



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

TÍTULO DEL TFG: El desarrollo del cuerpo creativo en el aula a través de la expresión corporal. Diseño de una propuesta de intervención en educación primaria.

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: Isabel Gordaliza Sellés

TUTOR: Francisco Abardía Colás

PALENCIA, 2018

Resumen/abstract

Este trabajo parte de unos objetivos que intentan principalmente profundizar en la inclusión del cuerpo creativo en el aula, así como en la importancia de la Expresión Corporal tanto dentro como fuera de esta. Para ello se llevará a cabo una propuesta de intervención en el tercer ciclo de educación primaria, para así poder acercar la Expresión Corporal, a través del cuerpo creativo a los niños; esta propuesta tendrá como principal objetivo que el alumnado se conozca y pueda conocer a sus compañeros, valorando la Expresión Corporal y enriqueciéndose con sus contenidos. Para terminar veremos las reflexiones que nos ha aportado la propuesta de intervención en el aula y las conclusiones a las que nos lleva haber realizado este trabajo, viendo con esto si los objetivos se han cumplido o no.

Palabras clave

Expresión Corporal, tiempo, espacio, cuerpo, expresividad, cuerpo creativo.

ABSTRACT

This work part of some objectives that try mainly deepen in the inclusion of the creative body in the classroom, as well as the importance of body expression both inside and outside of this. For this, an intervention proposal will be carried out in the third cycle of primary education, so as to be able to bring both the creative body and the corporal expression to children; this proposal will have as main objective that the students know each other and can know their classmates, valuing the corporal expression and enriching themselves with their contents. To finish we will see the reflections that the proposal of intervention in the classroom has given us and the conclusions to which it takes us to have done this work, seeing with this if the objectives have been fulfilled or not.

Key words

Body expression, time, space, body, expressiveness, creative body.

ÍNDICE

Introducción.....	4
Justificación.....	5
- Personal.....	5
- Profesional.....	7
Objetivos.....	9
Fundamentación teórica.....	10
- Expresión corporal.....	10
- Espacio.....	13
- Tiempo.....	16
- Cuerpo.....	18
- Cuerpo creativo.....	25
Propuesta de intervención.....	29
- Unidad Didáctica “Me conozco, me conoces”.....	29
Presentación de datos.....	44
- Reflexiones.....	44
Conclusiones.....	52
Futuras líneas de trabajo	57
Bibliografía.....	58

0. INTRODUCCIÓN

En este documento podrás encontrar cosas tan interesantes como la situación actual de la Expresión Corporal en el ámbito de la educación primaria, una propuesta de intervención en el aula y sus posteriores reflexiones; es de especial interés saber cómo conciben los niños la Expresión Corporal y sobre todo, cómo entienden muchos profesores la Expresión Corporal actualmente y las razones por las cuales valoran o infravaloran este ámbito en la educación física.

Este trabajo está relacionado directamente con las prácticas, puesto que el punto fuerte es una propuesta de intervención aplicable en unas aulas de tercer ciclo de primaria (5º y 6º). El principal objetivo de esta unidad es que los niños valoren y se introduzcan en la Expresión Corporal, en este caso a través del cuerpo creativo. En la parte teórica de este trabajo iremos desde lo más general, cómo es tener claro el concepto y los aspectos principales de la Expresión corporal, hasta lo más específico como es el cuerpo creativo; seguiremos con una Unidad didáctica sobre el cuerpo creativo aplicable en aulas de quinto y sexto de primaria, esta unidad va desde las actividades más sencillas para iniciar al alumnado y que se vayan quitando barreras y miedos, hasta actividades más complejas con un alto nivel de Expresión Corporal.

Para finalizar este proyecto, podremos leer, tanto las reflexiones de la Unidad Didáctica, en las que intento dar respuesta a algunas actitudes y sucesos ocurridos en el aula, que en muchos casos pueden extenderse a un nivel más general; como también podremos leer las conclusiones finales del trabajo, en las que veremos si los objetivos se han conseguido o no y las posibles soluciones si estos no se hubieran dado.

Lo que busco con este trabajo es introducir al lector en la Expresión Corporal en primaria, a través de una propuesta de intervención, para que pueda ver cómo está vista la Expresión Corporal actualmente en las aulas. ¡Empecemos!

1. JUSTIFICACIÓN

En este apartado conoceremos las razones por las cuales he llevado a cabo este trabajo, desde un punto de vista más personal y desde un punto de vista más personal. En primer lugar cabe destacar, desde un punto de vista personal, el porqué de la elección de este tema. Considero que la expresión corporal no ha tenido la acogida suficiente en el aula, en mi opinión podría deberse al desconocimiento por parte del docente en este ámbito. La expresión corporal es algo que trasciende del aula, todos nos comunicamos de alguna manera y nos expresamos, mediante gestos, palabras, expresiones... De ahí la importancia de trabajarlo en el aula. Por otra parte, me interesa indagar en este tema y ver las posibilidades que este tiene, tanto a nivel personal, como a nivel profesional.

En mi opinión una de las cosas que el alumno tiene que fomentar para poder conocerse y conocer los alcances de su cuerpo es imaginación, la cual le pueda transportar a donde el alumno quiera sin necesidad de moverse del sitio. Trabajar el cuerpo creativo en el aula no solo aportará beneficio en Educación Física, si no en todas las demás materias y el niño lo podrá extrapolar fuera del aula. Cada niño tiene una capacidad imaginativa que en parte depende de su situación en el aula y la confianza en sí mismo. Un niño que se encuentre fuera de lugar en su clase tendrá una capacidad imaginativa menor ya que, en mi opinión, limitará su imaginación e intentará hacer cosas que satisfagan a sus compañeros en vez de así mismo, lo cual es provocado también por la falta de confianza en sí mismo; en cambio un niño integrado y con confianza en sí mismo dejará que su imaginación vuele sin límites y hará las cosas para satisfacerse a sí mismo y no al resto.

Teniendo como punto de partida el Real Decreto 26/2016, de 21 de julio que se basa en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el cual se regula la finalización del Grado en Educación Primaria y en mí caso con Mención en Educación Física. Y en el que aparece que “todas las enseñanzas oficiales de grado concluirán con la elaboración y defensa pública de un Trabajo de Fin de Grado, que ha de formar parte del plan de estudios”.

A continuación, se justificará de manera más curricular la elección del tema. Empezando por la importancia del cuerpo creativo y por qué se debe desarrollar en el aula.

Competencias generales de Educación primaria:

1. Comunicación lingüística.
2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología.
3. Competencia digital.
4. Competencias sociales y cívicas.
5. Aprender a Aprender.
6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
7. Conciencia y expresiones culturales.

Competencia referente al trabajo de fin de grado:

1. Conocer, participar y reflexionar sobre la vida práctica en el aula, aprendiendo a colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa, relacionando teoría y práctica.

Competencias específicas referentes a Educación física.

1. Competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados a la conducta motora fundamentalmente.

La expresión corporal en la actualidad, como he podido comprobar en mi centro de prácticas, ocupa un plano mucho más atrás que el segundo; esto es debido al desconocimiento de la misma, se prefiere no dar el contenido antes que informarse sobre él y dar la oportunidad al alumnado de disfrutar de este contenido.

A nivel profesional, la expresión corporal tiene un objeto de estudio en Educación Física, sacado del libro de María del Mar Ortiz Camacho “Expresión Corporal, una

propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física”:

¿Qué lugar y significado tiene la Expresión Corporal en la Educación Física? Nuestras pretensiones podrían ir encaminadas:

- A educar las posibilidades expresivas del cuerpo.
- A educar a través de las posibilidades expresivas del cuerpo.

Centrados en una concepción tradicional de la Educación Física como educación del movimiento, educación de lo físico o de lo corporal, el objetivo fundamental sería el desarrollo de las capacidades de movimiento en sus aspectos cualitativos y cuantitativos. La Expresión Corporal, como parte de la Educación Física, pretendía conseguir movimientos más expresivos, es decir, la mejora de los movimientos en cuanto a su expresividad.

Nosotros situamos la Educación Física en un contexto general del desarrollo de la persona como la disciplina que educa a través de lo físico, o lo que es igual, que se sirve del cuerpo y sus posibilidades de movimiento para lograr objetivos educativos más amplios. Por otro lado, la Educación Física no se reduce exclusivamente a aspectos perceptivos y motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo. Es aquí donde situamos la Expresión Corporal, en la educación a través de las posibilidades expresivas y comunicativas de cuerpo y el movimiento.

¿Cuál es la consideración social de la Expresión Corporal en la Educación Física? Sacado también del libro “Expresión Corporal, una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física”

Lo más significativo de la Expresión Corporal en la Educación Física es la diferente consideración del cuerpo respecto a las formas deportivas (técnicas y competición). Barbero (1989) considera que la “tradición físico- deportiva se asienta sobre la excelencia, la reproducción de modelos y la competición”. Esta visión androcéntrica y competitiva de una actividad física basada en el deporte no ha beneficiado a la consideración e implantación de la Expresión Corporal en la Educación Física.

En el ámbito de la Educación Física la Expresión Corporal continúa siendo la gran desconocida, la menos aplicada y la menos apreciada. Vivimos en una sociedad de “culto al cuerpo”, donde éste ocupa un lugar importante y donde se ha implantado un estereotipo bastante definido.

Todas las circunstancias, problemas y características sobre la estética pueden y deben abordarse como contenidos de la Educación Física escolar. La Expresión Corporal trata de manera específica aspectos como el conocimiento, significado o valoración de la estética corporal y sus aplicaciones. Sobre las actuales concepciones sociales del cuerpo (Mateu, 1999) cita algunos de sus significados:

- Cuerpo sano y proporcionado.
- Cuerpo cotidiano, trabajador.
- Cuerpo eficaz.
- Cuerpo donde es posible la felicidad del individuo.
- Cuerpo trascendente, mediador.
- Etc...

La educación debe atender las necesidades de cada individuo desarrollando todas las posibilidades de expresión y comunicación a su alcance. Para ello debemos concienciarnos de las transformaciones sociales que se están produciendo en nuestro contexto y de los avances tecnológicos. Desde la escuela podemos atender, prevenir e incluso dar la respuesta a las manipulaciones sobre la concepción social del cuerpo que en ocasiones desemboca en estereotipos impuestos.

2. OBJETIVOS

A continuación veremos los objetivos que me planteo para este trabajo a nivel profesional, tanto dentro del aula como fuera.

OBJETIVOS:

- Dar respuesta al Real Decreto 26/2016, de 21 de julio que se basa en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el cual se regula la finalización del Grado en Educación Primaria y en mi caso con Mención en Educación Física.
- Hacer ver la importancia de la expresión corporal en el aula.
- Indagar en lo que aporta el cuerpo creativo a los niños tanto dentro como fuera del aula.
- Localizar el momento adecuado para trabajar la Expresión Corporal en el aula, a nivel general y a nivel particular, saber cuándo trabajar el cuerpo creativo.
- Conocer los beneficios que tiene la expresión corporal para los niños.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este apartado veremos la parte más teórica del trabajo. En primer lugar lo que haré será ir de lo general a lo particular, acabando por la profundización en el cuerpo creativo. En primer lugar trataré lo más general que será la expresión corporal, qué es y cómo la conciben diferentes autores, finalmente haré una conclusión propia sobre lo que he recabado sobre la expresión corporal.

En segundo lugar trataré tres temas importantes de la expresión corporal, más superficialmente el espacio y el tiempo y más en profundidad, el cuerpo, el cual definiré y veré la importancia que este tiene tanto en la vida, como en el aula. De esta manera podré acabar hablando sobre el cuerpo creativo, definiéndolo e indagando sobre él. Por último justificaré por qué introducir el cuerpo creativo en aulas de quinto y sexto de primaria justificándolo con el desarrollo motriz del niño.

EXPRESIÓN CORPORAL:

Basándome en el texto de la universidad de Huelva de Estefanía Castillo Viera y José Antonio Rebollo González, la expresión corporal ha sido analizada desde diferentes puntos de vista y por lo tanto definida de diferentes maneras pero con algunos puntos comunes, según diferentes autores podemos ver las diversas definiciones de expresión corporal:

Según Ortiz: los contenidos que se trabajan en educación física deben desarrollar el lenguaje corporal del alumnado, mediante técnicas que favorezcan revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento, es decir, expresar, reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, es decir, comunicar y analizar el valor estético y artístico del cuerpo.

En cambio Arteaga define expresión corporal como: “lenguaje que se convierte en materia educativa y se utiliza para el desarrollo potencial de la capacidad expresiva del ser humano, fomentando el conocimiento personal, la comunicación interpersonal y la exteriorización de los sentimientos internos del individuo, a través de gestos, posturas y

movimientos expresivos”.

