

# **CBS**

## **Colegio Bautista Shalom**



**Expresión Artística 1**  
**Danza y Expresión Corporal 1**  
**Primero Básico**  
**Primer Bimestre**

## Contenidos

### COMUNICACIÓN NO VERBAL

- ✓ TIPOS DE COMUNICACIÓN NO VERBAL.
  - LA COMUNICACIÓN NO VERBAL KINÉSICA.
  - LA COMUNICACIÓN NO VERBAL PROXÉMICA.
  - LA COMUNICACIÓN NO VERBAL PARALINGÜÍSTICA.

### COMUNICACIÓN NO VERBAL Y LA DANZA

- ✓ CUERPO ESPACIO Y MOVIMIENTO.
- ✓ LA FORMA ALEATORIA.
- ✓ GEOMETRÍA.
- ✓ LA PROPORCIÓN.
- ✓ LA FORMA POLIGONAL.

**NOTA:** conforme vayas avanzando con el aprendizaje del contenido debes realizar las actividades que tu catedrático(a) te indique.

Las ilustraciones del final del folleto son representativas del movimiento corporal, son ilegibles en su texto porque así aparece en el documento de donde fueron tomadas.

# COMUNICACIÓN NO VERBAL

La comunicación no verbal abarca el conjunto de recursos y señales que los individuos utilizan, de manera consciente o inconsciente, para transmitir sus pensamientos, emociones y actitudes. Este sistema simbólico, que opera sin necesidad del lenguaje oral, constituye un componente esencial e ineludible de la interacción humana, ya que incluso en la ausencia de palabras, el cuerpo y la expresión facial comunican mensajes profundos sobre nuestro estado interior.

## Componentes de la Comunicación No Verbal

La comunicación no verbal se puede clasificar en tres grandes componentes:

- 1. La kinésica:** Se refiere al lenguaje corporal y a los gestos.
- 2. La proxémica:** Relacionada con el uso del espacio personal y la distancia entre individuos.
- 3. La paralingüística:** Incluye los aspectos vocales que acompañan al habla, como el tono, la entonación y el ritmo.



## LA COMUNICACIÓN NO VERBAL KINÉSICA

La comunicación kinésica o lenguaje corporal corresponde a los gestos corporales y a las miradas. La palabra 'kinésico' proviene de la raíz griega que significa 'cinética' o 'movimiento', por lo tanto, abarca todo el movimiento del cuerpo.

La **Kinesia** son los movimientos corporales, por los cuales, podemos determinar el comportamiento de una persona, a través de su postura corporal, gestos, expresión facial, mirada y sonrisa.

## Postura Corporal

La postura es la posición en la que adoptamos nuestro cuerpo durante la interacción. Una postura erguida y relajada, tanto en posición de pie como sentada, suele asociarse con seguridad y apertura. En contraste, una postura rígida o encorvada puede evidenciar ansiedad, tensión o incluso tristeza. El cruce de brazos, por ejemplo, se interpreta comúnmente como una señal de reserva o defensividad, aunque su significado puede variar según el contexto y otros factores situacionales.



## Gestos

Los gestos comprenden los movimientos de manos, brazos y cabeza que acompañan a la comunicación verbal. Estos movimientos pueden enfatizar, complementar o incluso contradecir lo que se expresa con palabras, revelando actitudes como interés, aburrimiento o diversas emociones –desde la alegría y la sorpresa hasta el miedo y la ira. Su estudio resulta crucial para comprender la intención subyacente de un mensaje.



## Expresión Facial y Mirada

La expresión facial es, quizás, el canal no verbal más revelador. Las facciones del rostro y los movimientos oculares permiten expresar una amplia gama de emociones y estados de ánimo. Detalles como la dilatación de las pupilas o el ritmo del parpadeo pueden indicar interés, nerviosismo o calma. La mirada, en particular, actúa como un espejo de la comunicación interna y es fundamental en el establecimiento del Rapport, es decir, en la sintonía y la conexión entre los interlocutores. Como reza el conocido refrán, “una mirada dice más que mil palabras”.



## La Sonrisa

La sonrisa, además de ser un reflejo de estados emocionales positivos como la felicidad y la simpatía, funciona como una herramienta social poderosa. Una sonrisa genuina y equilibrada tiene el poder de relajar tensiones y atraer a las personas, favoreciendo la apertura en la comunicación. Sin embargo, es importante reconocer que, en ocasiones, una sonrisa puede enmascarar sentimientos negativos o ser utilizada de forma irónica, por lo que su interpretación siempre debe considerar el contexto global.



# LA COMUNICACIÓN NO VERBAL PROXÉMICA

La proxémica se refiere al estudio y uso del espacio personal y las distancias físicas que se establecen en situaciones de interacción. Este componente de la comunicación no verbal abarca las normas implícitas que rigen la proximidad entre las personas y es fundamental para comprender cómo se interpretan y se regulan las relaciones interpersonales.

## Definición y Origen

El término “proxémica” fue acuñado por el antropólogo estadounidense Edward T. Hall, quien investigó cómo el espacio influye en la comunicación y el comportamiento social. Según Hall, el uso del espacio no es arbitrario, sino que responde a patrones culturales y contextuales que facilitan o dificultan la interacción entre individuos.

## Zonas de Acción en la Interacción

Hall identifica cuatro espacios o zonas de acción que se establecen en la interacción entre dos o más personas:

### 1. Espacio Público:

Se refiere a aquellos entornos sociales donde los roles de los interlocutores no están definidos y la interacción es general y abierta. Un ejemplo típico es un aeropuerto, donde la comunicación se limita a interacciones breves y funcionales.

### 2. Espacio Habitual:

Este espacio tiene un carácter más informal y de acceso libre, sin roles fijos. Lugares como bares o discotecas encajan en esta categoría, donde la comunicación se desarrolla de manera espontánea y sin restricciones preestablecidas.

### 3. Espacio de Interacción:

En este ámbito, los roles y las funciones de los participantes están claramente marcados. Contextos como hospitales, aulas o reuniones de trabajo ejemplifican este espacio, en el que la comunicación está guiada por protocolos y objetivos específicos.

### 4. Espacio Corporal:

Se relaciona con actividades de carácter íntimo y personal, donde la comunicación se da entre personas con altos niveles de confianza. Este espacio favorece el intercambio de emociones y la conexión profunda entre individuos.

## Tipos de Distancia

Además de las zonas de acción, Hall distingue cuatro tipos de distancia que varían según la intimidad y el contexto social:

### 1. Distancia Íntima (0 – 45 cm):

Es la zona más reservada y se comparte únicamente con personas con las que se tiene una estrecha vinculación emocional, como familiares, amigos íntimos o parejas. En este rango, se permite la comunicación sensorial, como percibir el aroma o el susurro del interlocutor.

### 2. Distancia Personal (45 – 1,20 m):

Corresponde a interacciones en las que existe un nivel de cercanía, como en reuniones informales o conversaciones en entornos laborales y sociales. En esta distancia, se pueden intercambiar comentarios sin invadir el espacio personal del otro.

### 3. Distancia Social (1,20 – 3,65 m):

Se utiliza en contextos más formales o con personas con las que no se mantiene una relación cercana. Es la distancia típica en ambientes profesionales o en situaciones donde se requiere mantener cierta reserva, como en la atención al cliente en un comercio.

### 4. Distancia Pública (más de 3,65 m):

Es el rango empleado en situaciones de comunicación dirigida a un grupo amplio, como conferencias, discursos o presentaciones públicas, en donde se utiliza un tono de voz elevado y una proyección de mensajes hacia una audiencia extensa.

## Consideraciones y Dinámicas Interpersonales

El manejo adecuado del espacio proxémico es crucial para la comunicación efectiva. Acercarse demasiado a alguien puede resultar invasivo, generar incomodidad o incluso ser interpretado como un intento de intimidación. Por el contrario, mantener una distancia excesiva puede crear barreras y dificultar el establecimiento de una conexión interpersonal.

Las normas proxémicas varían según la cultura y el contexto, lo que significa que lo que en una sociedad se considera adecuado, en otra podría interpretarse de manera diferente. Así, el entendimiento y la adaptación a las reglas espaciales implícitas se convierten en un elemento esencial para establecer relaciones armónicas y respetuosas en cualquier ámbito de interacción.

# LA COMUNICACIÓN NO VERBAL PARALINGÜÍSTICA

La comunicación paralingüística se refiere a la capacidad de codificar y decodificar mensajes mediante recursos vocales no verbales. Este componente se centra en cómo se dice el mensaje más que en el contenido literal, proporcionando información adicional y matices que complementan el discurso verbal.

