Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania

Aprender español con todos los sentidos: el factor kinestésico

Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania

Por muchos es sabido que el tanto por ciento de lo que aprendemos es proporcional al número de sentidos que utilizamos. La famosa expresión *learning by doing* se ve reforzada con las siguientes cifras: nuestra memoria retiene aproximadamente un 10% de lo que leemos, un 20% de lo que escuchamos, un 50% de lo que vemos y escuchamos y, un altísimo 90% de lo que nosotros mismos hacemos. Viendo estas cifras, ¿cómo no incorporar todos los sentidos a nuestras clases de español?

La mayoría de los profesores, en sus cursos, tienen en cuenta tanto el canal auditivo como el visual (usan p.ej. imágenes, la pizarra, reproductores de CD, la voz), pero en la gran mayoría de las clases se descuida, básicamente, el aspecto kinestésico.

En la Universidad de Siegen basándonos en algunos de los principios sugestopédicos del Dr. Lozanov[1] hemos elaborado un método más eficaz para aprender español. Este método incorpora, entre otros, el principio VAKOG (visual, auditivo, kinestésico, olfativo y gustativo) y ofrece a nuestros alumnos la posibilidad de experimentar la lengua y la cultura a través de los diversos canales sensitivos para facilitar, de este modo, el aprendizaje y fomentar la memoria a largo plazo.

- **V**isual
- **A**uditivo
- **K**inestésico
- **O**lfativo
- **G**ustativo



1 Georgi Lozanov, médico y psicoterapeuta búlgaro que desarrolló el método de la sugestopedia a principio de los años 60.

La pregunta que nos podríamos plantear es por qué motivo se hace necesario incorporar también el aspecto kinestésico en nuestros cursos. En primer lugar hay que tener en cuenta que el aprender con movimiento no solo favorece el proceso de aprendizaje de los estudiantes kinestésicos propiamente dichos, sino que es bueno para cualquier tipo de aprendiente. El aprender en movimiento (levantándose, realizando un movimiento para cada concepto, etc.) fomenta la integración y activación de los dos hemisferios (derecho e izquierdo) del cerebro. De este modo, se activa también la llamada "memoria corporal" y se fomenta, con ello, la memoria a largo plazo.

Existe una enorme gama de actividades que incorporan movimiento y aportan variedad e innovación a nuestros cursos. Un aspecto fundamental es que muchas de estas actividades resultan, además de originales, divertidas y consiguen sorprender a nuestros alumnos, despertando su interés y curiosidad. Por consiguiente, estas actividades, al ser divertidas, provocan risas (al reírnos el cerebro recibe más oxígeno y se favorece, así, el aumento de la concentración) y la expulsión de tensiones acumuladas. Es decir, que la realización de actividades kinestéticas aumenta la atención y la concentración de nuestros alumnos (que están mucho más despiertos) y, con ello, obtenemos un incremento de la cantidad de materia aprendida.

Otro aspecto a tener en cuenta es que, como muchas de estas actividades se realizan en grupo, se fortalece también el vínculo existente entre los participantes del curso (mejor dinámica de grupo). Introducir el factor kinestético en nuestras aulas resulta muy simple: podemos utilizar dominós, puzzles, aprender los pronombres personales con sencillos movimientos de mano, los verbos usando mímica, las conjugaciones con divertidos movimientos…

A continuación presento de una manera más detallada cinco actividades que realizo con mis estudiantes de Magisterio, Ingeniería y Economía en la Universidad de Siegen y que considero que serían adaptables a cualquier otro curso de ELE también en el ámbito Asia-Pacífico.

1. ROMPECABEZAS DE LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS (CC. AA.)

Para tratar este tema se podrían utilizar muchas y muy diversas técnicas: yo, para incorporar el aspecto kinestésico, me sirvo de un gran rompecabezas de madera con el mapa España.

Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania

A medida que se leen los nombres de las diferentes comunidades autónomas, animo a los alumnos con preguntas para que compartan con el grupo sus conocimientos previos (tal vez alguien conozca o haya visitado ya alguna de estas regiones). A continuación, en equipo, tienen que formar con las distintas piezas del rompecabezas el mapa de España.





Esta actividad nos ofrece, por un lado, el factor sorpresa (ingrediente importante a la hora de motivar a los alumnos) y, por el otro, al incorporar movimiento, impide que los alumnos se sientan tentados a hacer una breve siestecita. Con otras palabras, activamos y despertamos a nuestros alumnos estimulando, simultáneamente, el trabajo en equipo.

El paso siguiente consiste en centrarnos en los productos y tipos de industria que hay en el Estado Español. Para ello, ofrezco a los alumnos una serie de objetos (una botella de cava, una naranja, un cochecito de juguete, un vino riojano, un collar de perlas, una bolsita con dinero, un zapato, un trozo de carbón, unas hojas de papel, un trozo de madera, un pote de aceitunas, una botella de aceite de oliva, una botella de leche, unas gafas de sol, una lata de atún…), y les propongo ir colocando cada objeto sobre la pieza del rompecabezas de la comunidad autónoma correspondiente. De este modo aprovechamos nuevamente los conocimientos previos de los alumnos y el grupo se enriquece con las experiencias de estos (tal vez algún estudiante haya visto algún reportaje sobre España o haya leído sobre estas regiones en su lengua materna o, incluso, haya tenido ya el placer de degustar un buen vino riojano o un cava catalán o sepa que en las Islas Canarias y Baleares hay mucho turismo).

Es posible que estos objetos resulten infantiles o estrafalarios y hagan reír a nuestros alumnos, ya sea por encontrarlos divertidos o más bien ridículos. Esta reacción no ha de incomodarnos, ya que sea cuál sea el motivo de las risas, el doble objetivo se alcanza:

1. al reír entra más oxígeno en nuestro cerebro mejorando nuestro rendimiento (trabajamos más despiertos y concentrados) y,
2. al trabajar la memoria de manera selectiva, facilitamos la retención de la información (nuestra memoria es selectiva y no lo recuerda todo con la misma intensidad: recordamos más fácilmente todas aquellas cosas que nos resultan estrambóticas, absurdas, diferentes…).

Si debido a las condiciones del aula o al gran número de participantes del curso o a la tradición educativa del país donde se imparten las clases, se considera difícil que los aprendientes puedan levantarse de su asiento para trabajar con el mapa "gigante", se puede realizar la actividad de la manera que se explica a continuación.

En vez de trabajar con un solo mapa se pueden hacer copias del mapa de España que aparezca en el manual de clase y recortar las diferentes comunidades autónomas. Las diferentes piezas recortadas se reparten entre los aprendientes, y cada aprendiente con su compañero de la derecha y/o izquierda (en parejas o en tríos) ha de "re"constuir el mapa.

Del mismo modo, para realizar la segunda parte de la actividad, se podrían traer fotos de los objetos que habría que colocar sobre cada una de las comunidades.

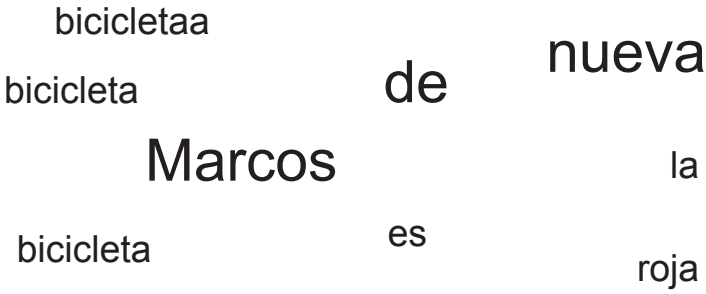
Si deseamos mantener el efecto sorpresa que ofrece el llevar a clase los objetos reales (la botella de Rioja, las perlas, etc.) el/la profesor/a podría desplazarse entre las mesas con los objetos dentro de una bolsa o un saco y pedir a los estudiantes que desde su lugar (sentados en su silla) extraigan un objeto y, entre todos, habría que decidir a qué comunidad representa. A continuación, los aprendientes tendrían que dibujar el objeto o escribir el nombre del mismo (o colocar la foto) sobre la comunidad autónoma correspondiente del mapa de papel (o cartón) con el que cada pareja o bien trío está trabajando.

Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania

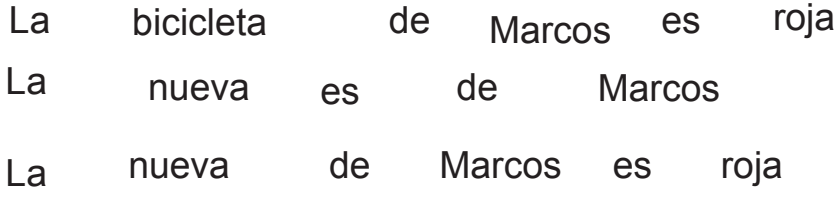
2. HUEVOS REVUELTOS

En muchos manuales de ELE aparecen los clásicos ejercicios de ordenar palabras para crear una frase gramaticalmente correcta. Estos ejercicios que, en principio, son muy adecuados para reflexionar sobre el orden y la estructura oracional, a veces confunden a los aprendientes y son difíciles de llevar a cabo. Mi propuesta consiste en facilitar el ejercicio, simplemente, incorporando el factor kinestésico.

En vez de hacer el ejercicio, tal como se plantea en los libros de ELE, sobre una página del libro, sería mucho más efectivo trabajar con tarjetas de colores. En cada tarjeta se escribe una palabra y, posteriormente, se reparten todas las tarjetas que forman una frase a una pareja o trío (el trabajar en pequeños grupos y no de forma individual ayuda a reducir el miedo o la inseguridad que puedan tener algunos aprendientes).



Esta manera de presentar las frases facilita la comprensión de la estructura gramatical y ayuda a los aprendientes a descubrir de una forma lúdica y sin ningún tipo de estrés las diferentes posibilidades oracionales. Además, al haber incluido el factor táctil y kinestético, estamos fomentando la integración de los dos hemisferios del cerebro y, por lo tanto, estamos activando también la "memoria corporal" y, con ello, fomentando la memoria a largo plazo.



Una vez comentadas todas las posibles frases y explicadas las correcciones, se pasaría a trabajar con las siguientes frases.

En algunas culturas competitivas, como por ejemplo la japonesa y la singapurense, también da muy buen resultado si al ejercicio se le añade el factor competitivo y se crea una carrera o competición entre los distintos grupos. Para ello, se podría dar un punto por cada frase con sentido gramaticalmente correcta y un punto extra para el grupo que más frases correctas haya conseguido formar en un tiempo determinado (en un minuto, por ejemplo). Dependiendo de las características de nuestros aprendientes, si creemos que el fijar el tiempo puede ser causa de estrés o angustia, se podrían modificar las reglas y otorgar un punto, por ejemplo, al grupo que forme la frase correcta más larga o al grupo que primero forme la frase correcta utilizando todas las palabras dadas.

Como podemos constatar esta actividad es muy sencilla de realizar. Otra manera de plantear el ejercicio sería repartir las tarjetas en blanco (sin ninguna palabra escrita) entre las parejas y/o tríos y, posteriormente, dictar las palabras desordenadas, para que los aprendientes escriban una palabra por tarjeta y, luego, pasen a realizar la actividad, tal como se ha explicado anteriormente. Esta manera de plantear el ejercicio nos permite incluir también la competencia autidiva y, naturalmente, ahorra al profesor tiempo de preparación facilitándole su tarea docente (optimización de recursos).