Según Rueda podemos definir expresión corporal como: “Es el ámbito de conocimiento, como contenido de educación física que investiga y experimenta las posibilidades corporales y la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, y cuyo fin último es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo como eje globalizador e integrador es el nexo de unión entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. Su fin está en el propio proceso expresivo”.

También según el artículo: “Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación” de María de Jesús Blanco Vega, el cual aporta diferentes definiciones sobre diversos autores como:

Ossona (1985) quien define la expresión corporal como: “la posibilidad que tiene el ser de expresarse en su totalidad de forma espontánea, a nivel individual y que se comunica con los otros”.

Schinca (1988) que la define como: “ese camino que nos lleva a encontrarnos en un lenguaje propio. Esa ciencia que se origina en lo físico y que se une con los procesos internos de cada persona y que los regula por medio del lenguaje gestual creativo”.

Romero (1999) afirma que la expresión corporal genera el desarrollo motriz, la comunicación y la estética. Teniendo en cuenta que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son sus elementos básicos.

Aunque en el libro de María del Mar Ortiz Camacho “Expresión Corporal; Una propuesta didáctica para el profesorado de educación física” se da una definición más académica de lo que es Expresión, definiendo esta palabra según la Real Academia, así mismo, también en este libro se aportan definiciones de otros autores, como por ejemplo:

Schinca (1988) cree que esta disciplina exige un trabajo riguroso dirigido a la búsqueda

del lenguaje a través del cuerpo, en el que debe existir una “técnica” a partir de la cual surjan las herramientas que lo posibiliten.

En este libro se hace una síntesis de las definiciones de expresión corporal, cogiendo lo más significativo de cada autor, desde las definiciones más antiguas a las más actuales, viendo así la evolución del concepto, siendo esta:

Expresión corporal es el conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento para mostrar el aspecto más trascendente del cuerpo (Bozzini y Marrazo, 1975); encontrar lo más profundo y auténtico de nosotros mismos (Berge, 1985); expresar espontáneamente la totalidad del ser, individualmente o en comunicación con otros (Ossona, 1985); expresar emociones, sensaciones, sentimientos y pensamientos, así como manifestar el estilo de vida de cada individuo (Stokoe y Harf, 1987); manifestar y enriquecer la vida interior. El cuerpo actúa como puente entre la vida interior y el exterior a través de la expresión creativa y una amplia gama de lenguajes corporales (Sefchovich y Waisburd, 1992); descubrir y utilizar sus componentes expresivos desarrollando el lenguaje del cuerpo (Quintana, 1997); desarrollar la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética. Considera como elementos básicos de la misma, el cuerpo, el movimiento y el sentimiento (Romero-Martín, 1999).

En todas las definiciones podemos apreciar cómo se persigue el mismo objetivos que es potenciar las capacidades artísticas del alumnado, atendiendo al cuerpo y a las capacidades de expresión que este tiene; todo esto nos ayuda al conocimiento del propio cuerpo y a los alcances que este tiene, permitiéndonos así explorar las capacidades expresivas que tenemos, mediante gestos, posturas, acciones, etc...

En muchas de las definiciones se relaciona de manera muy cercana la expresión corporal con la creatividad de cada individuo, por ello, el tema de este trabajo está especialmente cerca de las definiciones de expresión corporal.

Para el trabajo del cuerpo creativo en el aula hay que tener en cuenta cómo se concibe en expresión corporal dos elementos muy importantes: el tiempo y el espacio.

La expresión corporal en el ámbito de la educación física, como se indica en el libro de María del Mar Ortiz Camacho “Expresión corporal, una propuesta didáctica para el profesorado de Educación física”, debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y el desarrollo del lenguaje corporal a través de diferentes técnicas que favorezcan:

Una de estas técnicas es revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento (sensaciones, emociones, sentimientos, pensamientos...) es decir, expresar. También es importante reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación (nos permite intercambiar mensajes), es decir, comunicar, así como analizar el valor estético y artístico del cuerpo (Ortiz, 2000)

EL ESPACIO:

Para que se produzca la expresión, comunicación y creatividad es necesario y requisito fundamental, que se dé un ambiente favorable de aceptación, comprensión, respeto y sinceridad (María del Mar Ortiz Camacho). En la creación de este espacio tiene especial importancia el espacio, los materiales y la música (Sierra, 1997).

Los niveles de ocupación espacial son los siguientes dependiendo de la zona del espacio en la cual se centra la atención, que son, absoluta si me agacho o me subo a algo o relativa si interacciono por debajo de las caderas o por encima de los hombros. También depende del nivel de ocupación espacial, pudiendo ser alto, el cual denota superioridad, autoconfianza y dominio; medio, que es un grado neutro, inexpresivo; y bajo, que denota inferioridad y falta de autoestima.

La construcción del plano desde lo corporal se da justamente en relación al cuerpo y no a la mirada externa. Es decir, si un narrador está de pie, está en plano alto, aunque no haya ningún dispositivo que lo "eleve" por encima del espectador.

Si hay un escenario alto y encima un taburete también alto y el narrador se sienta en ese taburete está en plano medio (debido a la relación que produce su cuerpo con respecto a

la superficie donde se apoya); por la misma razón, si hay un piano y el narrador se recuesta sobre su superficie estará en plano bajo.

Cambiando los puntos de apoyo, cambia la relación de fuerzas opuestas, cambia el equilibrio y se pasa de un plano a otro variando así la relación del cuerpo con el espacio parcial; construyendo nuevas formas, gestos y significados.

Algunos autores han definido el término de la siguiente manera:

Marta Schinca: El espacio no es sólo un elemento físico, es también un elemento afectivo o simbólico y un medio de relación. Cobra valor según su uso y vivencia. El tempo engloba tanto el ritmo interno como el externo. Se refiere al grado de rapidez o lentitud con que se manifiesta -dentro del tiempo en su acepción más amplia- una secuencia visual, sonora o de movimiento. El tempo es el resultado de un estado emocional y la pulsación básica que le da sustrato depende de ese estado. Así concebido se refiere no sólo a la velocidad sino a la pulsación que la origina a través de la carga emocional que conlleva."

Leonardo Riveiro: "el medio de relación, es el lugar donde el yo se expresa y donde se comunica con los otros. El espacio es un medio físico vivenciado por el propio cuerpo cuyos límites son los límites físicos reales"

Nos conectamos con el espacio a través del movimiento corporal, a través de la kinestesia.

Es importante tener conciencia del cuerpo, es decir, conciencia de lo que se vive, puesto que el cuerpo, energía y movimiento forman un todo. La calidad del movimiento depende del buen empleo de la energía contenida en el cuerpo.

Interrelacionar movimiento en el contexto tiempo-espacio le permite tener conciencia al alumno de lo que se vive con el propio cuerpo. Esta conciencia de lo que se vive con el propio cuerpo genera energía positiva, creadora que da lugar a la realimentación. La realimentación genera nuevos movimientos, nueva percepción espacio-tiempo y nuevos

contenidos no-verbales. Por todo esto el espacio debe ser adecuado para facilitar los movimientos, “si el espacio es muy pequeño e impide el movimiento vital no será adecuado, así como si es demasiado amplio puede resultar frío y disperso. El suelo debe permitir andar descalzo y debe estar ventilado” (Ortíz, 2002).

Que el alumno tenga el mayor número de comodidades para poder expresarse con facilidad es una de las prioridades, por eso “Hay que valorar la comodidad del alumno, que lleve ropa cómoda y adaptada, poder realizar actividades descalzos, que haya un buen ambiente para lograr el mejor placer en el movimiento; también hay que tener en cuenta la sala en la que realicemos las actividades, esta debe tener un ambiente cálido, iluminación variable a voluntad, temperatura idónea, que haya todo tipo de material, buena aireación, silencio y cierto aislamiento, etc.” (Varios, 1993)

La relación del espacio con el movimiento:

La dimensión espacial se puede sentir, percibir y explorar a través del movimiento corporal. La piel contiene, limita y proyecta. Especie de límite de unión y separación entre espacio interior y exterior; la piel hace posible la incesante y dinámica proyección hacia uno y otro ámbito espacial.

En primer lugar cabe hablar del espacio interior que encierra todo lo contenido desde la piel hacia adentro; es el ámbito de todo lo que ocurre en sus espacios vacíos y llenos, del volumen y las dimensiones lineales del cuerpo.

En segundo lugar también hablamos del espacio exterior se establece especialmente a través de la mirada. La mirada nos conecta con el espacio total, sus dimensiones. La voz que resuena en el interior del cuerpo es proyectada hacia un punto del espacio gracias al aporte de la mirada.

Saber mirar, da mayor precisión y fuerza a lo expresado. Se puebla el espacio vacío de líneas de fuerza viso-auditivas, de imágenes precisas.

En nuestro trabajo importa lograr un fuerte reconocimiento y ligazón del cuerpo con el

espacio Transitar las formas espaciales, los acercamientos y las distancias (proxemia) a través de resonancias, gestos y movimientos corporales (kinesis), formas y figuras (íconos).

El espacio se puede dividir en: espacio total, que a su vez lo podemos tratar desde la proyección yendo desde el espacio parcial hasta el espacio total a través de gestos, voz y miradas; también podemos tratarlo desde intervenciones a través de desplazamientos, eligiendo una dirección, un plano y un cambio rítmico y sucesivo de los puntos de apoyo para que así se origine el desplazamiento; y espacio parcial que es aquel que puedo recorrer con movimientos corporales sin cambiar mis puntos de apoyo. Direcciones: opuestas y complementarias: arriba-abajo; dentro-fuera; adelante-atrás; izquierda-derecha.

EL TIEMPO:

El tiempo es uno de los elementos más importantes que hace posible el movimiento, para realizar un buen trabajo de expresión corporal en Educación Primaria y concretamente en Educación Física.

Empezaré dando algunas de las definiciones de tiempo, que vendrán bien para saber cómo tratarlo en el aula y aprovecharlo al máximo:

- El tiempo es la duración que separa dos acontecimientos espaciales o percepciones sucesivos.
- El tiempo es el movimiento del espacio y se llega a captar tardíamente como duración del gesto y rapidez en la ejecución de movimientos que se dan a éste.
- Es la duración de la vivencia, del movimiento, de la relación, de la acción, la capacidad de trabajar con sucesiones de acciones le va a ir proporcionando control sobre el tiempo.

El tiempo se manifiesta en el ritmo y fija la secuencia en la que se desarrolla cada movimiento, por lo tanto manejar el tiempo desde el punto de vista creativo, supone conocer todos los elementos que lo constituyen.

El tiempo tiene dos tipos de estructuración: la estructuración métrica y la estructuración no métrica.

Analizándolo desde la estructuración métrica el tiempo se divide en pulsaciones (unidad básica de medida), el acento (énfasis de la energía), la medida (agrupación de las pulsaciones), el patrón rítmico (repetición de las medidas) y el tempo (rapidez o lentitud de la pulsación)

Analizándolo desde la estructuración no métrica lo podemos dividir en rápido, que es cuando el movimiento se ejecuta velozmente, si ocurre todo lo contrario, es decir, que el movimiento este ralentizado, sería tiempo lento; si el aumento de velocidad es progresivo, el tiempo es acelerado y si por el contrario es la disminución la que es progresiva es tiempo retardado.

Toma de conciencia del tiempo según César Dionicio Henríquez (2013):

El ritmo:

El tiempo engloba en sí al ritmo. Un mismo ritmo puede ser ejecutado mediante movimiento o sonido con tiempo lento o rápido.

El ritmo es un juego de contrastes: puede estar dado por contraste de intensidad, tono duración o timbre.

El fenómeno del ritmo es universal. La naturaleza entera está penetrada por ritmos y procesos donde nada se detiene, donde todo está en continua transformación y movimiento, donde existen ondas, vibraciones, pulsaciones, oscilaciones a niveles visibles o invisibles.

Rítmica corporal

Cuando el cuerpo crea movimientos, hace música muda. Si un solo movimiento tiene una duración, una intensidad, una forma de proyección es la visualización de una sonoridad percibida interiormente. Esta sonoridad puede no manifestarse pero el movimiento se corresponde con ella igualmente. Una secuencia de movimientos

participa de elementos musicales más complejos puesto que ya existe la sucesión, acentuación, inflexiones dinámicas y la plasticidad en el espacio.

El ritmo es un elemento de trabajo fundamental a nivel individual porque favorece el dominio, el control de la energía, de la dinámica, de la medida.