## Elementos de la Comunicación Paralingüística

Durante una conversación, los elementos paralingüísticos actúan de manera complementaria al lenguaje verbal, enriqueciendo el intercambio comunicativo. Entre los principales componentes destacan:

### 1. Dicción:

Se relaciona con la correcta articulación y pronunciación de las palabras, asegurando que el mensaje se transmita de forma clara y sin ambigüedades. Una buena dicción facilita la comprensión y minimiza posibles errores interpretativos.

### 2. Fluidez Verbal:

Este elemento se refiere al ritmo y la cadencia con la que se habla. Un discurso claro y fluido, que incluye pausas estratégicas y silencios adecuados, favorece la conexión interpersonal. Un ritmo monótono o entrecortado puede transmitir desinterés o frialdad, mientras que una modulación adecuada fomenta la receptividad y el compromiso del interlocutor.

### 3. Entonación:

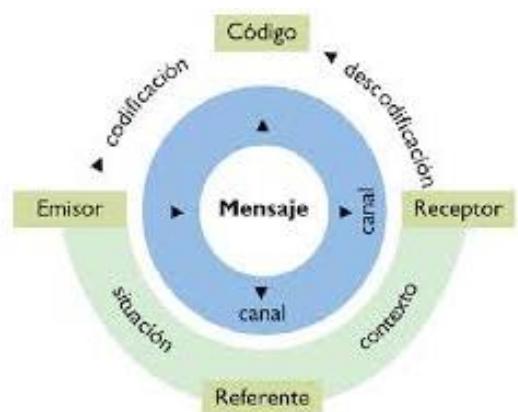
La entonación implica la modulación de la voz para reflejar diferentes intenciones, como formular preguntas, afirmar ideas o expresar emociones como duda, ira o temor. Los matices de entonación ayudan a interpretar el significado detrás de las palabras, proporcionando contexto emocional y relacional al mensaje.

### 4. Volumen de la Voz:

El control del volumen es esencial para transmitir emociones y enfatizar ideas. Hablar en un tono demasiado alto puede interpretarse como una muestra de autoridad o enfado, mientras que un tono excesivamente bajo podría sugerir timidez o inseguridad. Un volumen equilibrado contribuye a una comunicación asertiva y clara.

### 5. Timbre:

El timbre es la cualidad única de la voz que permite distinguir a una persona de otra. Cada individuo posee un timbre particular que lo identifica, y este atributo también permite diferenciar entre voces cuando varias personas hablan simultáneamente. Además, el timbre influye en la percepción emocional del mensaje.



## Dimensiones Sensoriales de la Comunicación Paralingüística

La comunicación paralingüística no se limita a aspectos meramente auditivos; se compone de signos orales, auditivos, táctiles y visuales que interactúan para formar un mensaje integral. Entre ellos se incluyen expresiones sonoras sin palabras, tales como gruñidos, bostezos, llantos, risas, y variaciones en el tono, intensidad y ritmo del habla. Estas características enriquecen la comunicación, permitiendo captar emociones y actitudes que trascienden el significado literal de las palabras.

## COMUNICACIÓN NO VERBAL Y LA DANZA

La danza se erige como un lenguaje universal en el que el cuerpo se convierte en medio de expresión. A través de una coordinación estética de movimientos, gestos y posturas, la danza integra elementos plásticos y simbólicos para componer narrativas emocionales y culturales, comunicando de forma directa lo que las palabras a menudo no pueden expresar.

### La Danza como Lenguaje y Manifestación Cultural

Desde tiempos inmemoriales, la danza ha sido considerada una forma privilegiada de comunicación que trasciende las barreras del lenguaje verbal. Los estudios antropológicos y etnográficos señalan que, en diversas culturas, la danza no solo acompaña rituales y celebraciones, sino que también refleja la identidad y la estructura social de grupos y pueblos. Así, las danzas rituales y autóctonas se interpretan como expresiones orgánicas de formas de vida estructuradas, en las que cada movimiento encierra un significado profundo ligado a costumbres, creencias y modos de vida.

### El Tiempo y el Espacio en la Danza

Uno de los aspectos fundamentales que legitiman la danza como forma de comunicación es su íntima relación con el tiempo y el espacio. Cada coreografía se configura a partir del ritmo y la duración, en perfecta sintonía con el entorno, permitiendo al bailarín interactuar y transformar su espacio. Esta interrelación crea un puente entre la experiencia individual y la colectiva, haciendo que cada interpretación sea única y a la vez resonante con un contexto cultural más amplio.

### Evolución y Diversidad de Estilos

La danza ha evolucionado a lo largo de los siglos, adaptándose a las necesidades y desafíos de cada época. Desde las antiguas danzas que imitaban las fases lunares, en honor al sol o para invocar la lluvia, hasta las expresiones contemporáneas como el Ballet, Jazz, Danza Contemporánea, Hip Hop, Belly Dance, Hawaiano y Bailes de Salón, cada estilo posee técnicas y vocabularios propios que enriquecen el arte del movimiento. Esta evolución constante no

solo refleja el dinamismo de la creatividad humana, sino también la capacidad del ser para reinventar su forma de comunicarse a través del cuerpo.

## **Danza, Emoción y Conexión Integral**

Más allá de ser una actividad estética, la danza se configura como una vía para la liberación y transformación de la energía interior. La práctica del baile permite al bailarín conectar profundamente con su cuerpo, mente y espíritu, logrando un estado de armonía que trasciende lo meramente físico. En este proceso, el movimiento se vuelve un medio para canalizar emociones, superar bloqueos y expresar lo inefable. Se dice, por ello, que “lo que la boca calla, el cuerpo lo expresa”, evidenciando la fuerza liberadora de la danza para comunicar sentimientos y experiencias.

En esencia, la danza es mucho más que un arte en movimiento; es una forma de comunicación no verbal que articula el lenguaje del cuerpo con la profundidad del alma. Al trabajar en la sincronía de movimientos y en la interpretación del tiempo y el espacio, el bailarín no solo perfecciona una técnica, sino que también se sumerge en una experiencia transformadora, donde cada paso es una declaración de identidad y libertad. Así, la danza se revela como un método para escuchar, liberar y transformar la energía estancada, recordándonos que el movimiento es una manifestación vital de lo que somos.

## **CUERPO ESPACIO Y MOVIMIENTO**

### **LA FORMA ALEATORIA**

Imaginemos una forma que surge de manera aleatoria, compuesta de trazos puramente abstractos: líneas rectas y curvas, disposiciones paralelas, convergentes, con una marcada presencia de lo vertical o lo horizontal, que pueden ser abiertas o cerradas, cóncavas o convexas. Estos ritmos lineales, por su propia esencia, evocan una sensación de movimiento inherente. La forma, en este contexto, trasciende lo meramente abstracto para insinuar y delinear la silueta de un cuerpo. La cualidad cinética se manifiesta a través de la génesis de la forma, de modo que un ritmo fragmentado o “quebrado” se traduce de forma ineludible en la representación de figuras distorsionadas o con exageradas perspectivas.

## **GEOMETRÍA**

La geometría se erige como el lenguaje compartido entre el número y la forma, fundamentado en conceptos de igualdad, semejanza, simetría y proporción, que constituyen la base de la armonía visual. La repetición, la sucesión iterativa o recursiva y los ritmos —ya sean binarios, ternarios, constantes o variables— junto con las transformaciones de giro, traslación, permutación y superposición, revelan un entramado de relaciones que se manifiestan tanto en la naturaleza como en el arte. Estas nociones no solo son esenciales en el ámbito científico, al

medir y describir la tierra y sus fenómenos, sino que también se han convertido en fuente de inspiración en expresiones artísticas y poéticas, donde la intuición y la estética se funden en el reconocimiento de la armonía subyacente.

## LA PROPORCIÓN

En matemáticas, definimos la proporción como la igualdad entre dos razones, siendo cada razón el cociente de dos números. Sin embargo, a diferencia de la semejanza o la simetría, que se fundamentan en relaciones binarias, la proporción introduce un tercer elemento que actúa como vínculo entre dos entidades aparentemente inconexas. Por ejemplo, al relacionar los números 9 y 4 mediante el número 6, se establece la igualdad  $9/6 = 6/4$ , evidenciando una correspondencia esencial que va más allá de la mera coincidencia numérica.