Si realizamos la actividad de este modo, estaríamos cumpliendo con varios objetivos a la vez:

- estaríamos ejercitando la competencia gramatical,
- realizando una actividad de comprensión auditiva,
- introduciendo, reapasando y/o activando vocabulario y
- repasando aspectos ortográficos

y, todo ello, teniendo en cuenta tanto el factor visual, auditivo y kinestésico.

3. VERBOS ACTIVOS: PRONOMBRES PERSONALES EN MOVIMIENTO

Para facilitar el aprendizaje de los pronombres personales de sujeto, podemos incorporar pequeños movimientos que fomenten la memoria corporal de la que hablábamos anteriormente.

Para llevar a cabo esta actividad e incorporar el elemento kinestésico, los aprendientes (AP) tienen que levantarse de su asiento. Si el tamaño del aula y las características del grupo meta lo permiten, se puede formar un círculo en el centro de la clase, pero también sería posible que, sencillamente, cada aprendiente se quedara de pie en su sitio (al lado o frente a su silla). Esta segunda opción es mucho más práctica cuando las aulas son pequeñas y queremos ahorrarnos el tener que desplazar sillas y/o pupitres. Una vez que todo el grupo está de pie, se pasa a explicar que en esta actividad se trata de hacer de reflejo y de eco del/de la profesor/a, es decir, hay que copiar o imitar el movimiento que hace el/la profesor/a (P) y repetir lo que dice.

El/la P se señala a sí mismo/a y dice yo y a continuación todos los aprendientes y el/la P repiten el movimiento diciendo yo.



El/la P señala a un/a AP con la mano abierta y dice tú y a continuación todos los aprendientes y el/la P miran a algún/a compañero/a, le sonríen, y repiten el movimiento diciendo tú.



Es muy importante que en la forma de "tú" el movimiento se haga con la mano abierta y no señalando con el dedo a otro compañero, ya que este signo podría ser considerado como agresivo o de mala educación en algunas culturas, entre ellas, en la española (no se ve con buenos ojos señalar a alguien con el dedo índice).

Para ayudar a la memorización a largo plazo, antes de introducir el nuevo pronombre, se recomienda repetir los movimientos para el yo y el tú.

El/la P señala con el pulgar derecho sobre su hombro derecho y dice él y a continuación todos los AP y el/la P repiten el movimiento diciendo él.



Como el desarrollo de la actividad es siempre el mismo y no me gustaría acabar con la paciencia del/de la lector/a ni aburrir a nadie, describiré a continuación solamente el movimiento de cada pronombre personal de sujeto. Después de introducir cada nuevo pronombre y repetirlo un par de veces, es recomendable volver a empezar desde el principio para, como ya hemos comentado, fomentar la memoria a largo plazo (yo, tú, él...).

El/la P señala con el pulgar izquierdo sobre su hombro izquierdo y dice ella.



REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

El/la P seňala con una mano en la cabeza se quita un sombrero imaginario haciendo una inclinación y dice usted (este movimiento ayuda a clarificar la diferencia entre tú –informal- y usted –formal-).



REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

El/la P señala con las manos abiertas hace un círculo que incluya a todo el grupo y dice nosotros.



REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

El/la P seňala con las manos abiertas va seňalando a distintos AP y dice vosotros.



REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

- El/la P señala con el pulgar derecho sobre su hombro derecho y lo mueve varias veces como si estuviera señalando a varios hombres y dice ellos (es decir, se hace el movimiento para él y se repite varias veces)

REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

- El/la P señala con el pulgar izquierdo sobre su hombro izquierdo y lo mueve varias veces como si estuviera señalando a varias mujeres y dice ellas (es decir, se hace el movimiento para ella y se repite varias veces).

REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

- El/la P con una mano en la cabeza se quita repetidas veces un sombrero imaginario haciendo varias inclinaciones y dice ustedes (es decir, se hace el movimiento para usted y se repite varias veces).