EL CUERPO:

El cuerpo es mucho más que una herramienta para cumplir con una determinada finalidad. El cuerpo es un *templo* que nos permite conectar con lo trascendente, de hecho nuestro propio cuerpo alberga lo trascendente. El cuerpo es el protagonista de toda una aventura alimentando nuestra conciencia. Por ello el trabajo sobre el cuerpo desde el punto de vista de la Expresión Corporal Consciente es una prioridad. (Francisco Abardía Colás, 2014)

El cuerpo es el sustento de cualquier conducta motriz; pero lo definimos como instrumento expresivo por una doble razón:

1ª, el cuerpo aun en ausencia de movimiento, es una fuente de información para el observador externo e incluso para el propio sujeto, que da idea de estados de ánimo, actitudes, procedencia, etc. Estamos hablando aquí de la posibilidad comunicativa tan enorme que tiene el cuerpo incluso involuntariamente.

2ª, es un instrumento para el alumno puesto que puede ser utilizado y estudiado como tal, para tareas de finalidad expresivo-comunicativa. Es por tanto un **recurso** para el alumno y para el propio profesor en su misión docente.

En este apartado pues estudiamos todas las posibilidades que ofrece el cuerpo a nivel expresivo-comunicativo y estético en ausencia de movimiento, "en parado", desde la doble vertiente de la intencionalidad (hacer estatuas estéticas) y la no intencionalidad (lectura de una actitud postural).

El cuerpo en expresión, se estudia como mínimo, desde tres enfoques:

a) Anatómico: A partir de un desglose anatómico, cada parte tiene una

funcionalidad y a su vez unas posibilidades expresivas y unos mensajes específicos. Este análisis segmentario enfocado a la percepción y control del propio cuerpo permite establecer una relación biunívoca con los contenidos de la Educación Física de Base: por un lado es fundamental conocer nuestro propio cuerpo para poder desarrollar con él actividades expresivas o de otro tipo y por otro gracias a tareas de expresión y comunicación podemos colaborar en el objetivo de conocimiento y control del propio cuerpo.

- b) Actitud postural: Estudio del mensaje emitido por una persona a partir de una postura adoptada espontáneamente (estudiada por la Kinésica).
- c) Iconografía (estatuas): Estudio de las posibilidades de "dibujar" el espacio con la postura adoptada voluntariamente. Este apartado está íntimamente relacionado con la función estética del movimiento

A través de la expresión corporal, se va a favorecer el proceso de aprendizaje y estructuración del esquema corporal, Bucher lo define como “El conjunto de sensaciones relativas al propio cuerpo en relación con las datos del mundo exterior”. No será hasta los 7-12 años, cuando los niños y niñas tengan un conocimiento completo de dicho esquema. Lo que les va a permitir elaborar mentalmente movimientos precisos, previos a su ejecución. Gracias al conocimiento que van adquiriendo sobre el esquema corporal, les va a ayudar a conocer cuál es su lateralidad. Le Boulch (1976) la define como el control motriz de uno de los segmentos corporales, bien sea el derecho o izquierdo.

Diferentes denominaciones de cuerpo (García y Bores,2006) como “cuerpo objeto”, “cuerpo mágico”, “cuerpo predictivo”, o “cuerpo instrumento” al de la interacción entre quiromante y consultor; “cuerpo problematizado”, “cuerpo reparado” o “cuerpo dolido” al del caso del masajista; “cuerpo afectivo”, “cuerpo emocional”, “cuerpo sensitivo” en el ejemplo de la madre y su hijo; “cuerpo social” o “cuerpo protocolario” al del intercambio entre ejecutivos; “cuerpo transformado”, “cuerpo imaginario” o “cuerpo lúdico” al de las manos como marionetas; “cuerpo agonista”, “cuerpo lúdico”, “cuerpo

máquina” o “cuerpo instrumento” en la situación del pulso de manos.

Entendemos que la capacidad expresivo-comunicativa del cuerpo es multidimensional. Este hecho, que en principio debía de ser fuente de riqueza en los procesos que buscan su desarrollo, puede convertirse en un lastre debido a la dispersión y la falta de rigor. Es la razón por la que insistimos tanto en aclarar esta idea de dimensión múltiple. Es necesario aclarar que, así como no todas las dimensiones consiguen el mismo grado de intensidad comunicativa en las interacciones, tampoco todas tienen la misma justificación para convertirse en ámbitos de experiencia de la Expresión Corporal en la Educación Física Escolar. Por ejemplo, el tercer, cuarto y quinto ejemplos definen, para nosotros, campos claros de comunicación corporal, y consideramos interesante que todos los escolares puedan pasar por experiencias en torno a ellos. Hemos etiquetado esos campos con las denominaciones: “cuerpo vivencial”, “cuerpo texto” y “cuerpo escénico”. Veamos qué identificamos como propio de cada una de estas dimensiones del proceso comunicativo. Se trata de un breve acercamiento a los términos, pues los contenidos que comprenden los concretamos en el siguiente apartado. (García y Bores, 2006)

Cuerpo vivencial.- Tomamos la palabra “vivencial” prestada de la “Educación Vivenciada” o “Psicomotricidad Relacional” planteada por A. Lapiere y B. Aucouturier (1974, 1977) dado el énfasis que estos autores plantean en algunas de sus propuestas sobre la globalidad del ser humano (integración de lo motriz, cognitiva, emocional...) y los significados más profundos de su comunicación. Queremos referirnos con esta denominación a los intercambios más profundos, aquellos cargados de sensaciones y sentimientos. Se recogerían bajo este título aquellas situaciones en las que el sujeto toma más conciencia de sí mismo (“cuerpo sentido”), de sus sensaciones emanadas de la exploración sobre su acción, el entorno o los otros (“cuerpo relacional”).

Cuerpo texto.- El término nos viene sugerido por los trabajos de J. Mascaró (1988). Intentamos que recoja aquella parte de nuestra expresividad construida socialmente y que nos permite comprender y emitir mensajes más claros en nuestras interacciones

cotidianas: los significados que emanan de nuestros gestos, posturas, ropa, etc.; los protocolos de interacción; los registros de comunicación; los acuerdos no verbales; etc. En definitiva, el contenido que reconocemos bajo este título es muy similar al que en la literatura específica se ha dado en llamar la comunicación no verbal.

Cuerpo escénico.- Sería el énfasis “transfigurativo” de la expresión (F. Frabboni, cit. por M.A. Zabalza, 1996) que pondría el acento en la recreación o invención de situaciones, historias, sensaciones... para provocar un efecto en un receptor del mensaje convertido en espectador. Sin duda, el “cuerpo escénico” precisa de un desarrollo del “cuerpo vivencial” para poder transmitir mensajes más rotundos, y se basa en muchos significados sociales (“cuerpo texto”) compartidos por actor y espectador.

El cuerpo se divide en dos tipos de segmentos, segmentos mayores (cabeza, torso, brazos y piernas) y segmentos menores (frente, ojos, boca, barbilla, hombros, pecho, espalda, pelvis, dedos, antebrazos, pie, pierna y muslo).

El cuerpo se puede dividir también en centros como por ejemplo: de la personalidad, de la expresión, de la fuerza, de la gravedad, contra centro de la gravedad, subcentro del matiz, subcentro del arraigo, subcentro del detalle; y en acciones, estas últimas se pueden dividir en acciones con desplazamiento (caminar, brincar, correr, gatear, saltar, reptar y resbalar) y sin desplazamiento (saltar, vibrar, girar, bajar, adoptar posturas). Las acciones sin desplazamiento se dividen a su vez en, funciones (soportar peso, recibir peso, estar libre de peso e iniciar el movimientos), movimientos básicos (flexión, extensión y rotación), formas (alargadas, anchas, redondeadas, angulosas y retorcidas) y posturas (abiertas/cerradas, adelante/atrás, tensas/relajadas, rectas y redondas).

El cuerpo en el espacio:

Como sólido rígido (estado ideal) el cuerpo ocupa un determinado volumen en el espacio, en principio invariable (kinesfera). Tiene una determinada masa, que sufre la acción gravitatoria (peso). Tiene una superficie de contacto con el suelo, que le confiere una situación de equilibrio.

El cuerpo en el aula:

Por lo general el cuerpo no era rescatado como un elemento pedagógico, pero lo corporal siempre está presente: es uno más de los lenguajes que se ponen en juego en el espacio del aula.

Sacado del artículo “El cuerpo en la escuela” del ministerio de educación

¿Cuál es el tipo de corporeidad que se produce hoy en la escuela?

Si bien es muy difícil contestar a esta pregunta, pareciera ser que en la actualidad la escuela y sus dispositivos han cedido a nuevas formas de control y regulación de los cuerpos. El viejo y pesado disciplinamiento corporal ha perdido vigencia. Ya no hay una preocupación tan fuerte por las posturas, los movimientos y los gestos rígidos o uniformes. Hace más de tres décadas que el dispositivo curricular no insiste con términos como "vigilancia", "orden", "control" y "corrección". Nuevos lexemas como "expresividad", "autopercepción" y "autoconocimiento" del cuerpo adquieren fuerza y legitimidad, por lo menos en el plano discursivo. Paralelamente, la obsesión por la higiene y la moral han perdido su lugar de privilegio sobre la administración y la regulación de los cuerpos. Si bien no han desaparecido los procesos de medicalización, otros saberes compiten por la producción de órdenes corporales en la escuela. Lo concreto es que el cuerpo sigue siendo uno de los objetos más preciados y requeridos en la trama escolar. Permanece como objeto de representación, producto de imaginarios, de fantasías y de fobias. Especialmente en relación con la identidad de género y con la identidad sexual. En este contexto, ¿cuáles son las situaciones escolares que abusan del cuerpo, lo maltratan y lo someten? Si bien toda generalización resulta peligrosa, podemos señalar a todas aquellas prácticas escolares en donde las relaciones de poder se convierten en estados de dominación. Y ¿cuándo hay estados de dominación? Básicamente cuando no hay prácticas de libertad. Vale decir, cuando se cierra todo un campo de posibilidades sobre las acciones de los sujetos o de los grupos sociales. En términos foucaultianos, "las relaciones de poder impregnan todo el comportamiento social, pero son móviles y permiten a los individuos estrategias de modificación; cuando

se obliteran estos mecanismos de reversibilidad y las relaciones se tornan fijas nos hallamos ante estados de dominación" (Foucault, 1984).

¿Se produce maltrato de los cuerpos en la escuela? Sacado también del artículo del ministerio de educación "El cuerpo en la escuela"

Veamos algunos ejemplos, en clave de género, donde los cuerpos escolares están imposibilitados de resistir y de generar situaciones móviles, dinámicas e inestables. Por ejemplo, el cuerpo en la escuela está dominado y maltratado cuando en una clase de cualquier asignatura escolar ciertos comportamientos corporales, ciertos gestos y actitudes, ciertos movimientos, ciertos desplazamientos y ciertos usos del cuerpo están inscriptos como un deber ser para cada género. Moverse como varón, vestirse como mujer, hablar como varón, sentir como mujer se convierten en regularidades corporales que deben cumplir –y que han aprendido a cumplir– los y las estudiantes configurando cuerpos masculinos y femeninos, contribuyendo al mantenimiento de un cierto orden sexual jerarquizado. De esta manera, se conservan ciertas relaciones de dominación, ciertos derechos y ciertos privilegios cuyo punto de ataque primario es el cuerpo y su fin la esencialización del mismo. Posiblemente, el análisis del uso del cuerpo en el espacio sea otro modo de identificar formas de sujeción y de maltrato hacia los cuerpos. Por ejemplo, es muy común observar regularmente, en las escuelas mixtas, que durante los recreos la mayoría de los varones tiende a ocupar los espacios más amplios y centrales, en tanto que la mayoría de las mujeres –y también algunos varones– utilizan espacios reducidos y marginales. Esto incide en las actividades corporales separando, jerarquizando, incluyendo, excluyendo y reforzando estereotipos naturalizados como el de la pasividad, el de intimidad, el de protección y el de encapsulamiento en las niñas. La utilización, proporcionalmente menor del espacio por parte de las niñas contribuye a estimular en ellas la idea de protección de sus cuerpos y la idea de que deben permanecer encapsuladas en el espacio personal. En sentido opuesto, la utilización casi monopólica del espacio por parte de la mayoría de los varones reafirma y reproduce los tradicionales estereotipos masculinos: ser fuerte, ser valiente y, sobre todo, estar en control de la situación. En este caso, los usos corporales de niños y niñas muestran no

