



MONTÁVEZ, Mar y ZEA, M^a Jesús (coord.): *Recreación expresiva, vol. I*, Málaga, Editorial Re-Crea y Educa, 2004.

Siempre resulta gratificante presentar un libro de nueva aparición, aunque en esta ocasión la satisfacción es aún mayor, si cabe, por la oportunidad que me han brindado los autores, con los que me une una gran amistad y con los que he tenido, y tengo (espero que por muchos años), la suerte de trabajar y compartir experiencias dentro del campo de la docencia.

La dilatada experiencia profesional de sus coordinadoras, dentro del ámbito de la expresión corporal, convierte este libro en uno de los manuales más interesantes y de fácil aplicación para todo tipo de públicos y en todo tipo de escenarios.

Recreación Expresiva es un libro creado "cooperativamente" por un grupo de profesionales que comparten una misma inquietud: la pasión por el mundo educativo de la Recreación y la Expresión Corporal. Esto les ha hecho capaces de convertir este manual, atractivo y manejable por su formato y "valioso" por su contenido, en la única publicación existente en el mercado sobre la temática que abarca.

Si el lector realiza una revisión bibliográfica sobre el tema de Recreación, encontrará numerosas publicaciones que abarcan la perspectiva teórica y algunas propuestas de acción relacionadas con el mismo; sin embargo, si correspondemos esta búsqueda con el ámbito de la Expresión Corporal y de la Salud, únicamente encontraremos este libro de reciente publicación.

Recreación Expresiva supone un espectáculo educativo, impreso en papel, repleto de dinámicas lúdicas, actividades recreativas y pautas para la acción. La Salud, el Juego y la Expresión componen un triángulo educativo fundamental, donde su lectura enganchará el entusiasmo del lector por llevar a la práctica sus contenidos.

Mar Montávez y M^a Jesús Zea son las coordinadoras de este libro, el segundo que publican, después de lanzar al mercado en 1998 *Expresión Corporal. Pautas para la acción*". Mar Montávez es profesora titular de Expresión Corporal en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Córdoba. Tras sus espaldas lleva una larga trayectoria profesional en el campo de la docencia, primero impartiendo clases en instituto, actualmente en la facultad, pero siempre compartiendo su experiencia y su saber con diversos colectivos de profesionales, ayudándoles en su formación, inicial y permanente, impartiendo cursos, participando en congresos como ponente y escribiendo artículos en donde su ámbito de trabajo, la Expresión Corporal, ha encontrado una fiel seguidora, defensora y patrocinadora.

M^a Jesús Zea, diplomada en Educación Física y especialista en animación deportiva, es directora de actividades educativo-recreativas y fundadora de la Editorial Re-Crea y Educa

El resto del equipo, que ha hecho posible que hoy engrose la bibliografía existente en relación a la Expresión, está compuesto por seis personas que, con dedicación y entusiasmo, trabajan día a día por aumentar la calidad de la enseñanza en la Educación Física. Esta presentación no puede prescindir de ellos, así que les nombraré sin más dilación aprovechando para agradecerles que hayan elegido el camino de la Educación: Inés López, Antonio Mariscal, Inmaculada Jiménez, Reyes Andivia, Myriam Vélez y Javier Cantero.

Recreación Expresiva supone el primer volumen, de dos, que abarcarán esta temática. Su lectura fácil y amena lo convierten en un manual apto para todos los públicos. Se trata de un juego en sí mismo, invitándonos a trabajar con los contenidos de forma lúdica, creando un traje a medida de las necesidades e intereses del lector. Sus creadores no han querido convertirlo en un recetario donde las medidas e ingredientes no se pueden variar.

Es un libro con un formato divertido y manejable. Lo componen 187 páginas donde se alternan fotografías en blanco y negro y expresivos dibujos que facilitan y amenizan su lectura, a la vez que favorecen la comprensión de las propuestas prácticas.

En cuanto a su estructura, está dividido en dos grandes partes. La primera abarca las bases teóricas del triángulo temático: recreación-expresión-salud. La segunda parte comprende toda una serie de propuestas prácticas.

La perspectiva teórica trata la recreación expresiva como medio para educar a la persona; por lo tanto, se apunta como recurso para desarrollar valores como la cooperación, tolerancia, respeto, empatía, responsabilidad... Comienza con un repaso de lo que ha significado el ocio y la recreación a lo largo de la Historia, analizando definiciones, características y elementos que lo componen. El siguiente punto abarca la temática de la recreación expresiva entendida desde su aspecto lúdico, recreativo y saludable; pasando a analizar los recursos instrumentales para la práctica, que se convierten en herramientas recreativas en la tarea educativa. El bloque teórico se cierra con un diseño sintético de las fases que componen el proceso educativo de la "aventura recreativa".

La segunda parte ofrece propuestas para la "re-creación", estructurada en tres bloques: recreación expresiva, salud y juego (taller de reciclaje). Las propuestas son vivencias propias recopiladas con cariño, afecto y una pizca de sal, que aporta la gracia necesaria para llegar al lector y, con ingenio, lograr que éste se muestre cómplice en las reflexiones que suceden a cada planteamiento práctico.

A modo de introducción previa a las sesiones prácticas, cada bloque aporta unos conocimientos básicos sobre la temática a trabajar. Relativo al primer bloque, se incluyen nociones sobre Expresión Corporal, los inicios y su aparición en la Educación Física, analizando las tendencias observadas en su tratamiento y definiendo los objetivos que deben plantearse en el ámbito educativo. En relación con el bloque de salud, se dedica un espacio a diversas técnicas y prácticas saludables como el

yoga, el tai-chi o la técnica Alexander. El último bloque se dedica a un taller de material reciclado donde se tornan como objetivos, los valores.

Todas las sesiones prácticas respetan la misma estructura: reflejan los objetivos que se pretenden conseguir y los recursos materiales necesarios para su realización. Las fases o partes de la sesión reflejan fielmente las características de la metodología expresiva: calentamiento "recreativo", espacio de creación, relajación holística y, como cierre, una reflexión compartida.

Considero que este manual supone una gran aportación y enriquecimiento al campo de la Expresión y la Salud, así como un recurso de gran ayuda para maestros/as, entrenadores, técnicos deportivos, alumnos/as y deportistas y, en definitiva, a todos aquellos que sientan pasión por disfrutar de la vida, organizando saludablemente su tiempo de ocio.

Gracias a los autores por compartir su aventura "expresivo-recreativa" y su filosofía de vida con los docentes, y no docentes.

Gracias por ser fieles a la educación en valores y darnos ejemplo con vuestro trabajo "cooperativo".

En palabras de Fernando Neder, un deseo que aquí convierto en mío: "más que éxito, que me parece asegurado, os deseo mucha salud y energía para que sigáis generando iniciativas como esta y, si es posible, el próximo mes de abril, hagáis realidad el 2º volumen".

Marta Domínguez Escribano
Universidad de Córdoba