



---

# Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

La importancia de la danza en la formación integral del  
alumno.

**AUTOR:** Jose David Reig Pérez

**TUTOR ACADÉMICO:** María Cristina de Lucas Olmos

**CURSO:** 2022/2023





## **RESUMEN**

La redacción de este trabajo de fin de grado (TFG), va a perseguir plasmar la importancia que tiene la danza en la formación integral del alumno. Y como a través del trabajo de expresión corporal realizado en ella, podemos desarrollar muchas de las capacidades perceptivo-motrices marcadas en los objetivos del currículo de Educación Primaria y más concretamente del área de Educación Física.

Por otro lado profundizaremos un poco en la historia de la danza tanto a nivel nacional como internacional. Trabajaremos también el papel que cumple la danza a la hora de ayudar en la solución de problemas que sufren hoy en día nuestros alumnos como por ejemplo: problemas de sobrepeso, bulimia o anorexia (TCA), todo ello acentuado por la nueva era en la que nos encontramos de las redes sociales y la imagen personal.

Para finalizar, se expone una propuesta de intervención didáctica en la que se trabaja en profundidad el contenido de la danza en alumnos de Educación Primaria a través del área de Educación Física, con el objetivo de que a través de la misma, los alumnos sean capaces de adquirir y dominar los contenidos artístico-expresivos marcados como objetivos al inicio de este estudio.

## **PALABRAS CLAVE**

Danza, expresión corporal, esquema corporal, lateralidad, TCA, contenidos artístico-expresivos, Educación Física.

## **ABSTRACT**

The drafting of this BA dissertation seeks to capture the importance of dance for the integral formation of the student, and how, through the work of body expression carried out we are able to develop many of the perceptual motor skills marked in the objectives of the Primary Education curriculum, and more specifically in the area of Physical Education.

On the other hand, we will delve a little into the history of dance both nationally and internationally. We will also work on the role that dance plays when it comes to helping solve problems that our students suffer today including eating disorders (ED) such as obesity, bulimia or anorexia, all accentuated by the new era in which we find ourselves immersed in social networks and obsessed with personal image.

Finally, it is proposed a didactic intervention in which the studies of dance in Primary Education Students is worked in depth through the area of Physical Education, with the objective for the students to achieve and master the artistic-expressive contents marked as objectives at the beginning of this study.

## **KEY WORDS**

Dance, body expression, body schema, laterality, ED, artistic-expressive contents, Physical Education.

# ÍNDICE

|           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| <b>1.</b> | <b>INTRODUCCIÓN.....</b>  | <b>1</b>  |
| <b>2.</b> | <b>OBJETIVOS.....</b>   | <b>2</b>  |
| <b>3.</b> | <b>JUSTIFICACIÓN.....</b>   | <b>3</b>  |
|           | 3.1 JUSTIFICACIÓN PERSONAL.....   | 3         |
|           | 3.2 RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DEL GRADO DE EDUCACIÓN<br>PRIMARIA.....              | 4         |
|           | 3.3 RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS DEL ÁREA DE E.F.....                                | 5         |
| <b>4.</b> | <b>MARCO TEÓRICO.....</b>   | <b>6</b>  |
|           | 4.1 LA DANZA. CONCEPTO Y ELEMENTOS QUE LA COMPONENTEN.....                          | 6         |
|           | 4.2 DANZAS DEL MUNDO .....  | 9         |
|           | 4.3 DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL.....  | 11        |
|           | 4.4 PERCEPCIÓN DEL ESPACIO.....   | 13        |
|           | 4.5 PERCEPCIÓN DEL TIEMPO: RITMO Y TEMPO.....                                       | 15        |
|           | 4.6 COMPETENCIAS DESARROLLADAS POR LA DANZA.....                                    | 16        |
|           | 4.6.1 LA COORDINACIÓN Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD<br>FINA Y GRUESA.....        | 16        |
|           | 4.6.2 DESARROLLO COGNITIVO Y EMOCIONAL. LA SEGURIDAD EN<br>UNO MISMO.....           | 17        |
|           | 4.6.3 TIPOS DE DANZAS.....  | 18        |
|           | 4.6.4 FOMENTO DE OTROS IDIOMAS (INGLÉS).....  | 19        |
|           | 4.6.5 TRABAJO EN PROBLEMAS RELACIONADOS CON LOS TCA E<br>IMAGEN CORPORAL.....       | 20        |
|           | 4.6.6 DESARROLLO DE LA MEMORIA Y LA EXPRESIÓN CORPORAL A<br>TRAVÉS DE LA DANZA..... | 22        |
|           | 4.7 EL DESARROLLO DE LA LATERALIDAD A TRAVÉS DE LA DANZA.....                       | 23        |
|           | 4.7.1 LATERALIDAD-COORDINACIÓN.....   | 23        |
|           | 4.7.2 EL EQUILIBRIO.....  | 26        |
|           | 4.8 INCONVENIENTES CON LOS QUE SE ENCUENTRA LA DANZA.....                           | 27        |
|           | 4.9 LEGISLACIÓN.....  | 28        |
| <b>5.</b> | <b>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....</b>   | <b>32</b> |
|           | 5.1 JUSTIFICACIÓN.....  | 32        |