sólo una arbitraria asignación de cualidades sino, fundamentalmente, la existencia de ciertas relaciones de poder marcadamente desiguales. Dichas relaciones de poder, al no ser móviles y al no permitir a la mayoría de las niñas –y a ciertos niños– estrategias de modificación, se cristalizan y se fijan dando por resultado estados de dominación. Por supuesto, hay estudiantes que rechazan esta lógica del uso del cuerpo en el espacio pero, generalmente, este rechazo los margina del escenario escolar donde se ejercen las mayores cuotas de poder y de prestigio. Otras formas de maltrato corporal se producen cuando aparecen designaciones humillantes a aquellos/as que intentan romper con los guiones de género tradicionales. Un varón al que le gusta mucho la literatura o que no participa en ninguna práctica deportiva escolar o extraescolar, generalmente es tildado de "rarito", "mariquita" o poco masculino. Una niña a la que le gustan las asignaturas escolares vinculadas a la ingeniería, la mecánica o la construcción, generalmente es tildada de "rarita", "machona" o poco femenina. En este sentido, siguiendo a Butler, el lenguaje no sólo designa sino que construye la materialidad de los cuerpos ya que no es posible referirse a un cuerpo que simplemente está allí, pues el lenguaje referencial es siempre y en cierto grado performativo (Butler, 2002). Muchos de los guiones de género hegemónicos terminan convirtiéndose en una pesada carga "corporal", a tal punto que algunos varones prefieren desaprobar una materia antes que ver peligrar su integridad masculina frente a la siempre atenta mirada de otros varones. Para ciertos grupos juveniles, la dedicación de muchas horas al estudio, la aceptación de las reglas de convivencia escolar, la "excesiva emotividad" entre pares o la aprobación de todas las materias con muy buenas notas son sinónimo de afeminamiento y de pérdida de virilidad (Connell, 2001). Por supuesto que todo ello tiene un costo. Como señala Kaufman, el precio de adquirir la masculinidad hegemónica tradicional es muy alto ya que suprime un conjunto variado de sensaciones y emociones ligadas al placer de cuidar a otros/as, a la receptividad, a la empatía o a la compasión (Kaufman, 1997). La escuela podría –y debería– potenciar otro tipo de "emocionalidad masculina", diferente a la tradicional, en la que prevalezca, por ejemplo, "la ética del cuidado hacia los otros/as" (Barragán Medero, 2004). También hay maltrato corporal cuando se oculta información sobre el cuerpo, cuando no se cuestionan los criterios de belleza que conducen a la

bulimia o a la anorexia (Toro, 1996), cuando se construyen deliberadamente "estados de ignorancia" en relación con el cuerpo, el placer y el deseo, cuando no se discuten desde diferentes perspectivas el embarazo, la maternidad y la paternidad, cuando se omite problematizar cuestiones vinculadas a la prostitución infantil, cuando la agresión verbal, las burlas o la intimidación se aceptan como formas naturales de comunicación, cuando no se combaten las actitudes homofóbicas, cuando se estimula el respeto o la tolerancia a la identidad homosexual dejando intactas las categorías por las cuales la homosexualidad ha sido definida histórica y socialmente como una forma anormal de sexualidad (heterosexualidad tolerante y homosexual tolerado), o cuando la sexualidad es tratada tan sólo como una cuestión de información correcta o errada, en general ligada a aspectos biológicos y reproductivos (Silva, 2001). Estos ejemplos, que se producen con mayor o menor intensidad, tienen como cuestión central la negativización de la diferencia –en este caso corporal y sexual– como punto de apoyo y de legitimación de escenarios de desigualdad y de maltrato corporal. Un maltrato que es más simbólico que físico, más corporal que somático pero fuertemente eficaz. Por supuesto que también hay prácticas escolares que cuestionan este orden corporal generalizado. Hay alumnos/as, maestros/as y profesores/as que resisten y se rebelan frente a ciertos discursos que naturalizan las diferencias corporales y sexuales. Quizá la existencia de estos espacios aparezca como la mayor oportunidad para que la escuela –junto con otras instituciones pregone escenarios de igualdad y de respeto a la diferencia.

EL CUERPO CREATIVO:

Según Abardía (2017) los estudiantes a partir de su capacidad imaginativa producirán algo que antes no existía, construyendo situaciones y buscando nuevas aplicaciones a objetos materiales. El centro de interés será el pensamiento lateral.

Para el trabajo del cuerpo creativo se deben tener unos conocimientos previos: los estudiantes escriben sobre la importancia que tiene para ellos: la creatividad, la capacidad para utilizar las diferentes partes del cuerpo de una forma expresiva, explorar y manipular objetos, orientarse en el espacio, desplazarse de formas creativas, seguir

con el cuerpo el ritmo, bailar a partir de diferentes estilos musicales, etc.

- Qué es la creatividad corporal.
- Cuál es nuestra capacidad creativa en el uso de diferentes partes del cuerpo (uso de las manos, posición del cuerpo).
- Cuál es nuestra capacidad expresiva del cuerpo.
- Cuál es nuestra capacidad en el manejo de los objetos.
- Cuál es nuestra capacidad para utilizar el espacio y adaptarnos al tiempo de forma creativa.
- Cuál es nuestra capacidad para (bailar) reproducir ritmos a través del cuerpo

Vistos los conocimientos previos, debe haber también unos conocimientos, que a través de las actividades que propongamos, se desarrollen, es decir, los conocimientos a desarrollar: Desarrollar diversos aspectos teóricos y prácticos relacionados con la creatividad (capacidad inventar y producir cualquier movimiento o gesto corporal de forma original y diferente), el pensamiento lateral (es la creatividad dedicada a cambiar ideas, percepciones y conceptos vinculados a la actividad expresiva corporal), la expresión corporal creativa (posibilidad que ofrece al cuerpo de elaborar de forma expresiva, que cobran significación por sí mismas), la improvisación corporal (utilizar de forma espontánea del cuerpo desde la intuición y sin ningún tipo de preparación previa), la manipulación de objetos de forma creativa (explorar las posibilidades de uso del material de forma creativa), la utilización creativa del cuerpo del espacio y del tiempo (ocupación del espacio con trayectorias, orientaciones, distancias a través del movimiento con diferentes partes del cuerpo siguiendo diferentes ritmo) y el ritmo creativo (capacidad para reproducir e improvisar a partir del movimiento diferentes estructuras rítmicas).

Para Bernabeu y Goldstein (2009) existen cuatro fases del pensamiento creativo, que son las siguientes: La primera consiste en la preparación o delimitación del problema, en el que se llevará a cabo un análisis de la situación. En esta fase, la persona comienza

a buscar soluciones y a probar diferentes posibilidades. Posteriormente, se pasa a la fase de incubación, en la cual el sujeto interioriza el problema y, de forma inconsciente va generando una serie de ideas, que poco a poco se van ordenando. En esta etapa los niños/as pueden sentir una gran tensión emocional ante la incertidumbre de si alcanzarán o no el reto. A continuación, se pasa a la fase de iluminación, en este momento surge la solución de 21 improvisado y, a partir de este instante todo comienza a relacionarse y a tener sentido. Finalmente, vendría la verificación, es decir, donde se analizan y evalúan la solución o soluciones tomadas. Dentro de la expresión corporal y el cuerpo creativo, estas fases van a tener un tiempo muy reducido de ejecución, ya que al trabajar con el cuerpo las respuestas tienen que ser más inmediatas, por lo que no hay un excesivo tiempo para poder representar las acciones motrices deseadas. Pero en el caso de los niños y niñas la capacidad de creativa va a ser mayor, ya que no tienen tantos prejuicios, miedos etc. Dentro del proceso creativo y aprovechando el trabajo de Marina (2001) destacó que existen una serie de facilitadores e inhibidores de la creatividad. Los facilitadores son el juego y el planteamiento divergente; y los inhibidores serían una excesiva búsqueda del éxito; prohibir las preguntas; ser intolerante hacia el comportamiento lúdico; tener prejuicios frente a la creatividad; control del tiempo; miedo al fracaso; educación autoritaria; conformismo e influencia de los compañeros. Como docentes que somos, hemos de conocer la importancia de potenciar los primeros y buscar soluciones a los segundos.

Hablar del cuerpo creativo nos lleva a hablar de las emociones:

“Ser conscientes de que nuestro estado de ánimo influye directamente a nivel fisiológico en nuestra forma de percibir la realidad” (Stefanucci, Jeanine K. 2011). “Trabajar desde la perspectiva emocional implica entender la relación que guarda la energía que cada emoción genera y cómo esta se materializa en el propio cuerpo” (Rossberg-Gempton y Poole, G. 1992).

Cuando proponemos un camino de Autoconocimiento a través de la Expresión Corporal Consciente nos planteamos establecer la conexión corporal-gestual con el mundo de las

emociones. De ahí que la visualización a través de los estímulos acústicos que las músicas especiales nos ofrecen es un factor determinante para desarrollar una expresión libre e íntima desde la gestualidad llega a cobrar una dimensión más profunda aprovechando todo su potencial introspectivo gracias a la relación que guarda con las emociones expresadas (Adelmann y Zanjonc, 1989).

Lograr un estado de libertad donde la Expresividad tenga todo el protagonismo permitirá soltar y canalizar las emociones aprendiendo del propio proceso. Conseguir este fluir interior beneficia a la persona ya que progresivamente se podrán ir disolviendo los bloques psico-físicos que la inhibición de las emociones suele provocar en los seres humanos (Gross, 1997).

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

En este apartado presentaré la propuesta de intervención que llevaré a cabo en los cursos correspondientes al tercer ciclo de primaria (5º y 6º), cuyo principal objetivo es introducir la Expresión Corporal en el aula y que esta sea valorada por los alumnos, obteniendo de ella los conocimientos que tienen los niños sobre este tema que forma parte de los contenidos de Educación Física, así como los conocimientos que tienen los docentes sobre cómo introducir la Expresión Corporal en el aula, no solo de manera puntual.

UNIDAD DIDÁCTICA: “Me conozco, me conoces”

Justificación:

La idea de llevar esta unidad didáctica al aula, es acercar la Expresión Corporal al aula, que los niños la conozcan y sepan los beneficios que tiene para ellos, así como su valor tanto en el aula como en la vida.

Es por esto que el principal objetivo de esta unidad es que los niños conozcan su cuerpo, sus límites y se den a conocer a los demás, conociendo también al resto de sus compañeros.

Temporalización:

Esta unidad didáctica se llevará a cabo las primeras dos semanas del mes de Abril. Va dirigida a alumnos de 5º y 6º de primaria. Esta unidad didáctica está localizada curricularmente en el bloque 5 de contenidos: “Actividades físicas artístico-expresivas”

Objetivos:

- Ser capaz de inventar y producir cualquier movimiento o gesto corporal de forma original y diferente.
- Tener la capacidad creativa dedicada a cambiar ideas, percepciones y conceptos vinculados a la actividad creativa corporal.

- Tener conciencia de las posibilidades que ofrece el cuerpo de elaborar de forma expresiva, que cobran significado por ellas mismas.
- Utilizar de forma espontánea el cuerpo desde la intuición y sin ningún tipo de preparación previa.
- Saber explorar las posibilidades de uso del material de forma creativa.
- Utilizar de forma creativa el cuerpo, el espacio y el tiempo.
- Reproducir e improvisar a partir del movimiento diferentes estructuras rítmicas.

Contenidos:

- Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Elaboración y participación en bailes y coreografías clásicas y modernas.
- Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad.
- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal con reconocimiento y aceptación del contenido comunicativo. Utilización de diferentes técnicas expresivas.
- Utilización de objetos y materiales en dramatizaciones y en la construcción de escenarios.

Metodología:

Las principales metodologías que se usarán son las que implican cognoscitivamente al alumnado, que son aquellas que plantean situaciones de enseñanza que obligan al alumno/a a buscar soluciones, a resolver problemas mediante la indagación y la investigación, como por ejemplo, el descubrimiento guiado y la resolución de problemas. También se utilizarán estilos de enseñanza que promuevan la creatividad del alumnado, que como dice Torrance (1976), “las características esenciales de este tipo de estilos son el carácter incompleto y abierto de las experiencias de aprendizaje, el papel activo y espontáneo de la exploración y la oportunidad de hacer preguntas.” Tomarán importancia metodologías de enseñanza recíproca, en las que el alumno pasa a ser

profesor y es observador y corrector, aunque el profesor decida los ejercicios que se van a realizar a lo largo de la sesión. Por último se llevarán a cabo metodologías de descubrimiento guiado, en el que el profesor propondrá actividades para que el alumno descubra cómo puede resolverlas y hasta dónde puede llegar con su cuerpo.

Las sesiones se dividirán en tres partes:

- La primera será el momento de encuentro, en el que se saludará a los alumnos y se tendrá un momento para recuperar los conocimientos adquiridos en otras sesiones y se presentará la sesión que se va a realizar. En el caso por ejemplo de la primera sesión esta primera parte se usará para la presentación de la unidad y para conocer los conocimientos previos del alumnado.
- La segunda que será el momento de desarrollo, en el que se realizarán todas las actividades planteadas para la sesión, teniendo en cuenta los momentos de reflexión.
- Por último tendrá lugar el momento de despedida, en el cual recabaremos todos los conocimientos adquiridos en la sesión, reflexionando sobre cada uno de ellos y fijando los aprendizajes adquiridos.