Este concepto también encuentra eco en el lenguaje poético. La metáfora, a diferencia de la comparación, es tripartita. Tomemos como ejemplo el verso: “Cuando se murió el canario puse en la jaula un limón”, en el que se establece una relación implícita entre el canario, el color amarillo y el limón, configurando así una proporción visual y sensorial que trasciende la literalidad de las palabras. Así, el poeta nos invita a comprender que la creatividad surge de la capacidad de encontrar conexiones insospechadas entre elementos dispares, afirmando con ello una “imaginación extraordinaria”.

Rafael Alberti, en su soneto titulado *La Divina Proporción*, aborda de forma magistral el uso del concepto de razón en la composición poética. En sus versos, se entrelazan ideas matemáticas y estéticas, estableciendo un paralelismo entre la proporción áurea —o divina— y la belleza inherente al orden geométrico. La proporción, que Luca Pacioli definió a partir de la división de un segmento “a” en partes menores, medianas y totales, encierra propiedades aritméticas, algebraicas y geométricas sorprendentes, evidentes en la estructura del pentágono regular, donde la razón entre el lado y su diagonal se identifica con el número  $\Phi$ .

En uno de los tercetos del soneto, Alberti alude a esta relación al evocar la imagen del pentágono, estableciendo una metáfora en la que la “flor de mar” se equipara a la estrella de mar. Todo el poema se transforma en un complejo jeroglífico que enlaza referencias numéricas, geométricas y estéticas: desde Platón y la noción del “dodecaedro azul” hasta la iconografía renacentista. Recordamos, por ejemplo, la célebre imagen de Leonardo da Vinci, donde un hombre desnudo, inscrito en un cuadrado según el canon de Vitruvio, extiende sus extremidades en un movimiento circular, trazando una circunferencia cuyo centro es el ombligo. Esta imagen simboliza que la relación entre el lado del cuadrado y el radio de la circunferencia obedece también a la proporción áurea, haciendo del ombligo el punto de división divina en la altura del cuerpo. Así, la distancia entre la cabeza y el ombligo, en relación con la distancia entre el ombligo y los pies, revela una armonía que se corresponde con la perfección matemática, desafiando nuestros prejuicios sobre la apariencia y resaltando la intrínseca divinidad del cuerpo humano.

## LA FORMA POLIGONAL

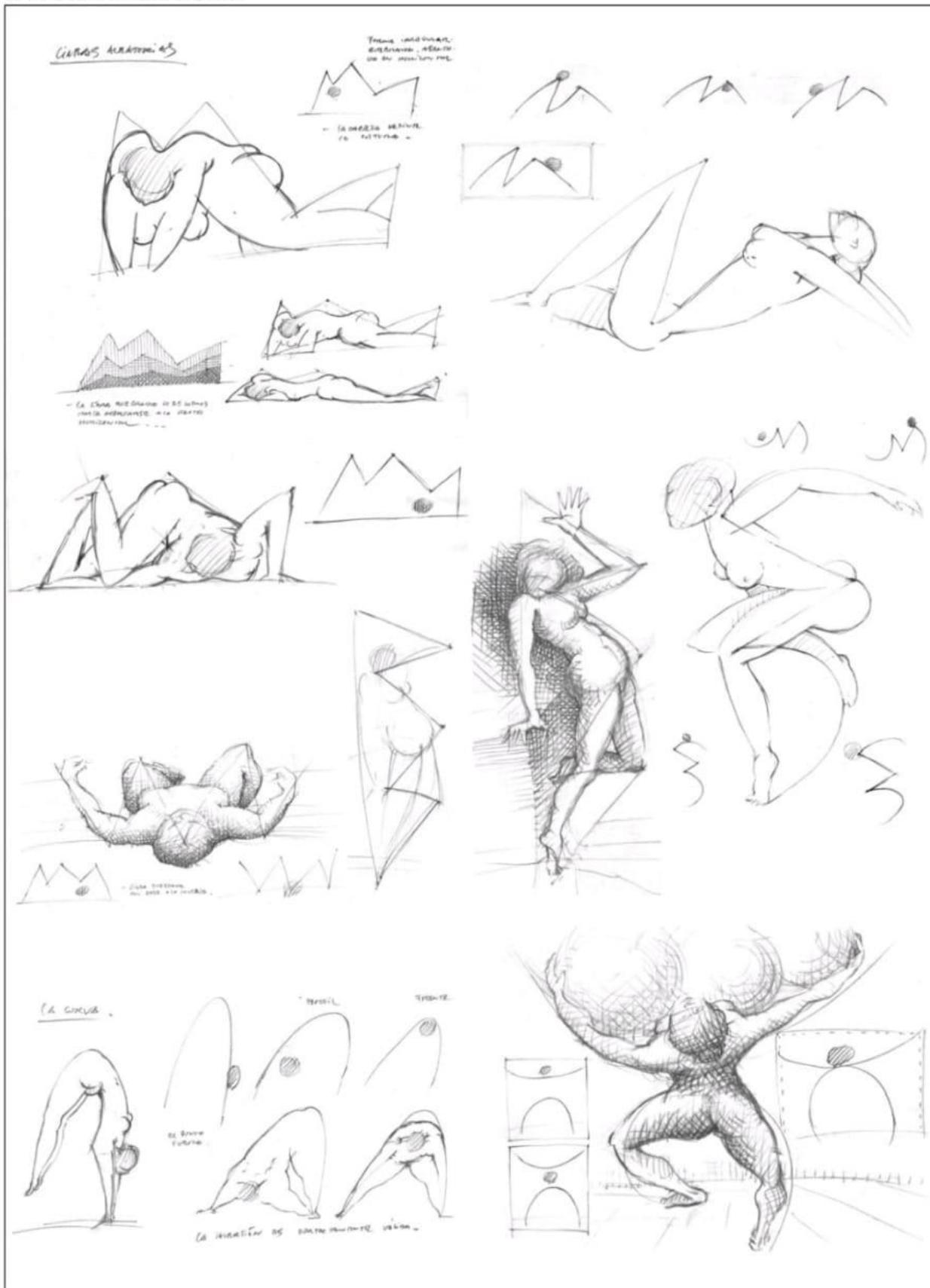
En el apartado anterior se exploró cómo el movimiento del cuerpo se expresaba a través de formas lineales, resultado de un gestual improvisado y subjetivo. Sin embargo, este virtuosismo técnico, aunque cautivador, revelaba la necesidad de un proceso de evolución formal que trascendiera la mera linealidad. Así surge la **forma poligonal**: un espacio delimitado por múltiples lados y ángulos que, a través de sus relaciones internas – centro, altura y diagonales – establece una estructura que dota de orden y referencia a la representación del movimiento.

Los polígonos regulares se constituyen como formas planas cerradas, producto de la repetición simétrica de una forma elemental, la línea recta. De igual modo, los poliedros en el espacio tridimensional se originan a partir de la reiteración simétrica de estos polígonos, evidenciando un patrón de orden que se extiende a diversas dimensiones. Esta propiedad iterativa es la esencia de lo que denominamos la imagen especular.