|           |  |           |
|-----------|--|-----------|
| 5.2       | CONTEXTUALIZACIÓN.....                           | 33        |
| 5.3       | OBJETIVOS.....                                   | 34        |
| 5.4       | CONTENIDOS DE APRENDIZAJE Y SABERES BÁSICOS..... | 36        |
| 5.5       | COMPETENCIAS BÁSICAS.....                        | 40        |
| 5.6       | METODOLOGÍA.....                                 | 41        |
| 5.7       | RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN.....                  | 42        |
| 5.8       | SESIONES DE TRABAJO.....                         | 43        |
| 5.9       | EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE  |           |
| 5.9.1     | CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....      | 53        |
| 5.10      | ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....                    | 55        |
| <b>6.</b> | <b>ANÁLISIS Y CONCLUSIONES.....</b>              | <b>56</b> |
| <b>7.</b> | <b>PROPUESTAS DE FUTURO.....</b>                 | <b>58</b> |
| <b>8.</b> | <b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>           | <b>59</b> |
| 8.1       | BIBLIOGRAFÍA.....                                | 59        |
| 8.2       | BIBLIOGRAFÍA DE IMÁGENES.....                    | 61        |
| 8.3       | WEBGRAFÍA.....                                   | 62        |
| <b>9.</b> | <b>ANEXOS.....</b>                               | <b>63</b> |

## ÍNDICE DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| - TABLA 1. Ficha de control de los estándares de aprendizaje..... | 68 |
| - TABLA 2. Ficha de autoevaluación del alumno.....                | 69 |
| - TABLA 3. Ficha de autoevaluación del profesor.....              | 71 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| - FIGURA 1. La enseñanza de la danza como contenido curricular..... | 7  |
| - FIGURA 2. Elementos que componen la danza a nivel espacial.....   | 8  |
| - FIGURA 3. Elementos que componen la danza a nivel temporal.....   | 8  |
| - FIGURA 4. Planos y ejes del cuerpo.....                           | 14 |
| - FIGURA 5. La kinesfera en la danza.....                           | 14 |
| - FIGURA 6. Ubicación del CEIP. Carlos de Lecea.....                | 63 |
| - FIGURA 7. Patio de Educación Primaria.....                        | 63 |
| - FIGURA 8. Pabellón María Martín.....                              | 64 |
| - FIGURA 9. La biblioteca.....                                      | 64 |
| - FIGURA 10. Comedor desde varios puntos de vista.....              | 65 |
| - FIGURA 11. Comedor desde varios puntos de vista.....              | 65 |
| - FIGURA 12. Sala de ordenadores.....                               | 65 |
| - FIGURA 13. Sala de profesores.....                                | 66 |
| - FIGURA 14. Salón de actos.....                                    | 66 |
| - FIGURA 15. Pasillos. Planta baja.....                             | 67 |
| - FIGURA 16. Pasillos. Primera planta.....                          | 67 |
| - FIGURA 17. Aula de tutorías.....                                  | 67 |
| - FIGURA 18. Huerto escolar.....                                    | 67 |

### 1. INTRODUCCIÓN.

El tema que se va a desarrollar a lo largo del presente trabajo, es la importancia de la danza y la expresión corporal en la formación integral del alumnado de Educación Primaria, impartido a través del área de Educación Física. Lo que se pretende con ello, es demostrar que la danza es una herramienta muy a tener en cuenta en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en nuestros alumnos. Incorpora muchos elementos que enriquecen la actividad por medio del baile, como por ejemplo: la música, el movimiento, el ritmo, el tempo o el espacio. Además de tener un componente artístico-expresivo muy fuerte, lo que hace que se potencie la expresión corporal por medio del baile, expresando diferentes sentimientos y emociones.

