatividad			
Coopera con el grupo de trabajo			
Respeta turnos y normas del juego			
Demuestra comprensión de instrucciones			
Se expresa con seguridad			
Resuelve conflictos de manera colaborativa			

Observaciones:

Anexo 5: Validación de instrumentos por MSc. Zoila Ether Realpe Zambrano – MSc. Miguel Hernán Nazareno Mairongo – MSc. Anita del Rocío Gudiño Noguera

Ibarra, 13 de enero de 2026

MSc. Zoila Esther Realpe Zambrano

Asunto:

Reciba un cordial y respetuoso saludo.

Por medio de la presente, me permito dirigirme a usted con el fin de solicitar muy comedidamente su valioso apoyo en la validación de los instrumentos de investigación que han sido diseñados para el desarrollo de mi trabajo académico, el cual tiene como propósito fortalecer el proceso investigativo y garantizar la rigurosidad científica del estudio.

Su amplia experiencia y trayectoria profesional constituyen un referente fundamental, por lo que su criterio será de gran aporte para asegurar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos elaborados. La validación que usted pueda brindar contribuirá significativamente a mejorar la calidad del trabajo y al cumplimiento de los objetivos planteados.

Agradezco de antemano el tiempo, la disposición y el compromiso que pueda dedicar a esta solicitud. Valoro profundamente su colaboración y el apoyo brindado al fortalecimiento de los procesos de investigación educativa.

Sin otro particular, y reiterando mi sincero agradecimiento, quedo atento a cualquier observación o sugerencia que considere pertinente.

Atentamente,

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Pedagogía de la actividad física y deporte
Universidad Técnica del Norte
0988228547
flcaicedop@utn.edu.ec

Revisado 13-01-2026

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

(FECYT)

CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE PRACTICAS CORPORALES EXPRESIVO-COMUNICATIVAS PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO

Autores:

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

- **Tipo de Investigación:** Mixta
- **Instrumento:** Encuesta a estudiantes de bachillerato – Encuesta a docentes de Educación Física – Ficha de observación para docentes de Educación Física y estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"
- **Población:** 161 estudiantes de bachillerato para la encuesta a estudiantes – 6 docentes de Educación Física para la encuesta a docentes – 1 curso de bachillerato elegido intencionalmente de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):**

NOMBRES Y APELLIDOS	ZOILA ESTHER REALPE ZAMBRANO
CEDULA DE IDENTIDAD	1001776473
TITULO DE MAYOR JERARQUÍA	MSC. DOCENCIA CULTURA FISICA
CARGO ACTUAL	PROFESORA TITULAR E.D
INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA	UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
AÑOS DE EXPERIENCIA	VEINTE Y CINCO AÑOS

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos de investigación diseñados para evaluar la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de las prácticas expresivo-

comunicativas en estudiantes de bachillerato, asegurando su adecuación a los objetivos del estudio y a la población investigada.

- **ORIENTACIONES:**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

- **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

N°	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad	✓			
2	Pertinencia	✓			
3	Sistematicidad	✓			
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.	✓			
5	Actualidad	✓			
6	Novedad	✓			

Por favor, indique otros (s) aspectos.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

REVISADO UTN
MSc. Zoila Esther Realpe Z.
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

.....
FIRMA DE VALIDADOR

Ibarra, 13 de enero de 2026

MSc. Miguel Hernán Nazareno Mairongo

Asunto:

Reciba un cordial y respetuoso saludo.

Por medio de la presente, me permito dirigirme a usted con el fin de solicitar muy comedidamente su valioso apoyo en la validación de los instrumentos de investigación que han sido diseñados para el desarrollo de mi trabajo académico, el cual tiene como propósito fortalecer el proceso investigativo y garantizar la rigurosidad científica del estudio.

Su amplia experiencia y trayectoria profesional constituyen un referente fundamental, por lo que su criterio será de gran aporte para asegurar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos elaborados. La validación que usted pueda brindar contribuirá significativamente a mejorar la calidad del trabajo y al cumplimiento de los objetivos planteados.

Agradezco de antemano el tiempo, la disposición y el compromiso que pueda dedicar a esta solicitud. Valoro profundamente su colaboración y el apoyo brindado al fortalecimiento de los procesos de investigación educativa.

Sin otro particular, y reiterando mi sincero agradecimiento, quedo atento/a a cualquier observación o sugerencia que considere pertinente.

Atentamente,

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Pedagogía de la actividad física y deporte
Universidad Técnica del Norte
0988228547
flcaicedop@utn.edu.ec

Re. 13-01-2026
10:35.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

(FECYT)

CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE PRACTICAS CORPORALES EXPRESIVO-COMUNICATIVAS PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO

Autores:

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

- **Tipo de Investigación:** Mixta
- **Instrumento:** Encuesta a estudiantes de bachillerato – Encuesta a docentes de Educación Física – Ficha de observación para docentes de Educación Física y estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"
- **Población:** 161 estudiantes de bachillerato para la encuesta a estudiantes – 6 docentes de Educación Física para la encuesta a docentes – 1 curso de bachillerato elegido intencionalmente de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):**

NOMBRES Y APELLIDOS	MIGUEL HERNÁN NAZARENO MAIRONGO
CEDULA DE IDENTIDAD	0802629329
TITULO DE MAYOR JERARQUÍA	MSC. ACTIVIDAD FISICA
CARGO ACTUAL	INSTRUCTOR DE ARTES
INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA	UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
AÑOS DE EXPERIENCIA	QUINCE AÑOS

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos de investigación diseñados para evaluar la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de las prácticas expresivo-comunicativas en estudiantes de bachillerato, asegurando su adecuación a los objetivos del estudio y a la población investigada.