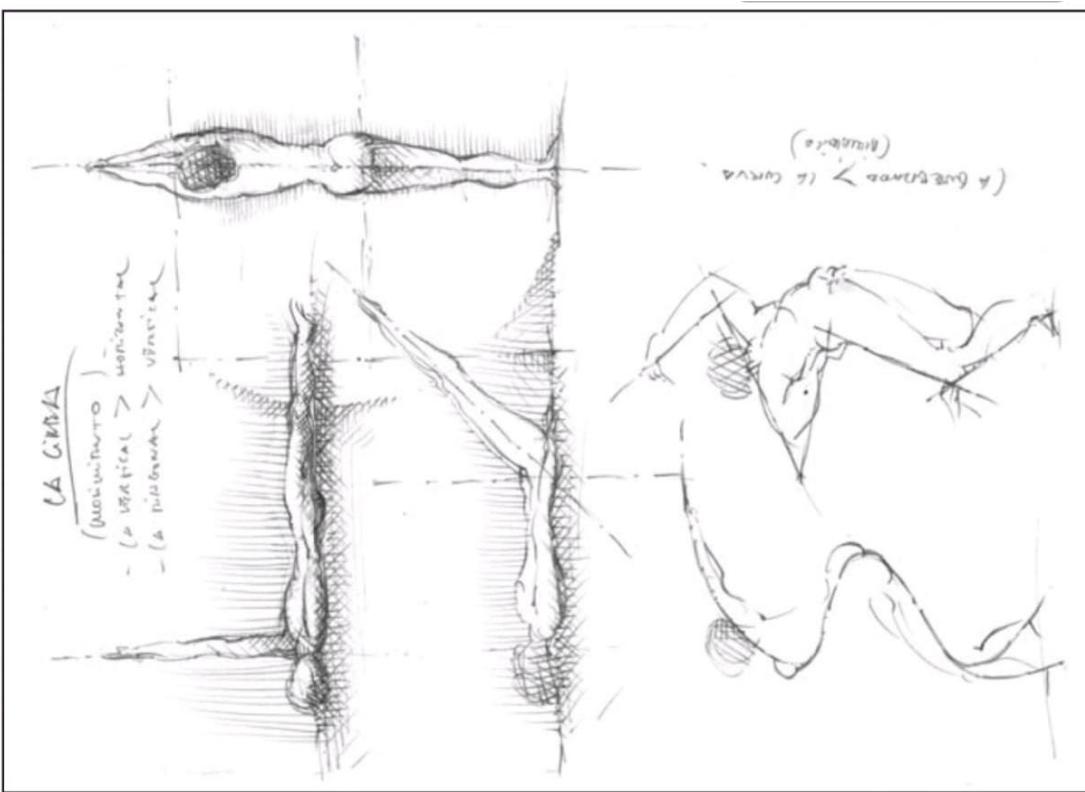
Para ilustrar este concepto, imaginemos dos espejos dispuestos como las páginas abiertas de un libro, unidos por uno de sus lados y colocados al borde de una mesa. Al abrirlos completamente (formando un ángulo de 180°), se vislumbran dos líneas paralelas: la línea real y su reflejo virtual. Conforme se cierran los espejos, la imagen reflejada se fragmenta en dos, convergiendo con la línea de la mesa, y en ese instante se configura un triángulo equilátero (con ángulos de 120°). Al continuar este proceso, emergen sucesivamente el cuadrado (90°), el pentágono (72°), el hexágono (60°) y así sucesivamente, hasta alcanzar el polígono de infinitos lados, que es la circunferencia. Es en este punto donde el ángulo de los espejos se aproxima a cero, cerrando por completo el “libro” de los polígonos especulares.

Los dibujos resultantes se presentan como páginas de este libro, en el cual nuestros cuerpos se reflejan y cobran forma dentro de espacios poligonales. En esta dinámica, cada figura no sólo encierra una estructura geométrica, sino que también actúa como marco referencial para interpretar y expresar el movimiento corporal, dotándolo de una nueva dimensión que combina técnica, lógica y estética.