Para ello, en primer lugar, hemos establecido los objetivos principales del trabajo, y con ello desarrollado en segundo lugar, un marco teórico lo suficientemente amplio como para que quede completamente fundamentada toda la propuesta de intervención didáctica posterior. En dicho marco teórico, en primer lugar hablamos sobre los conceptos de danza y expresión corporal, sus tipos, etapas y un poco sobre la historia de las danzas en el mundo. A continuación, pasamos a analizar muchas de las competencias que se trabajan y desarrollan cuando ponemos en práctica la danza en nuestras aulas, como son: El esquema corporal, la expresión corporal, la percepción del espacio y del tiempo, la percepción del ritmo y del tempo, la coordinación, el desarrollo de la motricidad fina y gruesa, el control del movimiento o la seguridad en uno mismo, el desarrollo cognitivo y emocional a través de contenidos artístico-expresivos, el desarrollo de la memoria, la lateralidad o el equilibrio, entre otras.

Seguidamente, se desarrolla una propuesta de intervención didáctica constituida por un total de 6 sesiones, dirigida a alumnos de 5º curso de Educación Primaria, con la cual se busca desarrollar todo este abanico de competencias.

Para finalizar, se realiza un análisis de la propuesta de intervención, y se extraen las correspondientes conclusiones finales del estudio.



## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

### 2. OBJETIVOS.

El objetivo general que se persigue con la realización de este trabajo, es conseguir poner en valor al contenido de la danza y la expresión corporal en las aulas de Educación Primaria y concretamente en el área de Educación Física. Para ello se desarrolla una propuesta de intervención didáctica, como ejemplo e instrumento de apoyo a ese profesorado que se anima a trabajar este contenido en sus aulas.

De igual modo, podemos extraer objetivos más específicos pero igual de importantes, ya que lo que esperamos que le brinde la calidad al trabajo es la suma de todos ellos:

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
3. Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.
4. Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.
5. Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.
6. Analizar y denunciar cuales son los principales obstáculos con los que se encuentra la danza y la expresión corporal en general, a la hora de ser trabajadas por los docentes en las clases de Educación Física.

### 3. JUSTIFICACIÓN.

#### 3.1 JUSTIFICACIÓN PERSONAL.

Lo que me ha llevado a elegir este tema para elaborar el TFG, es mi experiencia personal siendo alumno en las clases de Educación Física. Yo siempre he sido un chico introvertido al que le costaba mucho expresar, y cuando hablo de expresar, lo hago en el más amplio sentido de la palabra. Me daba muchísima vergüenza bailar en público o realizar cualquier actividad de expresión corporal que planteara el profesor en clase. Todo esto se traducía en malos ratos a la hora de hacer exposiciones orales en el resto de asignaturas, o simplemente leer o hablar en público.

Años más tarde, tuve una profesora de Educación Física a la cual le gustaba mucho el tema del baile y de la expresión corporal, y sabiendo el gran hándicap que representaba para mí, estuvo muy atenta en todo mi progreso. Pasé de no querer hablar enfrente de mis compañeros de clase, a ser la pieza principal en el baile de fin de curso delante de toda la comunidad educativa y del resto de alumnos del centro. Todo este proceso, me supuso una superación personal muy importante y un aprendizaje sin precedentes en todos los ámbitos: a nivel social, en la forma de relacionarme con los demás; a nivel personal, sintiéndome mucho más seguro de mí mismo y ganando toda esa confianza que me faltaba en mí; incluso a nivel educativo mis resultados académicos mejoraron de forma significativa.

Con todo esto lo que quiero llegar a expresar es que gracias a esa profesora que se atrevió a tratar el tema de la danza y la expresión corporal, (que ahora por fortuna cada vez más, pero en aquellos años no estaba tan a la orden del día o tan de moda trabajarla en las clases de Educación Física, y mucho menos el tema de la danza a través de la realización de coreografías), pude superar muchos de los complejos e inseguridades que tenía en ese momento.

Por eso he querido plasmar la importancia que tiene el trabajo de la expresión corporal en los alumnos, ya sea a través de la danza, cuentos, teatros... y qué papel representa en la formación integral del alumno, desde todos los ámbitos: a nivel de desarrollo conceptual, a nivel de desarrollo cognitivo y emocional, a nivel psicológico y de seguridad en uno mismo, o a nivel de trabajar en problemas de su día a día como los

TCA o problemas de aceptación de la propia imagen, debido en gran parte a la ola de influencia que se llama Instagram, y en general las redes sociales.