Materiales:

Para esta unidad didáctica se usarán materiales disponibles en el centro, pero sobre todo se utilizará el cuerpo y la imaginación.

Los materiales que se prevé que se usarán son:

- Balones, para la actividad “el balón de los gestos” y “transmite como puedas”, el balón será de gomaespuma, ya que así evitamos que éste se asocie con algún deporte y condicione algunos de los gestos o sonidos a realizar.
- Papeles, que serán previamente preparados por el profesor, estos se usarán para la actividad “cada oveja con su pareja”, en estos papeles se escribirá una profesión y cada alumno tendrá su papel.
- Aros, estos se utilizarán para la actividad “¿dónde estoy?” y “transmite como

puedas”, el tamaño no es relevante, pero es importante que estén en buen estado para prevenir caídas.

- Dados de papel, que realizará previamente el profesor, estos se usarán para la actividad “¿qué hago?”, en ellos aparecerán los sentimientos y las profesiones necesarios para la sesión.
- Equipo de música, se usará para todos los calentamientos y para la actividad “nos vamos de boda”, es importante que esté en buen estado para que el sonido sea claro y pueda oírse perfectamente en función del espacio.
- Todo el material disponible en el almacén, que se usará para la actividad “nada es como lo ves”, el material debe estar en perfecto estado y si no lo estuviera evitar la elección de ese material porque puede ser perjudicial y limitar la imaginación.
- Conos, que serán usados para la actividad “transmite como puedas”, se verán los diferentes tipos de conos y los alumnos escogerán cuál es el que más se ajusta a su representación.
- Picas, usadas para la actividad “transmite como puedas”, las picas serán de plástico y pueden ser de diferentes tamaños para enriquecer la representación.
- Pañuelos, que se usarán para la actividad “transmite como puedas”, serán de diferentes tamaños para enriquecer también la representación.
- Pelotas sonoras, para la actividad “transmite como puedas”, es importante que el estado de las pelotas sea muy bueno, ya que podría ser un elemento muy útil para las performance.

Sesiones:

Sesión 1:

1. Momento de encuentro: En esta primera sesión lo que haré en este primer momento es hacer unas preguntas en las cuales podré ver los conocimientos previos de los alumnos. (Esto tendrá una duración aproximada de 10 minutos).
 - Preguntas previas:
 - a) ¿Qué entendéis por Expresión Corporal?
 - b) ¿Habéis hecho Expresión Corporal anteriormente? Si es que sí, ¿Fue dentro o fuera del aula?
 - c) ¿Es importante realizar Expresión Corporal en Educación Física? ¿Por qué sí o por qué no?

2. Momento de desarrollo: En este momento se realizarán varias actividades, que serán: (duración aproximada de este momento: 40-45 minutos)
 - En primer lugar se realizará un calentamiento musical (en cada sesión se pondrá un tipo de música): en esta primera sesión el calentamiento será guiado por el profesor, en las demás sesiones no. (Duración aproximada entre 4 y 6 minutos)
Música → Rock and Roll (Led Zepellin)
 - El balón de los gestos” → duración aproximada 15 minutos, de los cuales 3-4 minutos irán destinados a la explicación de la actividad.

Se dividirá la clase en dos grupos. Cada grupo se tendrá que colocar en círculo y se le proporcionará un balón (a cada grupo). El alumno que tenga el balón deberá hacer un movimiento con el balón acompañarlo de un sonido. El alumno al que le pasen el balón deberá realizar el sonido y el gesto de su compañero anterior y realizar él uno propio con su correspondiente sonido.

Contenido conceptual:

Los gestos y sonidos improvisados se caracterizan por expresiones onomatopéyicas breves y movimientos corporales fugaces.

Objetivo:

Ser capaces de recurrir tanto a las expresiones del cuerpo como de la voz frente a situaciones rápidas o inesperadas.

- “Cada oveja con su pareja” → duración aproximada 20 minutos de los cuales 5 servirán para explicar detalladamente la actividad.

Se asignará a cada dos alumnos una profesión aleatoriamente. Una vez hecho esto, cada persona tendrá que ir gestualizando y emitiendo sonidos de la profesión que le ha tocado para encontrarse con su pareja. Panadero, policía, bombero, taxista, médico, camarero, profesor, mago, piloto de avión, tenista, bailarín...

Contenido conceptual:

Todas las profesiones tienen algún sonido o movimiento que les caracteriza, como la representación de la sirena de una ambulancia o el gesto de un camarero llevando una bandeja.

Objetivo:

Adquirir la habilidad necesaria para representar, tanto corporal como onomatopéyicamente, la esencia de profesiones cotidianas.

3. Momento de despedida: En este momento con una duración de 7 minutos aproximadamente, comentaremos los aprendizajes que se han obtenido en la sesión y los sentimientos que cada alumno ha tenido; esto lo recogerán en un cuaderno, en el que tendrán todos los aprendizajes y sentimientos de cada sesión.

Sesión 2:

1. Momento de encuentro: En este momento de una duración aproximada de 5 a 7 minutos, recuperaremos lo aprendido en la sesión anterior, pero sobre todo las sensaciones presentes en la sesión anterior, con ello encauzaremos los aprendizajes de esta sesión, haciendo un resumen de lo que haremos en ella.
2. Momento de desarrollo: en este momento se desarrollarán las actividades de la

sesión con una duración aproximada de 35 minutos)

- Primero realizaremos un calentamiento con música pop lenta, no será guiado por el profesor y en él veremos la diferencia entre las energías del calentamiento de la primera sesión con una música más energética y las energías de este con una música menos energética. (Canción → Hello, Adele)
- ¿Dónde estoy? (Duración aproximada 15 minutos, de los cuales entre 3 y 5 serán para la explicación de la actividad)

Dividiremos a la clase por grupos y le daremos dos aros a cada uno. A partir de ahí, un miembro del grupo se colocará en un aro y deberá representar corporalmente una acción cotidiana que se suele realizar en una de las partes de la casa: garaje, cocina, terraza, salón, baño, habitación, recibidor, pasillo, trastero... sus compañeros de grupo deberán intentar adivinar qué zona es. Si aciertan, avanza al segundo aro y representa otra más.

Contenido conceptual:

En las diferentes zonas de un hogar se desarrollan una gran cantidad de acciones cotidianas, las cuales pueden representarse recurriendo a los diferentes elementos expresivos de nuestro cuerpo.

Objetivo:

Tener la creatividad y expresividad necesarias para trasladar esas situaciones cotidianas a nuestro cuerpo y ser capaces de exteriorizarlas.

- ¿Qué hago? (duración aproximada 20 minutos, de ellos, 3 para explicar la actividad)

Se harán varios grupos dependiendo del número de alumnos, en este caso hay 25 alumnos por clase, por lo que se harán 5 grupos de 5. Habrá dos dados para cada grupo, uno con diferentes profesiones (panadero, profesor, médico, agricultor, camarero y barrendero) y otro con sentimientos (Alegría, tristeza, aburrimiento, tensión, enfado y miedo). Cada uno tirará los dos dados por turnos y tendrán que realizar la representación de lo que les haya tocado como ellos crean que deben hacerla y los

demás adivinaran tanto la profesión, como el sentimiento que transmite.

Contenido conceptual:

Las diferentes profesiones pueden representarse con diferentes sentimientos y transmitir diferentes sensaciones con cada sentimiento.

Objetivo:

Tener la capacidad expresiva para representar una profesión con diferentes emociones; y a su vez saber transmitir los sentimientos a los demás.

3. Momento de despedida: en este momento con una duración aproximada de 7 minutos, reflexionaremos sobre la sesión y la compararemos con la primera sesión, recogiendo finalmente los aprendizajes de las dos sesiones en su cuaderno personal.

Sesión 3:

1. Momento de encuentro: Haremos en este momento, una pequeña reflexión sobre la clase anterior y sobre las emociones que hemos expresado, las dificultades que hemos visto en la expresión de estas, habiendo ya hecho una reflexión y una conclusión en la clase anterior. (Duración aproximada 7 minutos)
2. Momento de desarrollo:
 - Realizaremos un calentamiento con música tribal (<https://www.youtube.com/watch?v=0ihnvfisfTE>) y con ello veremos la diferencia entre las energías de esta música y las anteriores. (Duración 5 minutos)
 - “Nos vamos de boda” (Durará aproximadamente 20 minutos, de los cuales 5 para explicar la actividad).

Dividimos la clase en tres grupos, y en un primer momento se sortearán tres tipos de canciones, una de rap (Porta, cree en ti), una flamenca (Tirititran, Camarón de la Isla) y otra de rock (living on a prayer, Bon Jovi). El sorteo se realizará mediante un triple piedra-papel-tijera y antes de escuchar la canción que les corresponde, se les pedirá que piensen cómo preparar una performance con el tema de una boda. Cada grupo deberá

representar esa situación en función del tipo de música que le haya tocado.

Contenido conceptual:

El hip hop se representa mediante movimientos cortados e intensos de los brazos, mientras que a su vez las rodillas acompañan el avance del cuerpo ejerciendo un movimiento similar al de un muelle.

La música flamenca puede expresarse mediante movimientos elegantes, suaves y fluidos de todas las partes del cuerpo.

En el rock reina el descontrol y la agresividad de los movimientos bruscos y pendulantes, protagonizados principalmente por la cabeza y el tronco superior.

Objetivo:

Tener la capacidad de improvisar expresivamente frente a diferentes canciones y adaptar ese rol a cualquier situación.

- “Cuéntame un cuento” (Durará aproximadamente 25 minutos de los cuales 5 serán para explicar la actividad)

Se dividirá la clase en 5 grupos de 5, cada grupo tirará el dado de los sentimientos usado en anteriores sesiones, de él obtendrá un sentimiento (Alegría, tristeza, aburrimiento, miedo, enfado y tensión) y escogerán un papel en el que habrá diferentes situaciones, con la que les toque tendrán que crear una breve historia para presentársela a sus compañeros, en la historia tendrá que estar presente en todo momento el sentimiento obtenido en el dado, las situaciones serán: una boda, una guerra, un partido de fútbol, una fiesta de cumpleaños y un concierto).

Contenido conceptual:

Las situaciones llevan consigo unas emociones que podemos cambiar para ver dichas situaciones de otra manera, por ejemplo una boda lleva unas emociones de alegría, emoción y satisfacción; pero si lo hacemos desde la tristeza la situación transmite unas

sensaciones diferentes.

Objetivo:

Saber adaptar las diferentes situaciones a las emociones dadas aunque no sean las propias de la situación.

3. Momento de despedida: En este momento realizaremos la reflexión propia de la sesión, viendo sobre todo las sensaciones vividas representando las diferentes situaciones ligadas a las diferentes emociones. Estas reflexiones las recogerán en su cuaderno, junto con el resto de reflexiones.

Sesión 4:

1. Momento de encuentro: En este momento haremos un pequeño repaso sobre todo lo aprendido hasta el momento y sobre las sensaciones halladas en cada ejercicio, después de haber reflexionado en cada sesión sobre cada uno de ellos. (Duración aproximada 5 minutos)
2. Momento de desarrollo:
 - Primero realizaremos un calentamiento con música clásica, para ver sobre todo la diferencia entre las energías de la sesión anterior con un tipo de música más fuerte y está (Canción→ los primeros 5 minutos de Nocturnes de Chopin). (Duración 5 minutos)
 - “Nada es como lo ves”:

La clase se dividirá en dos grupos de 12 alumnos. Individualmente cada niño escogerá el material que él quiera; con ese material tendrá que pensar una acción, pero el material no puede ser lo que es, por ejemplo yo cojo una pica y hago como que es una escoba, realizo la acción de que estoy barriendo y todos los compañeros de mi grupo tendrán que saber en qué se convirtió mi material. (Duración aproximada 15 minutos)

Contenido conceptual:

Cualquier objeto nos ayuda a transmitir, aunque no sea habitual para lo que queremos transmitir. Un cono puede ser mi sombrero y puede transmitir seguridad.

Objetivo:

Conseguir ver más allá de los materiales que normalmente usamos para otras actividades.

- “Transmite como puedas”:

Se dividirá la clase en grupos de 6 o 7; a cada grupo se le darán unos materiales:

- Al grupo 1 se le dará → un aro, un balón, un cono, un pañuelo y una pica.
- Al grupo 2 se le dará → dos pañuelos, una pica, dos pelotas de gomaespuma.
- Al grupo 3 se le dará → una pelota con cascabel, dos conos y dos picas.