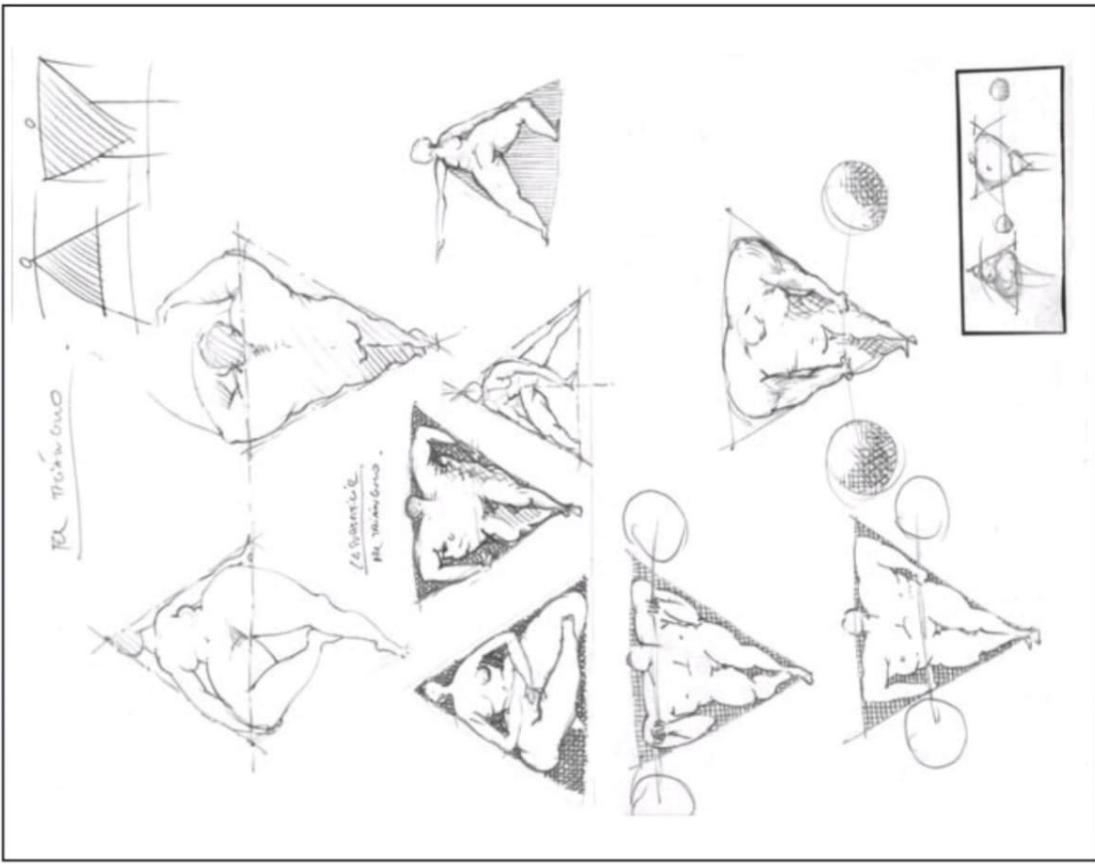
## LA FORMA ALEATORIA



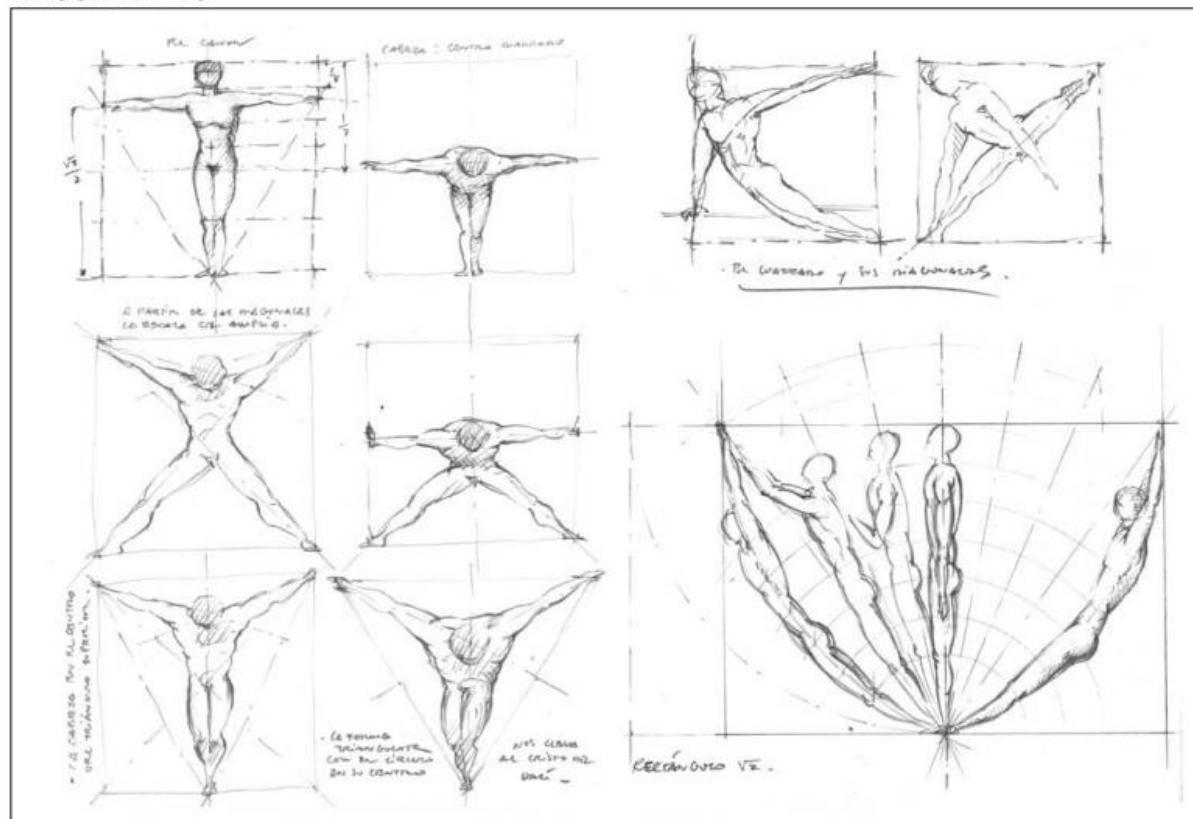
## LA LÍNEA



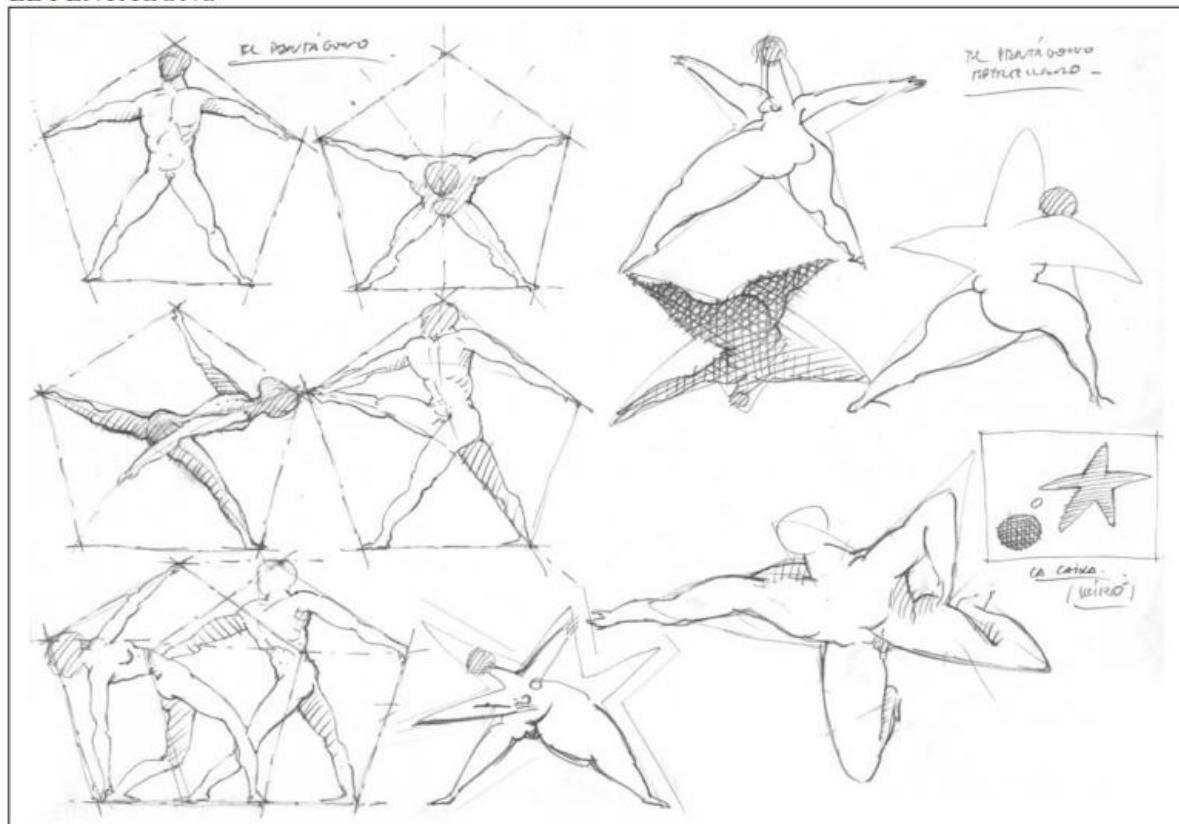
## EL TRIÁNGULO



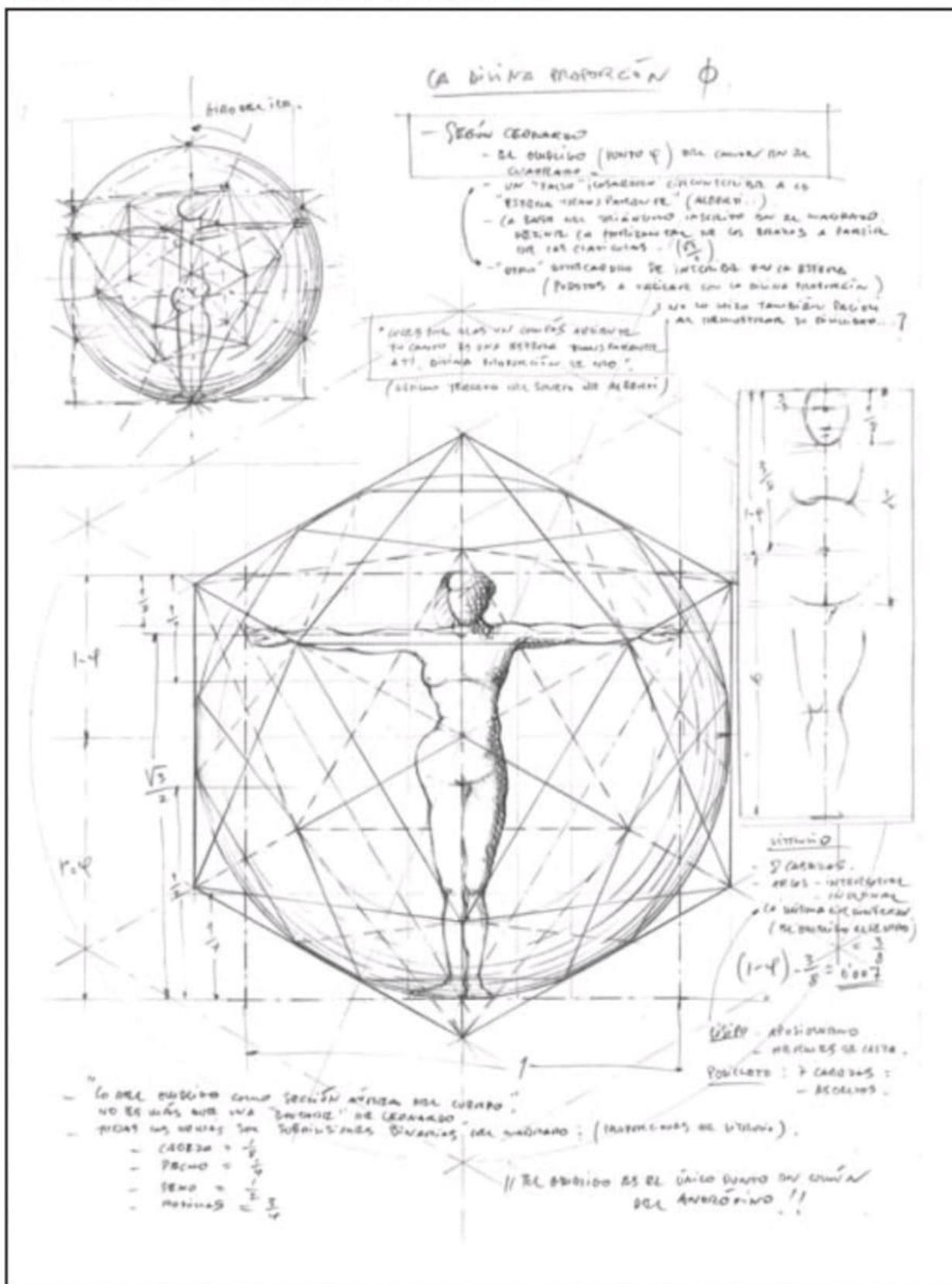
## EL CUADRADO



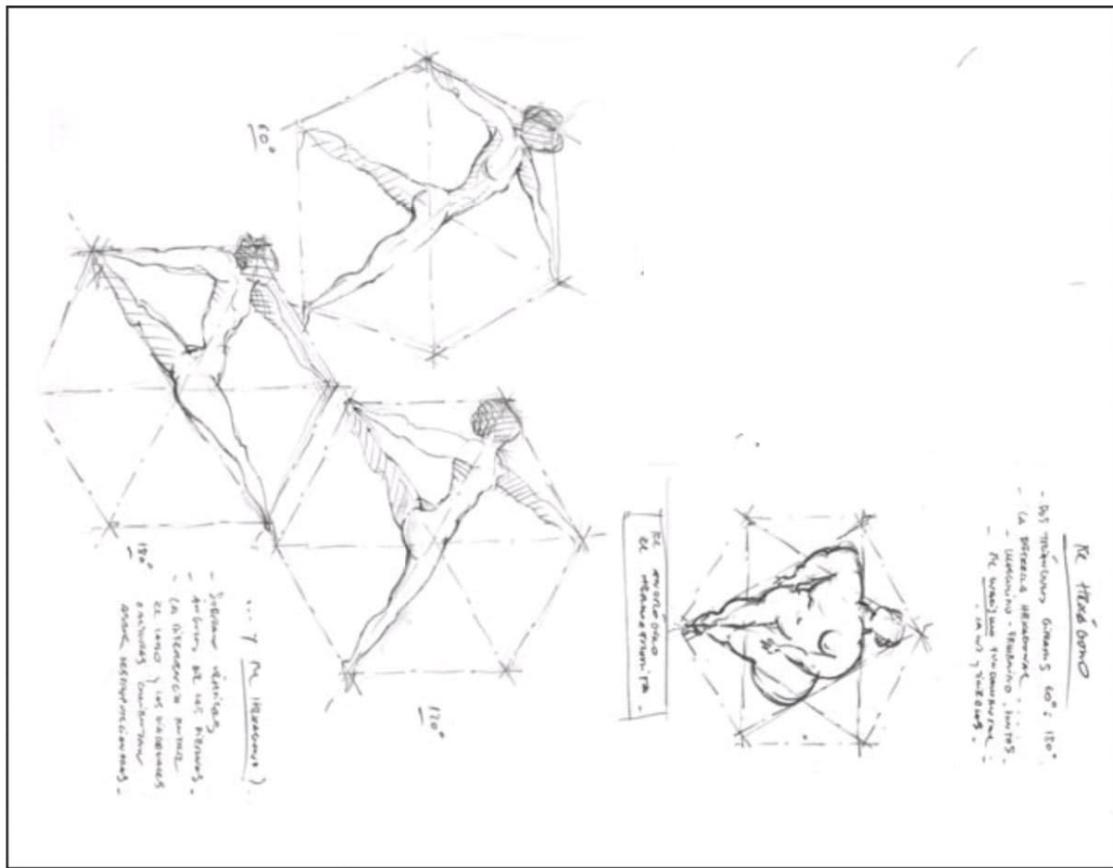
## EL PENTÁGONO



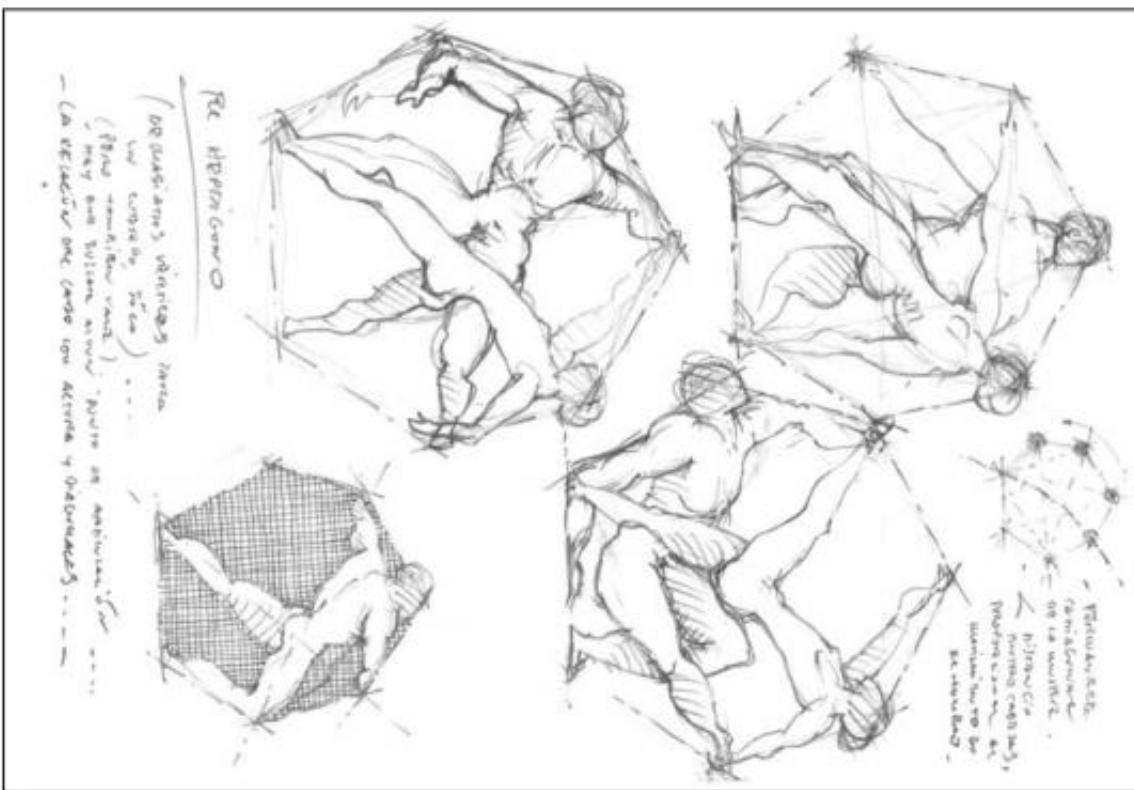
## LA PROPORCIÓN ÁUREA



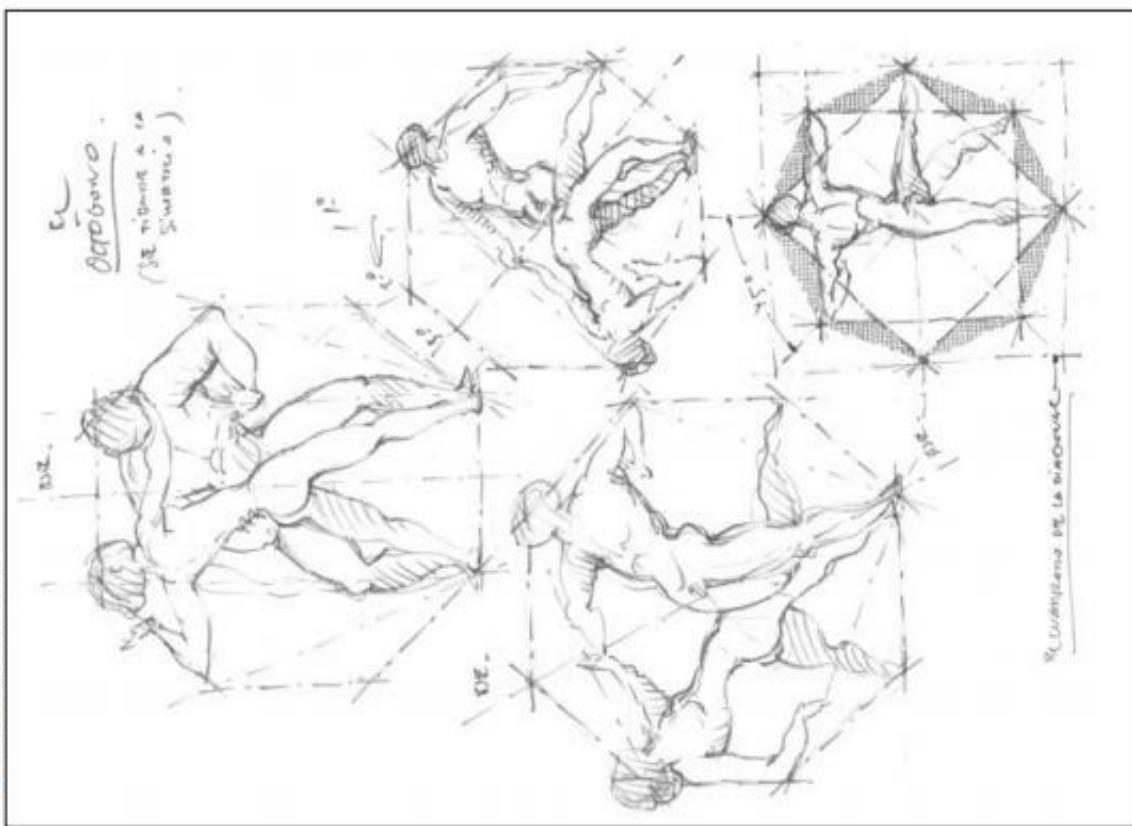
## EL HEXÁGONO



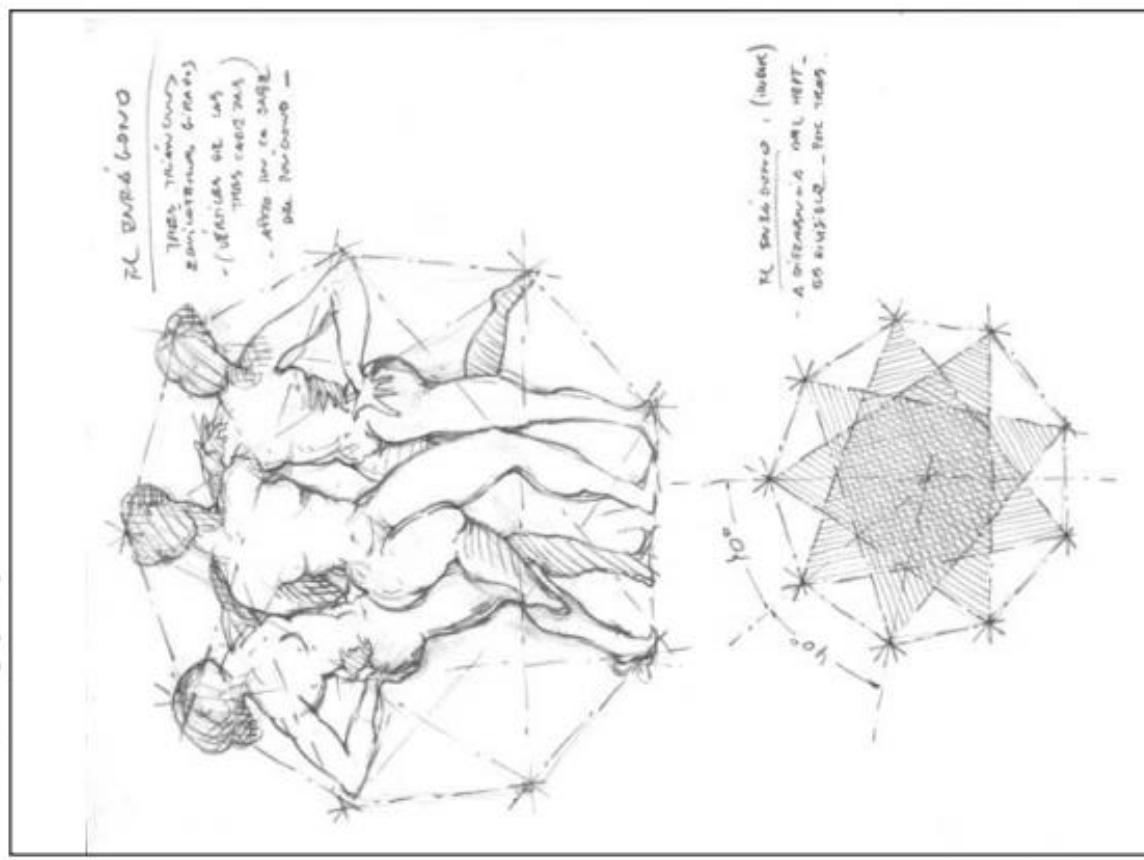
EL HEPTAGONO



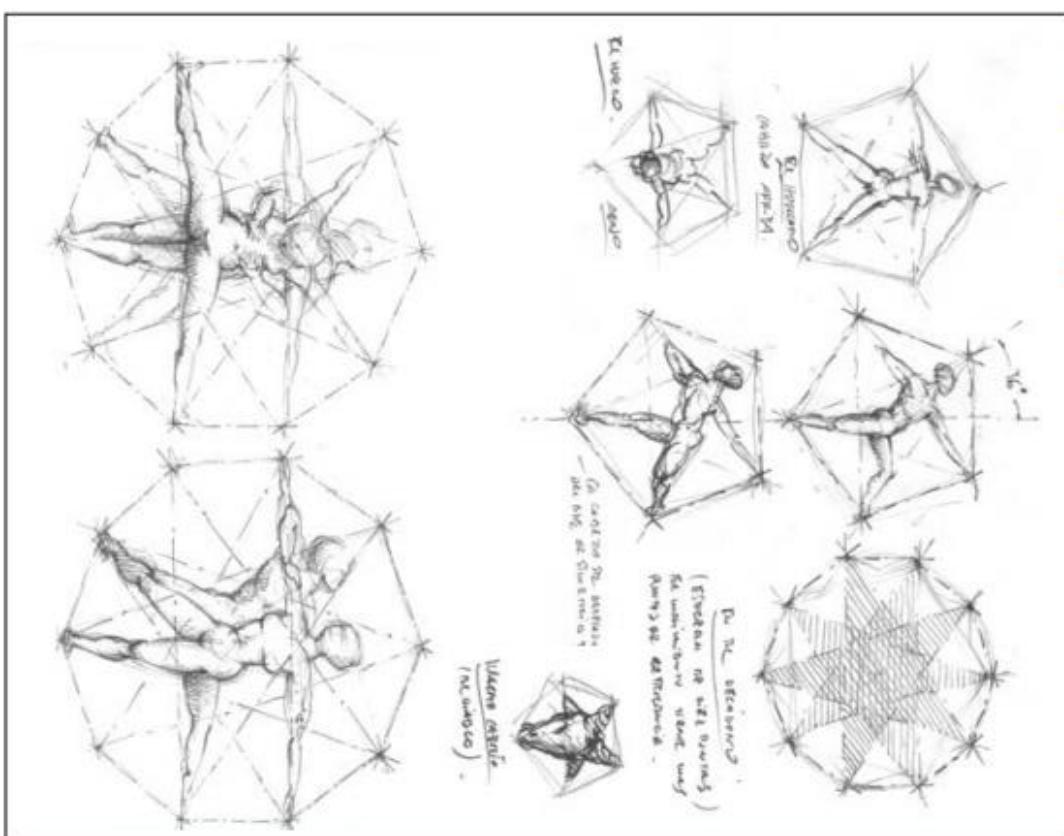
EL OCTÓGONO



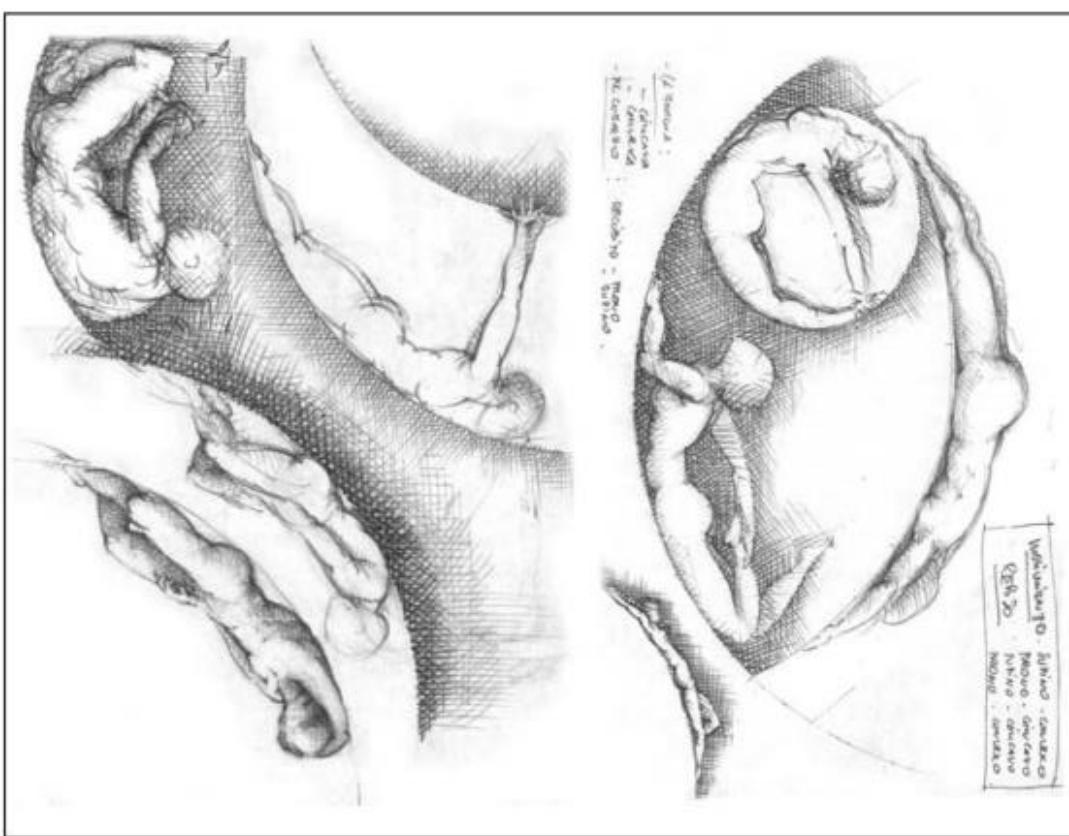
EL ENEAGONO



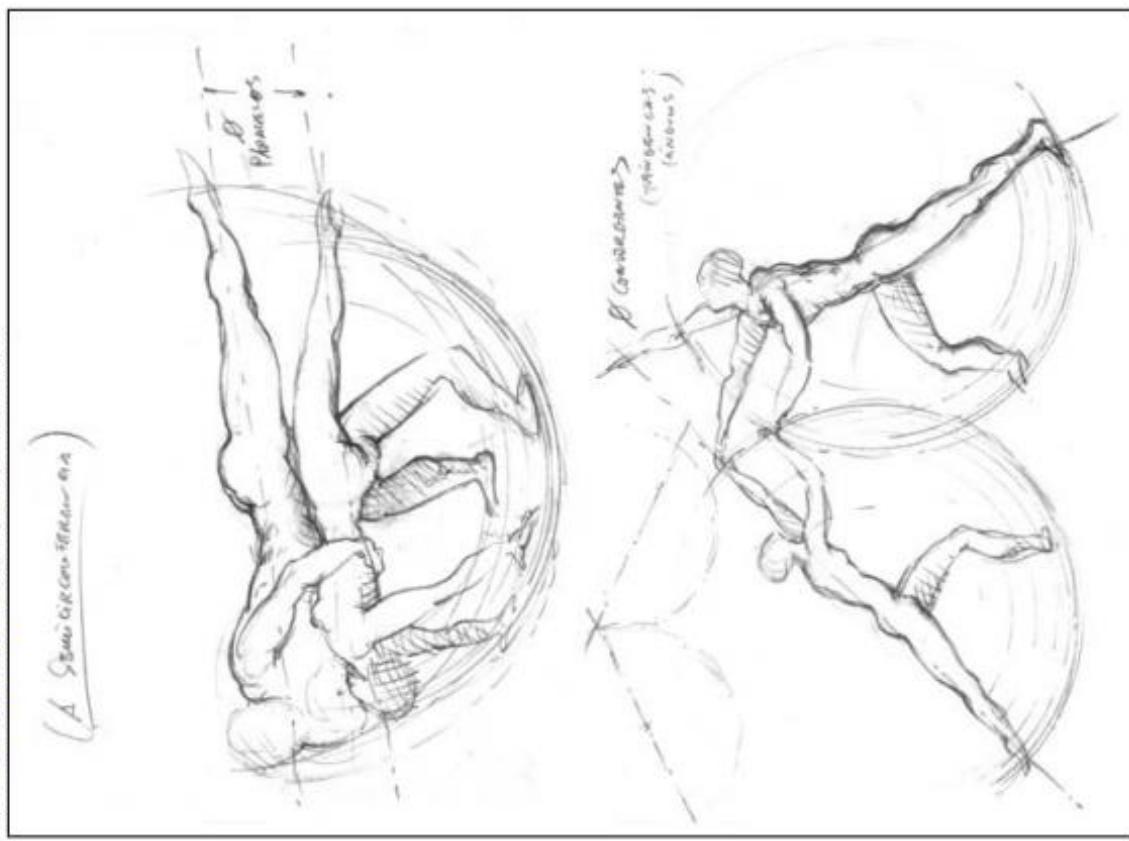