- **ORIENTACIONES:**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

- **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

N°	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad	X			
2	Pertinencia	X			
3	Sistematicidad	X			
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.	X			
5	Actualidad	X			
6	Novedad	X			

Por favor, indique otros (s) aspectos.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
FIRMA DE VALIDADOR

Ibarra, 13 de enero de 2026

MSc. Anita del Rocío Gudiño Noguera

Asunto:

Reciba un cordial y respetuoso saludo.

Por medio de la presente, me permito dirigirme a usted con el fin de solicitar muy comedidamente su valioso apoyo en la validación de los instrumentos de investigación que han sido diseñados para el desarrollo de mi trabajo académico, el cual tiene como propósito fortalecer el proceso investigativo y garantizar la rigurosidad científica del estudio.

Su amplia experiencia y trayectoria profesional constituyen un referente fundamental, por lo que su criterio será de gran aporte para asegurar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos elaborados. La validación que usted pueda brindar contribuirá significativamente a mejorar la calidad del trabajo y al cumplimiento de los objetivos planteados.

Agradezco de antemano el tiempo, la disposición y el compromiso que pueda dedicar a esta solicitud. Valoro profundamente su colaboración y el apoyo brindado al fortalecimiento de los procesos de investigación educativa.

Sin otro particular, y reiterando mi sincero agradecimiento, quedo atento a cualquier observación o sugerencia que considere pertinente.

Atentamente,

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

Francisco Leonardo Caicedo Padilla
Pedagogía de la actividad física y deporte
Universidad Técnica del Norte
0988228547
flcaicedop@utn.edu.ec

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

(FECYT)

CARRERA DE PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR UN EXPERTO

- **TEMA DE INVESTIGACIÓN**

ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE PRACTICAS CORPORALES EXPRESIVO-COMUNICATIVAS PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA ANA LUISA LEORO

Autores:

Francisco Leonardo Caicedo Padilla

- **Tipo de Investigación:** Mixta
- **Instrumento:** Encuesta a estudiantes de bachillerato – Encuesta a docentes de Educación Física – Ficha de observación para docentes de Educación Física y estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"
- **Población:** 161 estudiantes de bachillerato para la encuesta a estudiantes – 6 docentes de Educación Física para la encuesta a docentes – 1 curso de bachillerato elegido intencionalmente de la Unidad Educativa "Ana Luisa Leoro"

- **DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):**

NOMBRES Y APELLIDOS	ANITA DEL ROCIO GUDIÑO NOGUERA
CEDULA DE IDENTIDAD	1001644432
TITULO DE MAYOR JERARQUÍA	MSC. PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
CARGO ACTUAL	DOCENTE
INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA	UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
AÑOS DE EXPERIENCIA	TREINTA Y CINCO AÑOS

- **OBJETIVO:**

Validar la pertinencia, claridad y coherencia de los instrumentos de investigación diseñados para evaluar la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de las prácticas expresivo-

comunicativas en estudiantes de bachillerato, asegurando su adecuación a los objetivos del estudio y a la población investigada.

- **ORIENTACIONES:**

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

- **TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:**

Nº	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad	X			
2	Pertinencia	X			
3	Sistematicidad	X			
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.	X			
5	Actualidad	X			
6	Novedad		X		

Por favor, indique otros (s) aspectos.

Ubicar también la rúbrica de evaluación (observación al docente)

FIRMA DE VALIDADOR

Anexo 6: Abstract

REPÚBLICA DEL ECUADOR

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020

EMPRESA PÚBLICA "LA UEMEPRENDE E.P."

ABSTRACT

The present research was developed within the framework of current educational demands, which highlight the need to implement active methodologies that promote creativity, communication, and social interaction among students. In this context, playful activities are recognized as an important pedagogical tool because they create dynamic learning environments in which students can express themselves and communicate through body movement, thereby fostering meaningful learning. The main objective of the study was to analyze the impact of playful activities on the development of expressive-communicative bodily practices, contributing to the comprehensive education of high school students at the Ana Luisa Leoro Educational Unit during the 2025–2026 academic period. The research followed a mixed-method approach with a non-experimental, descriptive field design. Data were collected through surveys administered to teachers and students, as well as observation sheets used to identify perceptions and levels of expressive-communicative development. The results showed that, although playful activities are positively valued within the educational environment, there are still weaknesses in their systematic implementation. This limitation restricts the development of body expression, communication, and social interaction among students. Based on this diagnosis, a proposal of playful activities aimed at strengthening expressive-communicative bodily practices was designed. It is concluded that the consistent and intentional use of playful activities promotes the comprehensive development of students by improving their confidence, participation, and expressive abilities. Therefore, their permanent incorporation into the educational process is recommended in order to foster meaningful, participatory, and coherent learning within a framework of comprehensive education.

Keywords: Playful activities, body expression, expressive-communicative bodily practices, comprehensive education.

Reviewed by:
MSc. Luis Pasquezán Soto
CAPACITADOR-CAI
March 13, 2026

Anexo 7: Fotografías