Con los materiales que se les proporciona cada grupo tendrá que realizar una representación en torno a una emoción, las cuales serán: Amor, celos, depresión, paciencia, rechazo, ternura y timidez (estas serán escogidas al azar mediante papeles). Las representaciones se presentarán a la clase y tendrán que intentar saber cuál era la emoción que predomina en la historia. (Duración aproximada 25-30 minutos)

Contenido conceptual:

La imaginación nos ayuda a trabajar con materiales cotidianos, utilizándolos para acciones para las que no los solemos usar.

Los celos o el rechazo se representan con movimientos más rápidos y bruscos; en cambio el amor y la paciencia con movimientos más suaves y armónicos.

Objetivo:

Tener la capacidad de imaginar las posibles representaciones con objetos cotidianos.

3. Momento de despedida: En ese momento, como en cada sesión, haremos una pequeña reflexión sobre las actividades, que escribirán en su cuaderno, respondiendo a las siguientes preguntas: (Duración aproximada 10 minutos)
 - ¿Qué has sentido realizando las actividades?
 - ¿Qué dificultades has tenido?
 - ¿Qué has aprendido de cada actividad?
 - ¿Cambiarías algo de la sesión?

Sesión 5:

1. Momento de encuentro: En este momento realizaremos una introducción a la sesión y una pequeña reflexión previa sobre lo que creen que serán las actividades y los sentimientos que creen que tendrán. (Duración aproximada 5 minutos).
2. Momento de desarrollo:
 - Primero realizaremos un calentamiento con música folklórica y como en las anteriores sesiones, veremos las diferentes energías presentes (música → los primeros 5 minutos de “música folclórica ecuatoriana). (Duración 5 minutos)
 - “Somos coreógrafos”:

Dividiremos la clase en grupos de tres inicialmente, tendrán que crear una coreografía entre los tres, con el ritmo y los gestos que ellos quieran. Esto se presentará a sus compañeros. Posteriormente se aumentarán los grupos de personas a 6 alumnos por grupo y deberán hacer lo mismo; luego 8 integrantes por grupo y así hasta realizar una gran performance de toda la clase. (Duración aproximada 40 minutos).

Contenido conceptual:

La elección de diferentes gestos y sonidos da diferentes sentidos a mis representaciones. Los gestos más bruscos y rápidos indican fuerza y energía; en cambio los gestos más lentos y suaves indican tristeza o tranquilidad.

Objetivo:

Crear una performance grupal, en armonía con mis compañeros a través de diferentes gestos y sonidos.

3. Momento de despedida: En este momento realizaremos las reflexiones sobre la sesión, que se escribirán en su cuaderno, centrándonos en este caso en cómo se han sentido con el trabajo en gran grupo, cómo han cooperado y si han tenido mayor o menor dificultad que trabajando en grupos pequeños. (Duración aproximada 7 minutos).

Sesión 6:

1. Momento de encuentro: Realizaremos un recorrido por toda la unidad didáctica, recordando las actividades y las emociones trabajadas, veremos los conocimientos aprendidos, para enfocarlo todo a la última sesión. (Duración aproximada 5 minutos)
2. Momento de desarrollo:
 - Primero realizaremos un calentamiento con música Rap (Porta “tetris rap”) y compararemos al final de la sesión la variedad de músicas y las energías presentes. (Duración 5 minutos)
 - “Cuentacuentos”:

Dividiremos la clase en dos grandes grupos de 12 personas, cada grupo tendrá un cuento, cada persona tendrá un papel en ese cuento, el cual tendrá una emoción que solo la persona sabrá y tendrá que realizar su papel con esa emoción, puede que las emociones no concuerden con las de las demás personas y tendrán que realizar el cuento metidos en el papel con esa emoción. El cuento se presentará a la clase. (Duración aproximada 35-40 minutos)

Contenido conceptual:

Las diferentes emociones pueden cambiar el punto de vista de un papel que tenemos que representar. Por ejemplo si yo estoy en una fiesta de cumpleaños y me toca repartir los regalos triste, se verá en lo gestos, la actitud corporal y en las expresiones faciales.

Objetivo:

Saber adaptarse a las diferentes dificultades que puede suponer representar un papel que no concuerda con el cuento.

3. Momento de despedida: En este momento les daré una ficha de autoevaluación con los diferentes criterios de evaluación, será la misma que tiene el profesor para evaluarlos para poder ver las diferencias entre lo que ellos piensan que han cumplido y lo que el profesor observa que han conseguido. (Duración aproximada 10 minutos).

Evaluación:

La evaluación de esta unidad se realizará en tres partes:

- Una evaluación inicial, que será por observación, a través de las preguntas iniciales del anexo 1, en este momento se valorará:
 1. Si las respuestas son correctas o no.
 2. La participación.
- Autoevaluación por parte de los alumnos, los cuales tendrán una ficha para cuando trabajen en grupo, en la que aparecerán 14 ítems que tendrán que reconocer y ver si cumplen.
- Evaluación de cada sesión por parte del profesor, que tendrá la misma hoja, con los mismos ítems que la de los alumnos y mediante observación irá anotando lo más destacado de cada grupo.
- Evaluación final en la que el profesor recogerá todas las anotaciones y en una tabla con los objetivos de la unidad pondrá una nota numérica a cada alumno, con las anotaciones de mejora o de felicitación necesarias.
- También se usará como método de evaluación las reflexiones recogidas en su cuaderno después de cada sesión, con esto queremos ver la evolución de los niños respecto a la expresión, como se han ido viendo y los aspectos que han notado que han ido mejorado.

Criterios de evaluación:

- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
- Valorar, aceptar y representar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.

Estándares de aprendizaje:

- Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.
- Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o en grupos.
- Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
- Respetar la diversidad de las realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de clase.
- Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de las nuevas habilidades.

5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA

En esta parte del trabajo veremos las reflexiones obtenidas después de llevar a cabo la Unidad Didáctica, tanto las que se han dado en aula, como las más generales que pueden extenderse a más ámbitos fuera del aula. Para obtener estas reflexiones he realizado un proceso de observación y recogida de datos, en muchos casos a nivel grupal, y en otros, individual, estos últimos se producían cuando se vea un comportamiento diferente al resto y he intentado darle respuesta; esto lo he realizado con ayuda del profesor, cotejando la información recogida por él y la recogida por mí; también la información recabada por mi compañero de prácticas, por medio también de un proceso de observación a nivel más general; gracias a estos datos, puedo tener una información más objetiva de lo ocurrido en las clases. Para realizar esta observación me he basado en los criterios de la ficha de evaluación, analizando cada uno de ellos de una manera más general.

REFLEXIONES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA:

Una vez realizadas las actividades cabe reflexionar sobre lo que ha ocurrido y lo que ha aportado esta unidad a los niños.

En primer lugar la expresividad corporal de los alumnos de 5º y 6º de primaria es bastante limitada, no por falta de capacidades, sino porque una de las cosas que más les frenan es la vergüenza, además de el “miedo” a lo que digan los demás; estas dos cosas condicionan sus movimientos y sus actitudes. Lo más visto en las sesiones es que los niños dependiendo de con quién estén en cada momento, su expresividad es mayor o menor; la conclusión de esto es que, la confianza condiciona la expresividad corporal en todos los niños, cuando se encontraban en grupos en los que tenían mayor afinidad con los integrantes, el nivel era infinitamente mayor; pero por el contrario cuando estaban en grupos con los que no tenían tanta afinidad, aunque fuera solo con uno de los

integrantes del grupo, aparecía la vergüenza y el medio a lo que resto pensase, por lo tanto las performance eran más “pobres”, cortas y con un sentimiento visible de “por favor, que esto acabe ya”. Con el paso de las sesiones en muchos alumnos se notaba el progreso e iban desapareciendo esos comportamientos, ya que poco a poco se establecían otras relaciones entre alumnos y se iba perdiendo la vergüenza; a pesar de que esto se iba solucionando aparecían los comportamientos, cuando los alumnos se encontraban en un grupo en el que alguno de los integrantes tuviera un comportamiento o una actitud negativa ante las actividades, ellos decidían no hacerlas bien tampoco, condicionados por sus compañeros; y en este caso estos comportamientos no han cambiado en ninguna de las sesiones.

La plasticidad de movimientos, es bastante escasa en esta etapa y como antes, no porque no quieran hacerlo o porque no sepan, sino porque muchas cosas ajenas a ellos mismos, les condicionan a la hora de expresarse. Como aparece en el libro de Marta Castañer Balcells y Oleguer Camerino Foguet: “La educación física en la enseñanza primaria: una propuesta curricular para la reforma” la plasticidad es una de las características más importantes del comportamiento motor en los niños, por ello debemos poner especial interés en que esta llegue a su máximo desarrollo, para crear unas bases en los niños lo suficientemente firmes para que estos sean ajenos a estereotipos externos.

A través de la plasticidad de movimiento los alumnos pueden conocer su cuerpo, los alcances de este y a su vez conocer otro tipo de cuerpos fijándose en sus compañeros; el problema viene cuando aparece cierto “miedo” a conocer su propio cuerpo y prefieren crearse un “espejo” en algún compañero, imitando comportamientos de este, imitando movimientos, gestos, sonidos, etc. Es importante evitar esto en el aula, puesto que así, el niño no podrá conocer su cuerpo y los alcances que este tiene; cada niño tiene un cuerpo y este tiene millones de posibilidades motrices y en la etapa de primaria es cuando los niños deben conocer esas capacidades, para establecer unas bases motrices. Es necesario que el profesor de libertad a los alumnos a nivel de movimiento, controlando las performance pero sin condicionar al alumnado, ya que, en muchas ocasiones los niños tienen como referente al profesor y están condicionados por la nota; muchos de los

niños con los que he podido tratar, no veían la expresión corporal como algo que podía ayudarles a explorar y a explorarse, si no como algo que tenían que hacer para obtener la calificación más alta posible. En muchos casos se nota como a lo largo de las sesiones se iban olvidando de esa calificación e iban intentando ver sus posibilidades, intentando sobre todo dejar la vergüenza y el miedo de lado para sacar máximo partido a sus gestos y acciones.

Esto nos lleva a hablar de la creatividad y la innovación en los movimientos, ya que como se mencionó antes los niños con bases motrices poco consolidadas, tienden a buscarse referentes externos, dejándose llevar por estereotipos. Según Legemann (1983) un niño creativo debe ser:

- Juguetón: su espíritu juguetón y su capacidad de usar lo que le rodea para parecer burlón.
- Ideas innovadoras: presenta ideas fuera de lo común.
- Independiente: el niño creativo tiene una gran capacidad para centrarse por completo en el trabajo, ya que tiene una motivación muy alta por este.
- Inconformista: los niños creativos no se conforman con aprender lo que los demás aprenden, siempre quieren ir más allá.

Por todo esto el profesor tiene un papel importante, ya que lo que él haga en el aula condicionará mucho esto, si no dejamos a los niños explorar y aprender por ellos mismos, que resuelvan sus propios retos, que conozcan su cuerpo, que busquen diferentes maneras de expresarse, nunca podrán sacar su creatividad. Todos los niños son creativos, en muchas ocasiones esta capacidad está “dormida”, pudiendo esto ser debido a que se encuentran cohibidos en muchos ámbitos ya que no se les deja liberarse. Actualmente muchos de los profesores de educación física en los colegios, tienden a llevar una clase más “seria”, controlando en todo momento lo que hacen los niños, que siempre haya silencio, que ningún niño se salga del patrón de la clase y con esto muchas veces se fomenta que los niños se encierren en su burbuja y que no puedan sacar a la luz cosas tan importantes para su vida como es la creatividad o la plasticidad de movimientos.

Cuando un niño explora la capacidad de movimientos que tiene y logra conocerse un poco, puede continuar su aprendizaje viendo la variedad y originalidad de movimientos en diferentes planos y ejes. Este ámbito está especialmente relacionado con la creatividad, cuanto más creativo sea un niño mayor variedad de movimientos realizará y estos serán mucho más originales. En el aula he podido ver como cada niño tiene un referente y en ese referente se basan sus movimientos; muchos niños no tienen la autonomía ni la imaginación para realizar un movimiento propio y mucho menos variado. Muchas veces los referentes son externos, suelen ser movimientos virales que ellos utilizan para todo tipo de ocasión sin indagar en el movimiento y en lo que este les transmite o les aporta; en otros muchos casos los referentes están dentro del aula y suelen estar muy relacionados con las relaciones entre alumnos, el concepto que tienen los niños de esto es: “como yo no me atrevo a realizar un movimiento propio, copio el de mi mejor amigo y así paso desapercibido” y es sorprendente el elevado número de alumnos que tienen ese concepto y que no se dejan llevar por su propio cuerpo por el miedo al qué pensará el resto.