## EL DECÁGONO



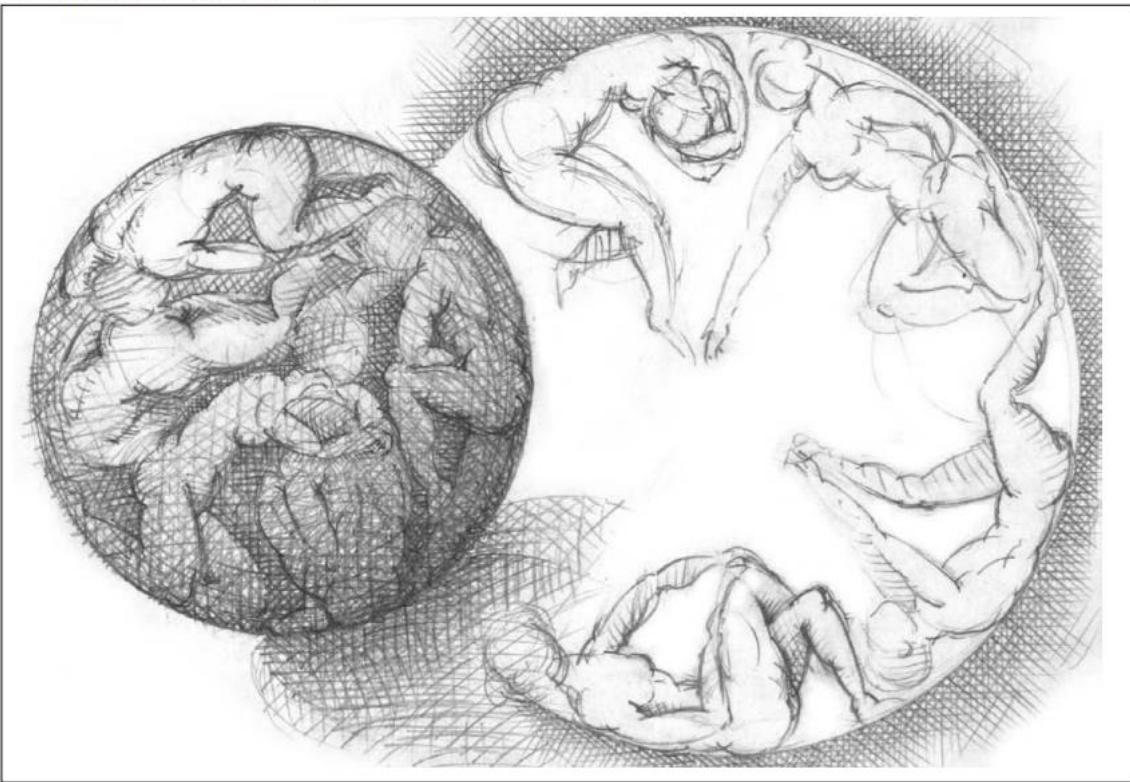
## LO CÓNCAVO Y LO CONVEXO



## LA SEMICIRCUNFERENCIA



## EL CÍRCULO Y LA ESFERA



## INFORMACIÓN (INCLUÍDA EN ESTE DOCUMENTO EDUCATIVO) TOMADA DE:

Candel, Victor (2012, Sept 28). El significado de 35 gestos corporales durante una entrevista laboral. Para: Víctor Candel – TALENTO & PERSONAS. Ubicado en: <https://victorcandel.com/2012/09/28/el-significado-de-35-gestos-corporales-durante-una-entrevista-laboral/>

EcuRed. Comunicación no verbal. Consultado: 13:13, 22 Sept, 2022. [https://www.ecured.cu/Comunicaci%C3%B3n\\_no\\_verbal](https://www.ecured.cu/Comunicaci%C3%B3n_no_verbal)