REPETIMOS DESDE EL PRINCIPIO

En posteriores sesiones, se puede dedicar un par de minutos a repasar estos pronombres. Para ello, primero el/la P realizará uno de los movimientos y los AP tendrán que decir en voz alta de qué pronombre se trata. Posteriormente puede ser uno de los AP el que realice el movimiento y que los otros compañeros tengan que adivinar el pronombre correspondiente.

Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania

Además, estos movimientos se pueden emplear en el proceso de corrección de las intervenciones de nuestros aprendientes. Cuando un aprendiente conjuga incorrectamente una forma verbal, p.ej. dice fue en vez de fui, yo solo tengo que hacer el movimiento correspondiente de la primera persona del singular (señalarme a mí misma con la mano abierta) para que el aprendiente en cuestión entienda que está utilizando la persona incorrecta y se autocorrija.

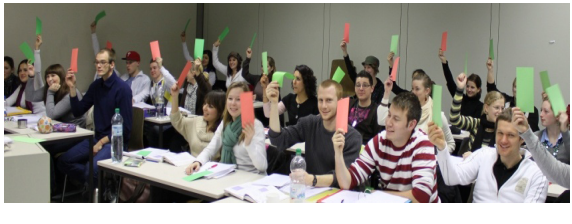
Para finalizar con la descripción de esta actividad, solo me queda resaltar que su simpleza y brevedad la convierten en una de las preferidas de todos mis aprendientes. Este ejercicio lo realizo siempre en la primera sesión de los cursos para principiantes (A1) y todavía hoy, cuando llevo más de 10 años realizando esta actividad, me resulta grato escuchar como los estudiantes que realizan conmigo cursos superiores (de niveles B1 hasta C2) me comentan de qué manera les sorprendió y les marcó positivamente el realizar esta actividad al inicio de su aprendizaje de la lengua española.

4. Elecciones

La siguiente actividad es bien sencilla de realizar incluso con un gran número de estudiantes. Existen muchos modos y momentos adecuados para usarla. El modelo clásico sería repartir al principio de la sesión dos tarjetas de diferente color a cada participante y establecer qué color significa p.ej. "Sí" y cuál "No". A continuación se pasa a hacer la "elección" con preguntas relacionadas con los temas actuales de la sesión, ya sean gramaticales, temáticos o culturales, como por ejemplo:

- ¿La capital de España es Madrid?
- ¿En España hay 18 comunidades autónomas?
- ¿En España existe solo una lengua oficial?
- ¿El gerundio del verbo "dormir" es "durmiendo"?
- ¿Los indefinidos de los verbos "ser" e "ir" son diferentes?

Y, después de cada pregunta, los estudiantes tienen que alzar la tarjeta del color correspondiente a la respuesta deseada.



Si tienen grupos de más de 50 estudiantes y la tarea de repartir cientos de tarjetitas les parece muy costosa, otra manera de llevar a cabo esta actividad es establecer desde un principio que el "Sí" es cuando los estudiantes miran y el "No" cuando los estudiantes se tapan la cara con un folio. Y si lo que queremos es introducir un mayor nivel de movimiento, se puede establecer que el "Sí" es levantarse y el "No" quedarse sentado.

Como ven la actividad es bien sencilla de realizar y el trabajo de preparación mínimo. Además se puede utilizar tanto como actividad de repaso como para introducir un nuevo tema y poder evaluar, de este modo, los conocimientos previos del grupo.

También se puede extender la utilidad de esta actividad a otros ámbitos relacionados con la organización de la clase y decidir que aquellos estudiantes que necesiten una pausa, lo señalen elevando una de las tarjetas (p.ej. la roja) o que cuando el profesor levante la tarjeta verde, por ejemplo, eso señale el inicio de un ejercicio y con la roja, el fin de la actividad (los colores son aleatorios, lo importante es que en el grupo se determine qué significa cada uno y tener en cuenta las posibles creencias o supersticiones de la cultura de los estudiantes a los que estamos enseñando[2]). También se podrían usar estas tarjetas para indicar el excesivo ruido en clase e incluso el deseo de interrumpir la sesión hasta que no haya silencio.