Para realizar movimientos variados y originales es muy importante que un niño se conozca motrizmente, hasta dónde puede llegar y lo que su cuerpo le permite. No todos los niños tienen las mismas capacidades motrices, por ello hay que fomentar en el aula que sean autónomos a la hora de realizar movimientos, ya que todos los cuerpos son diferentes y cada uno puede realizar unos movimientos. Realizar movimientos implica conocer el espacio que nos rodea y así poder realizar movimientos en diferentes planos y ejes.

Conocer el espacio en su totalidad nos permite usarlo de diversas maneras para nuestras performance sean más ricas y enriquecedoras. Por parte de los docentes “el espacio debe ser un elemento más en la actividad docente, y por lo tanto, hay que organizarlo y estructurarlo adecuadamente. Entendemos que el ambiente del centro y del aula constituye un elemento muy valioso para el aprendizaje” (Laorden y Pérez, 2002). Las actividades que planifiquemos deben explotar el espacio al máximo e intentar que los niños lo hagan; muchos de los niños tienden a hacerse pequeños en espacios grandes y

utilizan pequeñas parcelas, ya que en estas se sienten más seguros, esto condiciona en muchas ocasiones a las performance que se realizan, puesto que quedan reducidas a un espacio y el aprovechamiento de este enriquece las representaciones y favorece a la persona, la hace grande y puede ser un punto muy importante del autoestima. Los niños que se hacen grandes para ocupar más espacio suelen tener mayor autoestima; por el contrario, los niños que se hacen pequeños e intentar reducir el espacio lo máximo posible para que se les vea lo mínimo posible, suelen tener un autoestima más bajo.

Cuando aprovechamos el espacio en su totalidad nos lleva a poder enriquecer más nuestras performance combinando y enlazando diferentes apoyos en el suelo con distintas partes del cuerpo. Para poder llevar esto a cabo sin que puedan surgir percances es muy importante que los niños se conozcan, tanto ellos mismos, como al resto de sus compañeros, así como conocer el espacio en su totalidad. Cada niño tiene que saber cuál son sus límites, cuál son sus puntos fuertes y cuáles sus puntos débiles, puesto que muchas veces se guían por sus compañeros y al tener un referente externo con capacidades totalmente distintas a las suyas, sus movimientos serán un “plagio” y puede llevar su cuerpo a puntos que su cuerpo no puede soportar y eso puede afectar a sus performance y a su propio cuerpo, pero en muchas ocasiones, en lo que más afecta es en su propio autoestima porque ve como hay cosas que no puede llegar a hacer, sin conocerse y saber que hay otras muchas cosas que sí puede hacer.

Conocer el espacio y a nosotros mismos nos permite hablar de las performance que realizamos, la intensidad que tiene, la duración. En este caso la vergüenza y la poca confianza en uno mismo influyen mucho, puesto que, los niños más vergonzosos y con menos confianza en sí mismos y en el resto de sus compañeros, tienden a realizar performance más cortas y menos intensas porque quieren “salir del paso”, intentan hacer movimientos monótonos y repetidos, en muchos, casos por sus compañeros, también suele predominar en sus performance la risa nerviosa y a veces la imposibilidad de realizar ningún movimiento, prefieren hacerlo en último lugar, porque como decían en algunas de sus reflexiones: “a ver si se acaba la clase y no me da tiempo a hacerlo”; pero sobre todo les cuesta hacer algún tipo de performance sin ningún referente previo

en el que se puedan fijar, prefieren trabajar en parejas o en grupos para que su presencia pase más desapercibida. En cambio, los niños menos vergonzosos y con más confianza en sí mismos suelen realizar performance más largas y mucho más intensas, en las que predominan movimientos rápidos y bruscos, aunque muchas veces los movimientos también se repiten porque se dejan influenciar por sus compañeros más cercanos, para agradar a los demás hacen movimientos que saben que llamarán la atención de la clase. En ninguno de los dos casos los niños se preocupan por conocer su cuerpo, el de los demás y el espacio que les rodea, están claramente influenciados por sus compañeros y pocos dejan ver su creatividad, como decían en algunas de sus reflexiones: “si lo de mi amigo me parece guay, ¿por qué voy a hacer yo algo nuevo?”, “lo de mis compañeros estaba bien, yo no quería hacer otra cosa diferente”.

La confianza en uno mismo y en los demás también influye en la percusión corporal y los sonidos onomatopéyicos que los alumnos realizan en las performance. Muchas veces no entienden los que son los sonidos onomatopéyicos, puesto que suelen decir frases con alguna tonalidad y como en otras ocasiones, en todos los casos, suelen ser repetitivos o sacados de sonidos virales que han escuchado fuera de la escuela; esto también pasa con la percusión corporal, que también es repetitiva, pero les resulta más fácil realizar un sonido con su cuerpo que un sonido onomatopéyico, en muchos casos, como ellos mismos dicen es por vergüenza o incluso por pereza o por poco interés en la actividad, que se extiende a poco interés por la expresión corporal y por conocerse a uno mismo y a los demás. Los sonidos onomatopéyicos y la percusión corporal, son dos grandes recursos para que los niños se expresen, ya que debiera ser algo muy personal, por lo que nos debiera servir para conocerlos, pero en este caso la mayoría de sonidos no eran personales, por lo que, de esa manera impiden a sus compañeros conocerlos y también impiden el conocimiento de uno mismo. Muchos niños con poca confianza en sí mismos, como ya dije antes, suelen buscar referentes para poder copiarlos y muchas veces estos referentes rechazan esas conductas, ya que no les gusta que se les copie, porque como decían en sus reflexiones: “es que este niño me copia, y las representaciones son mías, que se invente otras”.

Sin duda, la gestualidad facial ha sido una de las cosas que menos ha aparecido en las clases, todo lo que se pudiera hacer con el cuerpo evitaban hacerlo con la cara, muchas veces, los únicos gestos faciales que realizaban eran risas o caras de alegría, cuando no tocaba hacerlo. Sacado del artículo de Ray Birdwhistell “Antropología de la gestualidad”, los gestos forman parte del lenguaje no verbal que es “la comunicación mediante expresión o lenguaje corporal desprovisto de palabras”...”hay gestos que aparecen cuando una persona tiene algo de dificultad para expresar lo que quiere decir, o cuando le cuesta más hacerse comprender por su interlocutor “(Birdwhistell, R.). Muchas veces los gestos faciales son involuntarios, al igual que muchos gestos, que pueden ser aprendidos por la cultura o por referentes. Los niños tienden a realizar muchos gestos faciales sin intención de realizarlos, simplemente porque la situación les lleva a realizarlos, esos gestos también nos permiten conocer a nuestro alumnado y que entre ellos se conozcan, puesto que nos pueden dar muchos rasgos de la personalidad de cada niño.

Aparentemente todos los alumnos están implicados en expresión corporal y en expresar emociones y sentimientos, pero en muchas ocasiones, solo es apariencia, viendo sus reflexiones, no todos lo hacen por el placer de conocerse o conocer. Como dije antes, muchos niños lo hacen por salir del paso y porque saben que se les va a evaluar y actualmente los niños tienen muy metido en la cabeza que la nota es lo más importante y que sea lo que sea lo tienen que hacer por la nota. En caso de la expresión corporal, se nota mucho cuando un niño lo hace por placer o lo hace por la nota y en mi experiencia he visto como la mayoría de los niños lo hacen por la nota; pero aun así me he llevado sorpresas, niños que aparentemente no confían en sí mismos, ni el resto y que están poco integrados, han dejado de lado todo eso y han disfrutado conociéndose y dejándose conocer, implicándose en expresar sus sentimientos y emociones sin fijar ningún referente externo, solo sintiendo lo que se les pedía en cada momento. A medida que pasaban las sesiones se notaba la mejoría de muchos en expresar sus emociones y sentimientos, pero otros muchos seguían sin hacerlo, según sus reflexiones, es por vergüenza y por miedo a lo que piensen sus compañeros.

Muchas veces la interacción con materiales ayuda a expresarse, pero muchos alumnos usan esos materiales como escudo para no mostrar lo que realmente sienten. La interacción con materiales permite dar rienda suelta a la imaginación y hacer un mayor aprovechamiento del espacio. “El material para las sesiones será extremadamente variado, pero no por ello sofisticado (...) La imaginación y el estudio de las condiciones de los materiales nos ayudarán a no encontrar impedimentos.” (Varios, 1993)

Que cada niño escoja el material que tiene que usar puede ser un arma de doble filo, puesto que en muchos casos tienden a escoger los materiales más sencillos con los que se puede trabajar fácil; pero también puede ser bueno porque podemos conocer a cada alumno, ver si ha explorado sus límites, si sale de su zona de confort, etc...

Según Varios (1997) “el material nos sirve de contacto con el mundo exterior y como nexo para el desarrollo de la comunicación. Si vamos a seleccionar objetos debemos tener en cuenta al alumno al que va dirigido, su edad, el grupo, los contenidos que queremos trabajar”.

En conclusión, vemos como el espacio es muy importante para que los niños se puedan expresar con total libertad, así como la confianza en uno mismo y la pérdida de la vergüenza, ya que son dos de las cosas que cohiben a muchos de los alumnos y les impiden conocerse y conocer a los demás; pero sobre todo impiden que se pueda disfrutar de la expresión corporal y verla más allá de una nota, como un medio de disfrute, en el que puedo conocer mi cuerpo y el cuerpo de los demás, dejando volar mi imaginación y creatividad para favorecer la comunicación con el resto y crear unas performance que me aporten y me permitan indagar en todos los aspectos de la expresión corporal. También la vergüenza y la poca confianza en uno mismo nos obliga a buscar referentes para guiarnos, porque autónomamente no creemos ser capaces de expresar, ni de crear movimientos, gestos o representaciones que nos permitan la comunicación con nuestros compañeros.

6. CONCLUSIONES

En esta última parte del trabajo podremos ver las conclusiones finales a las que me ha llevado la realización de este trabajo, viendo si los objetivos que me propuse al principio de este se han cumplido y de no ser así, ver las razones por las cuales no se han cumplido.

Cuando inicié este trabajo lo que iba buscando es la consecución de los objetivos que me planteé antes de realizarlo, a continuación veremos si estos objetivos se han cumplido o no.

Uno de los objetivos y bajo mi punto de vista, uno de los más importantes, era hacer ver la importancia de la expresión corporal en el aula. Basándome en el estudio de Montávez (2012) el 67,1% de los profesores de educación física realizan actividades relacionadas con la Expresión Corporal como parte del currículo formativo de Educación Física, el 43,8% para actividades festivas del centro, el 19,2% nunca ha realizado actividades relacionadas con la Expresión Corporal y el 5,4% solo usa la Expresión Corporal para actividades extraescolares.

“Cuantos menos años de experiencia hay mayor dedicación a la Expresión Corporal” (Montávez, 2012).

Desde mi experiencia he podido comprobar como este estudio tiene bastante relación con la realidad, esto puede ser debido según Hernández (1996), Learreta (2004), Villada (2006) y Coterón (2007) “ a que la expresión corporal es un contenido relativamente nuevo”, como he podido ver en mi experiencia en el periodo de prácticas, actualmente no se tienen muchos conocimientos sobre la Expresión Corporal, y “ no es posible que una asignatura sea impartida por personas que no han tenido un contacto profundo con el trabajo que van a desarrollar” (Castejón, 1996). También he podido ver como tampoco le dan mucha importancia a la Expresión Corporal en el aula y como decía Castejón (1996) puede ser debido a que en su propia formación no lo han tenido y por ello es más difícil impartirlo sin saber sobre ello. Esta idea es compartida por Carreiro et

al. (1996), Manzano (2003), Reyno y Villada (2006).

Según Vázquez (1989), Vaquero (2003) “La Expresión Corporal arrastra cierta marginalidad”, esto coincide, bajo mi experiencia, con la realidad, ya que es uno de los contenidos con menos peso en la Educación Física, “la Expresión Corporal solo aparecía fugazmente en el currículum y sigue siendo el contenido de Educación Física con menos peso” (Hernández, 2000; Vizuite, 2002; Velázquez, 2002).

Según, también, el estudio realizado por Montávez (2012) el 14% de los profesionales no le dedica ningún tiempo a la Expresión Corporal. En mi experiencia he podido comprobar que algunos de los profesores de Educación Física prefieren evitar los contenidos de Expresión Corporal o delegarlos en otras personas, como afirma Montávez (2012) en su estudio.

Otro de los objetivos era indagar en lo que aporta el cuerpo creativo a los niños tanto dentro como fuera del aula. La potenciación de la iniciativa, la creatividad y la imaginación propias de cada individuo de cara a la expresión de las propias ideas y sentimientos. Es decir, la capacidad de imaginar y realizar producciones que supongan recreación, innovación y transformación. Implica el fomento de habilidades que permitan reelaborar ideas y sentimientos propios y ajenos exige desarrollar el autoconocimiento (Anexo I de LOMCE, Sec.1, pág. 7002).