<http://ivonnevargas.com.mx/dice-lenguaje-corporal-en-una-entrevista-trabajo/>

<http://www.iacat.com/revista/recrearte/recrearte05/Seccion3/CuerpoEspacioMov.pdf>

<https://mundogestalt.com/comunicacion-no-verbal-y-la-danza/>

La Sonrisa. Blog escrito por medio del servidor web Sodexo Pass Venezuela, C.A., para vidaprofesional.com.ve Ubicado en: <http://www.vidaprofesional.com.ve/blog/el-poder-de-una-sonrisa.aspx>

Las claves para controlar tus gestos (Lenguaje Corporal). [http://lbecerra04.blogspot.com/2013/07/las-claves-para-controlar-tus-gestos\\_7753.html](http://lbecerra04.blogspot.com/2013/07/las-claves-para-controlar-tus-gestos_7753.html)

ola.k.ace.dan. El Lenguaje No Verbal En La Danza. <https://www.emaze.com/@AIWQCWRR>

Salazar, A. (1995). *La Danza y el Ballet*. México: Fondo de Cultura Económica.

SANDRACM20. (2015, Jul 09). Elementos de la Comunicación No Verbal: Kinesia, Proxemia y Paralingüística. Para:

*El Silencio Habla Mucho. Blog de Comunicación.* Recuperado de: <https://elsilenciohablamucho.wordpress.com/2015/07/09/elementos-de-la-comunicacion-no-verbal-kinesia-proxemia-y-paralinguistica/>

Significados.com. Comunicación no Verbal. Consultado: 13:07, 22 Sept, 2022. Recuperado de: <https://www.significados.com/comunicacion-no-verbal/>