5. CAZA RESPUESTAS

El quinto y último ejemplo es una actividad de repaso donde, con la ayuda de unos cazamoscas, los estudiantes han de "cazar" la respuesta adecuada. Cada aprendiente recibe un par de tarjetitas con posibles respuestas, p.ej.:



2 En muchos países orientales el blanco es el color del luto que se lleva en los entierros. En China, por ejemplo, los colores blanco y negro representan la muerte y la mala suerte.

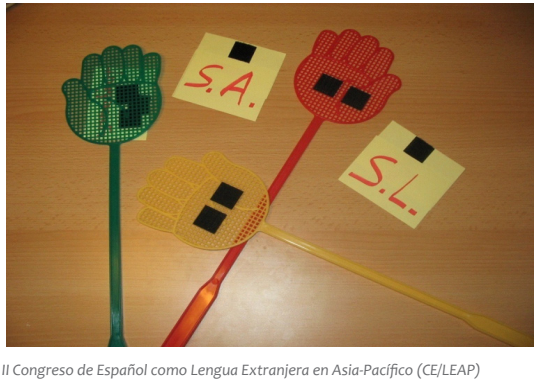
Eva Balada Rosa
Universität Siegen, Alemania



16 vasco comprara fuimos español

17 comprará comprarla

Estas posibles respuestas, se van leyendo y se van colocando sobre una mesa. Es importante que haya más respuestas que preguntas, para que los aprendientes tengan que estar realmente concentrados en las preguntas y escoger la respuesta adecuada.



A continuación, cada aprendiente recibe un matamoscas y se sitúa alrededor de la mesa (si hubiera muchos alumnos, se podrían formar grupos) y, el/la P lee en voz alta las preguntas, por ejemplo:

- ¿Cuántas comunidades autónomas hay en España?
- ¿Qué lenguas oficiales se hablan en el Estado Español?
- Si yo fuera rico, ... muchas cosas
- La primera persona del singular (yo) del indefinido del verbo ser es ...

Los alumnos han de golpear con sus matamoscas la respuesta adecuada (tanto los matamoscas como las tarjetas con las respuestas están dotados con velcro).

Normalmente esta actividad es un éxito total: evita sentimientos de inferioridad por desconocer la respuesta (se trata también de un ejercicio de rapidez) fomentando la autoestima de alumnos que normalmente son menos participativos en la clase y, al mismo tiempo, es un método infalible para descargar energía negativa.

Además de ser una buena actividad de repaso, nos da la oportunidad de repetir de una manera más activa y lúdica distintos aspectos de la materia impartida hasta el momento. Además del conocimiento en sí preguntado, se pueden volver a retomar aspectos como, por ejemplo, la importancia del acento y de la correcta pronunciación de la sílaba tónica que diferencia, por ejemplo, un futuro de un imperfecto de subjuntivo (comprará-comprara), o un presente de un indefinido (compro-compró).

Para finalizar, soo me gustaría resaltar que el propósito de este artículo es mostrar algunos ejemplos de actividades kinestéticas para despertar su interés y curiosidad. Con ello pretendo demostrar lo fácil que puede resultar incorporar algunos elementos claves en nuestra actividad docente para conseguir que las clases sean más atractivas, eficaces e innovadoras. Mi propuesta es enriquecer nuestras clases con algunos principios sugestopédicos. De este modo, ofreceremos a nuestros alumnos la posibilidad de "experimentar" y descubrir la lengua y la cultura hispanas a través de todos los sentidos y, con ello, elevaremos la motivación, que como todos sabemos, es un factor clave en el proceso de aprendizaje.

¡Enseñemos español y consigamos que todos, tanto profesores como aprendientes, disfrutemos con ello!