

#vínculosanos

Entre 9 y 13 años

¿QUÉ SIGNIFICA EL "YO CORPORAL"?

El reconocimiento personal sobre el propio cuerpo nos permite llevar adelante decisiones más informadas sobre cómo vivir ese cuerpo biológico e identificarlo como parte de un grupo social y de una cultura.

El “yo corporal” puede definirse como la materialidad, el componente físico individual que distingue a cada persona. El “yo corporal” tiene una **forma específica que está dada por**

la experiencia vital: las sustancias que lo componen, sus miembros, los órganos, los músculos y movimientos, los cambios que se experimentan en el ciclo de la vida y las maneras en las que se vinculan cada una de esas partes en el espacio social y ambiental que ocupa.



EL CUERPO



Los **modos en que se transitan los ciclos vitales** como el nacimiento, la pubertad o la adultez, las maneras en que se enfrenta la enfermedad o el dolor, las formas de regulación mediante prácticas médicas, rutinas alimentarias o de ejercicio físico permiten dar cuenta de la experimentación física del cuerpo.

Ahora bien, todas esas transformaciones que puede experimentar una persona en su corporalidad **afectan la manera de reconocerse, de manifestarse y de hacerse presente** en la comunidad donde vive.

Poder reflexionar sobre cómo es la propia corporalidad en la formación del yo, en la conformación del sujeto,



permite reconocer el cuerpo como una forma de mediación entre sí y los otros, e identificar cómo el cuerpo es mediado por la sociedad. Así, en tanto las manifestaciones corporales se aprenden, en cierto sentido, el cuerpo también se aprende.

Desde el nacimiento, el rostro del adulto es una de las manifestaciones que atrae la atención del bebé, principalmente por la sonrisa, los sonidos que emite, el movimiento de sus ojos. Las personas nacen con un cuerpo, con una cara, que es una parte de su anatomía, pero sobre ella se configura un rostro, y ese rostro se construye en relación con las referencias que brinda el rostro de los adultos.

¡Es importante conocer nuestro cuerpo!



EL CUERPO *anatómico*

La concepción acerca del cuerpo que se admite con mayor frecuencia en las sociedades occidentales toma sus fundamentos en la anatomía y en la fisiología. Desde esa perspectiva, el cuerpo humano es un conjunto de estructuras, resultado de un proceso evolutivo que sostiene la existencia física y material del ser humano.

Se considera, según los registros que existen, que desde los 7000 a. C. se ha estudiado la anatomía humana.



Entre 9 y 13 años

SUGERENCIA DIDÁCTICA

El educador organiza a los alumnos y alumnas en pequeños grupos y reparte las siguientes frases:

- El cuerpo es una máquina.
- El cuerpo es un conjunto de órganos.
- El cuerpo es el resultado de tu ADN.
- El cuerpo es tu primera casa.
- El cuerpo sos vos.

En cada grupo se debate sobre la frase que les tocó, pensando en si están de acuerdo o no con lo que allí se expresa y por cuáles motivos.

Posteriormente, el educador propone una actividad para el reconocimiento corporal. Los invita a que se dibujen a sí mismos, o hagan una figura en plastilina o alguna masa similar que los represente. Una vez que todos terminaron sus producciones, las reúnen en una misma mesa sin consignar el nombre.

En un primer momento, observan cómo son, si hay semejanzas o diferencias: todos tienen las mismas partes, hay más grandes o pequeñas. Luego, los invita a que descifren qué imagen representa a cada compañero y cuáles son los detalles que tomaron en cuenta para describir a cada uno.



CONTENIDOS RELACIONADOS

Para profundizar sobre educación y corporalidad te invitamos a leer la edición n° 10 de nuestra Revista Por Escrito. Allí podrás encontrar notas y entrevistas a especialistas sobre esta temática y descargarla de forma gratuita.

<https://fundacionarcor.org/por-escrito-no-10/>