Según afirma De la Torre (2003) “si esperamos alumnos creativos debemos aportar el contexto propicio para facilitar la facilidad la libertad de expresión, la generación de ideas y la exploración”. Desde mi propia experiencia he podido ver cómo el cuerpo creativo no tiene cabida en el aula de Educación Física. De la Torre afirma también que “la creatividad debiera estar presente en cada uno de los componentes de un proyecto curricular (objetivos, contenidos, estrategias, recursos didácticos y evaluación)”, dando así respuesta a la información que recabe en mi periodo de prácticas en la que veía claro como el cuerpo creativo no está presente en el currículum, ni en el aula. “La creatividad puede estar presente en la planificación de cualquier asignatura” (De la Torre, 2003).

La creatividad permite al alumno implicarse en la actividad y esto conlleva a que los niños aprendan mejor, ya que según Gardner (2010) “los niños aprenden mejor cuando se implican activamente en la materia). Según Esquivas (2001), Miurá (2001) la creatividad estimula la curiosidad del alumnado, fomentando un ambiente de trabajo adecuado.

El tercer objetivo era localizar el momento adecuado para trabajar la Expresión Corporal en el aula, a nivel general y a nivel particular, saber cuándo trabajar el cuerpo creativo. Lo primero que debe hacer el docente para impartir Expresión Corporal es “conocerse a sí mismo” (Achilla y Brunicodi, 2012). El docente debe encontrarse cómodo dando las clases de Expresión Corporal, ya que su actitud será lo primero que le transmita a los niños, “de esta forma, el niño construye su Expresión Corporal a través de maestros expresivos y generadores de ambientes de aprendizajes significativos” (Blanco, 2009).

De esta manera, según Learreta, Sierra y Ruano (2005) “creemos que los contenidos de Expresión Corporal, pueden y deben ser impartidos en toda su amplitud, sin trabas, sin bloqueos, partiendo de unas finalidades claras en las actividades que se plantean.” Desde mi experiencia he visto como la Expresión Corporal no se imparte con ilusión ni expresividad, puesto que es uno de los contenidos que menos gusta dar a los profesores, esto lo ha comprobado también en su estudio Montávez (2012) destaca cómo los profesores mayores de 40 años no dan nada de Expresión Corporal y los más jóvenes sí. A pesar de esto en las investigaciones realizadas por García, Bores y Martínez (2007) la Expresión Corporal se concibe como importante aunque no se dé. En relación con esto en el estudio de Montávez (2012) vemos también cómo se da especial importancia a todos los objetivos relacionados con la Expresión Corporal, pero en cambio los contenidos relacionados con esta no se trabajan.

También en el estudio de Montávez (2012) vemos como el 3º trimestre es el favorito para impartir Expresión Corporal y que 1º y 2º ciclo son los favoritos para impartirla.

Desde mi experiencia he podido ver como la Expresión Corporal es uno de los contenidos menos motivantes para los profesores debido principalmente a que es el contenido menos físico de todos, esto lo apoyan también en su estudio García, Bores y Martínez (2007) “Las últimas tendencias indican que los cambios siguen otros derroteros. Vence el discurso de una Educación Física más “saludable”, frecuentemente asociada a la condición física.”

Respecto al cuerpo creativo en el aula, en mi experiencia he podido comprobar cómo no tiene ningún papel en los contenidos de educación primaria, pero sí en los objetivos. Dichos objetivos son, en mi opinión, excesivos, puesto que como apoya Marín y De la Torre (1991) “los profesores deben tener presente los niveles creativos cuando se proponen objetivos creativos en su proyecto docente.” “El conocimiento de los niveles creativos y los tipos de actividades creativas, son de suma importancia en la formación del docente, debido a que le proporciona herramientas para la organización de actividades innovadoras, flexibles y motivantes, así como también le permite aprender a establecer relaciones con sus estudiantes donde se tome en consideración la experiencia, la colaboración y la aptitud del alumno.” (Galvis, 2007).

El cuarto objetivo era conocer los beneficios que tienen la Expresión Corporal para los niños. “La Expresión Corporal es una disciplina que permite encontrar un lenguaje corporal propio, una forma de comunicación y expresión, con y a través del cuerpo” (Mateu, Duran y Troguet, 2001). Según Donald (2001) “La Expresión Corporal implica al alumno física, emocional e intelectualmente”. Desde mi experiencia he visto como el alumnado piensa que a nivel físico no implica nada y tras esa afirmación podemos comprobar por tanto que no es así, que la Expresión Corporal sí implica al alumno físicamente.

Según Caf, Kroflic y Tancing (1997); Lepczyk (2004); Lobo y Winsler (2006); MacDonald (1991); Von Rossberg, Dickinson y Poole (1999) llevar a cabo actividades de Expresión Corporal en Educación Física desarrolla la creatividad motriz y el pensamiento divergente del alumnado, así como para obtener los beneficios

psicológicos y sociales.

La Expresión Corporal, desde lo visto en mi experiencia, ayuda al alumno a liberarse, a sacar todo lo que tiene dentro, así como toda la tensión acumulada durante las demás clases; esto se ve apoyado según Ruano (2003) puesto que afirma que “la expresión y la comunicación pueden ser una forma de canalizar diferentes emociones y mejorar el bienestar del alumnado.” Isen (1987) y Fiedler (1988) afirman que las emociones positivas están relacionadas con la creatividad. Por lo tanto podemos ver aquí la importancia que tiene el trabajo de la creatividad en el aula, ya que aporta muchos beneficios al alumnado.

En conclusión, la Expresión Corporal tendría que tener mucha más presencia en el aula dejando de lado que sea más o menos física que el resto de los contenidos presentes en la asignatura, ya que esta les puede aportar innumerables beneficios como por ejemplo, liberarse de las tensiones y a través de la creatividad, conseguir emociones positivas. Los profesores de educación física debieran estar más preparados en este ámbito para perder el miedo a impartir este contenido, viéndolo desde otro punto de vista, considerando sus beneficios para los alumnos y transmitirlo como algo motivante.

7. FUTURAS LÍNEAS DE TRABAJO:

En este apartado enumeraré algunos de los posibles futuros temas de estudio que este trabajo me lleva a plantear.

- Cómo incluir la Expresión Corporal fuera de la Educación Física.
- Posibilidades extraescolares de la Expresión Corporal.
- Desarrollo del cuerpo hedonista en el aula.
- Desarrollo del cuerpo cooperativo en el aula.
- Las relaciones entre alumnos.
- El trabajo de las emociones.
- Posibilidades de la danza en el aula.
- La comunicación no verbal en Educación Física.
- La Expresión Corporal en beneficio a la diversidad.
- Aportaciones de la Expresión Corporal a la vida de los alumnos.

8. BIBLIOGRAFÍA

Abardía, Colás, F. (2014). **Pedagogía Corporal Meditativa. La Mettasesion como recurso para una Expresión Corporal consciente.** Palencia, Re-Quality SL.

Abardía Colás, F. (2017). *Apuntes inéditos de la asignatura de Expresión y Comunicación Corporal.* Universidad de Valladolid. Facultad de Educación de Palencia.

Ashner, L. y Meyerson, M. (1996). **¿Por qué nunca tengo suficiente?** Málaga: SIRIO.

Blanco Vega, M^aJ. (2009). Enfoques teóricos sobre la Expresión Corporal como medio de formación y comunicación. *La Expresión Corporal en la formación de maestros*, 11, 14.

Bonel, L. (2008). El cuerpo que narra. Tiempo y Espacio. *Red internacional de cuentacuentos*, 1, 2.

Bores, Calle, N. y García, Monge, A. (2006). La expresión corporal en la Educación Física obligatoria: ideas para organizar el contenido y la práctica. *Actividad física y Expresión Corporal*, 35.

Castañer Balcells, M. y Camerino Foguet, O. (2001). **La Educación Física en la enseñanza primaria: una propuesta curricular para la reforma.** Barcelona: INDE.

Castañer Balcells, M. y Camerino Foguet, O. (1992). **Unidades didácticas para primaria I: bailando en la escuela, el cuerpo expresivo, material alternativo y percepción.** Barcelona: INDE.

Caicedo A. (2008). **Mi cuerpo es una celda.** Bogotá: Grupo Editorial Norma.

Castillo Viera, E. y Rebollo González, J.A. (2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. *Wanceulen E.F. Digital*, 5, 19.

Coteron Lopez, F. J. y Sánchez Sánchez, G. (2010). Educación artística por el movimiento: la expresión corporal en educación física. *AULA*, 16, 26.

Corteron López, J. y Gil Ares, J. (2017). *Didáctica de la Expresión Corporal*. Apuntes inéditos de la Universidad Politécnica de Madrid. Madrid.

Cuadrado Morales, JF. (2010). La creatividad en el aula. *Innovación y experiencias Educativas*, 30, 8.

Doncel Zorita, C. (2017). *El cuerpo creativo y las emociones a través de la Expresión Corporal en el primer ciclo de educación primaria*. Trabajo de fin de grado. Universidad de Valladolid. Facultad de educación de Palencia.

Galvis, R. (2007) El proceso creativo y la formación docente. *LAURAUS, revista de educación*, 23, 82-98.

García, A., Bores, N. y Martínez, L. (2007). Innovación educativa. Aprender en la Expresión y Comunicación Corporal escolar. *Ágora XX la Educación Física y el Deporte*, 4, 131-169.

González Campos, G. (2017). El componente "Espacio" en la Expresión Corporal en la infancia. 2018, de *TVUS*, recuperado del Sitio web: <http://tv.us.es/el-componente-espacio-en-la-expresion-corporal-en-la-infancia/>

Henríquez, C. (2013). Expresión Corporal y Psicomotricidad. *El cuerpo como instrumento de comunicación*. 2018, recuperado de Sitio Web: <http://excorpsi.blogspot.com.es/p/el-cuerpo-como-instrumento-de.html>

Brown, R. (2015). El cuerpo en el trabajo docente. *El ciudadano*, 1, 4.

García Librán, R. (2006). Diccionario de términos de expresión corporal. 2018, recuperado del Sitio web: <http://expcorporal.blogspot.com.es/2006/02/04-espacio.html>

Laorden Gutiérrez, C. y Pérez López, C. (2002). El espacio como elemento facilitador del aprendizaje. Una experiencia en la formación inicial del profesorado. *Pulso*, 25, 14.

López Tejeda, A. (2005). La creatividad en las actividades motrices. *Apuntes de*

Educación Física, 1, 9.

Monfort Pañego, M. e Iglesias García N. (2015). La creatividad en Expresión Corporal. Un estudio de casos en Educación Secundaria. *Apuntes de Educación Física*, 122, 30.

Montávez Martín, M. (2012). La consolidación de la expresión corporal. *EmásF*, 14, 70.

Montávez Martín, M. (2012). **La Expresión Corporal en la realidad educativa. Descripción y análisis de su enseñanza como punto de referencia para la mejora de la calidad docente en los centros públicos de Educación Primaria de la ciudad de Córdoba.** Tesis doctoral, 508.

Torrents, C.; Mateu, M.; Planas, A.; Dinusôva, M. (2011). Posibilidades de las tareas de expresión corporal para suscitar emociones en el alumnado. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 401-412.

Ortega Cuello, R. (2015). Utilización de los recursos de expresión corporal en las clases de educación primaria. *EmásF*, 32, 71.

Ortiz Camacho M^aM. (2002). **Expresión Corporal. “Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física”.** Andalucía: GEU.

Sánchez.G y Ruano K. (2009). **Expresión Corporal y Educación.** Sevilla: Wanceulen S.L.

Scharagrodsky, P. (2016). El cuerpo en la escuela. *Explora las ciencias del mundo contemporáneo*, 373, 16.

Swift García, S. (2015). *Desarrollo de la creatividad en el aula de Educación Primaria a través de un proyecto artístico multidisciplinar.* Apuntes inéditos de la Universidad Internacional de la Rioja. La Rioja.

Trigo Aza, E. y colaboradores (1999). **Creatividad y motricidad.** Barcelona: INDE.

Verde, F. (2005). Expresión corporal, movimiento, creatividad, comunicación y Juego. . 2018, de *EducaWeb* recuperado del Sitio web: <https://www.educaweb.com/noticia/2005/03/28/expresion-corporal-movimiento-creatividad-comunicacion-juego-364/>

Vergara Montes, B. (2015). *Importancia del movimiento y la expresión corporal en la adquisición de los procesos de atención y concentración*. Apuntes inéditos de la Universidad de Andrés Bello, 83.

