

## ENFOQUES PEDAGÓGICOS: JUEGO MOTOR, EXPLORACIÓN CORPORAL, EXPRESIÓN Y CONVIVENCIA



La educación física contemporánea se sustenta en enfoques pedagógicos que reconocen al cuerpo y al movimiento como medios fundamentales para el aprendizaje, la comunicación y la construcción de relaciones sociales. En este sentido, el juego motor, la exploración corporal, la expresión y la convivencia constituyen enfoques clave que orientan la intervención docente y permiten generar experiencias motrices con sentido educativo, inclusivas y contextualizadas.

El juego motor es uno de los enfoques pedagógicos más relevantes en la educación física escolar, ya que integra el movimiento con el disfrute, la creatividad y la interacción social. Desde una perspectiva educativa, el juego motor no se concibe únicamente como recreación, sino como una estrategia didáctica que favorece el desarrollo motriz, cognitivo, social y emocional del alumnado. A través del juego, los estudiantes aprenden a seguir reglas, tomar decisiones, resolver problemas, cooperar y autorregular su conducta, lo que contribuye significativamente a su formación integral. Además, el juego motor permite adaptar las actividades a la diversidad del alumnado, promoviendo la inclusión y la participación activa de todos.

Por su parte, la exploración corporal se enfoca en el conocimiento y reconocimiento del propio cuerpo, así como en la ampliación de las posibilidades de movimiento. Este enfoque resulta especialmente relevante en las primeras etapas educativas, aunque se mantiene presente a lo largo de toda la educación básica. Mediante la exploración corporal, el alumnado experimenta con el espacio, el tiempo, la energía y los objetos, desarrollando la conciencia corporal, la coordinación y la percepción. Este proceso favorece la construcción de la identidad corporal y fortalece la relación del estudiante consigo mismo y con su entorno.

La expresión corporal constituye otro enfoque pedagógico fundamental, ya que reconoce al cuerpo como un medio de comunicación y manifestación de emociones, ideas y significados. A través del movimiento expresivo, el ritmo, la danza y las actividades creativas, la educación física contribuye al desarrollo de la sensibilidad, la imaginación y la comunicación no verbal. Este enfoque permite que el alumnado exprese sus emociones de manera libre y respetuosa, fortaleciendo la autoestima y el reconocimiento de la diversidad cultural y personal. Asimismo, la expresión corporal se vincula estrechamente con el campo formativo de Lenguajes, al ampliar las formas de expresión más allá del lenguaje verbal.

Finalmente, el enfoque de convivencia destaca el valor de la educación física como espacio privilegiado para el aprendizaje social. Las actividades motrices colectivas promueven la cooperación, el respeto, la empatía y la resolución pacífica de conflictos. A través de dinámicas grupales, juegos cooperativos y actividades inclusivas, el alumnado aprende a convivir con otros, a respetar normas compartidas y a valorar la diversidad. Este enfoque se articula directamente con el campo formativo De lo humano y lo comunitario, ya que fortalece el sentido de pertenencia y la participación responsable en la comunidad escolar.

Desde la práctica docente, estos enfoques pedagógicos no deben entenderse de manera aislada, sino como componentes interrelacionados que enriquecen la intervención educativa. El docente de educación física actúa como mediador, diseñando situaciones didácticas que integren el juego, la exploración, la expresión y la convivencia, con intencionalidad pedagógica y coherencia curricular. De esta forma, la educación física se consolida como una disciplina formativa que contribuye al desarrollo integral del alumnado y al logro del perfil de egreso de la educación básica.

En síntesis, los enfoques pedagógicos del juego motor, la exploración corporal, la expresión y la convivencia permiten que la educación física trascienda la enseñanza técnica del movimiento y se convierta en un espacio de aprendizaje significativo, inclusivo y humanista, acorde con los principios educativos actuales.

***Referencia:***

*Blázquez, D. (2015). Didáctica de la educación física: La construcción del conocimiento en acción. INDE.*  
*Le Boulch, J. (2001). La educación por el movimiento. Paidós.* *Ruiz Pérez, L. M. (2004). Competencia motriz y educación física. INDE.* *Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad. Paidotribo.*