### 3.2 RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DEL GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

El tema que se trabaja en este estudio está íntimamente relacionado con el desarrollo de los objetivos de la LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación), como son:

- Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

Respecto a la competencia clave que nos marca la legislación que debe haber adquirido cada alumno al finalizar esta etapa educativa, sobre este tema: Conciencia y expresión cultural.

- **Al terminar la Ed. Primaria:** CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.
- **Al completar la enseñanza básica:** CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

(<https://educagob.educacionyfp.gob.es/gl/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-primaria.html>)

### 3.3 RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS DEL ÁREA DE E.F.

Los saberes básicos del área de E.F. se organizan en 6 bloques, de los cuales el tema que estamos tratando trabaja en profundidad los números 4 y 5:

4. «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas e inclusivas entre los participantes en este tipo de contextos motores.

5. «Manifestaciones de la cultura motriz» engloba el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural desde una perspectiva integradora que incluya ejemplos de personas y culturas diferentes.

(<https://educagob.educacionyfp.gob.es/gl/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-primaria.html>)

Por lo que podemos ver, tanto en los objetivos de etapa, como en las competencias clave, como en los saberes básicos de E.F., el tema de la danza y la expresión corporal, están muy presentes en la ley actual de educación LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo), por lo que está suficientemente justificado la elección del tema que nos ocupa y su posterior propuesta de intervención didáctica.

### 4. MARCO TEÓRICO.

#### 4.1 LA DANZA. CONCEPTO Y ELEMENTOS QUE LA COMPONEN.

Vamos a empezar el marco teórico viendo cuál es el concepto del tema principal del trabajo, es decir, la danza en sí misma. Y cuáles son los elementos más importantes que la componen.

La danza: La danza es la ejecución de movimientos acompañados con el cuerpo, los brazos y las piernas, con tendencias rítmicas del cuerpo, generalmente acompañado de música, son series de movimientos del cuerpo, repetidos regularmente, al son de la voz o de instrumentos musicales. (Vicente, 1999).

#### Relación entre la danza y el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas.

La danza es un elemento a tener muy en cuenta a la hora de trabajarla en nuestras clases de E.F., a través de esta investigación, queremos conseguir plasmar la influencia de la danza en la formación integral de los niños. Con ella podemos desarrollar en nuestros alumnos la capacidad expresiva, la habilidad cognitiva e incluso la destreza física o el desarrollo motriz. A lo largo del marco teórico, desarrollaremos cada uno de estos apartados, incidiendo en el papel que tiene la danza en su evolución y desarrollo.

Con la danza y sus respectivos movimientos, los niños empiezan a conocer su estructura corporal y a desarrollar la coordinación y sus capacidades perceptivo-motrices.

La danza es un contenido de gran valor a la hora de trabajar los contenidos artístico-expresivos en las clases de E.F., aparte de poner su granito de arena para corregir problemas como: el pie plano o la obesidad infantil. También desarrolla la expresión corporal, la coordinación, la memoria, el ritmo y el equilibrio físico y mental, todo ello nos lleva a que podamos desarrollar en nuestros alumnos unas habilidades motrices básicas de calidad.

Es fundamental entender el desarrollo de las habilidades motrices básicas, y cómo éstas ayudan a los niños a desarrollar el momento y espacio ideal, a aprender a explotar su cuerpo como un medio de mejora de la salud física y mental, el aprendizaje de las destrezas motoras, a su autoconfianza o el desarrollo de la motricidad gruesa. (Arnaiz, P., 2014).

La etapa de Educación Primaria, es la idónea para empezar a trabajar este tipo de habilidades en el niño, ya que están en pleno desarrollo tanto del lenguaje como de sus

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

habilidades motrices, además de que es en esta etapa donde empiezan a tener sus primeras interacciones sociales.

El niño empieza a descubrir su mundo a través de los sentidos, por eso la danza trabaja este apartado tan importante con una serie de juegos sensoriales. Esta evaluación comienza cuando el niño empieza a gatear, a continuación se sienta e incluso da sus primeros pasos, hasta que por último empieza a adquirir las primeras nociones de control corporal. Por ello, las actividades de danza se centran en que el niño siga pequeños ritmos y conozca como todo su cuerpo responde a los estímulos.

Dentro de las capacidades perceptivo-motrices (corporalidad, espacialidad y temporalidad), las capacidades coordinativas (equilibrio y coordinación) y las habilidades motrices, vamos a analizar los elementos que conforman la danza desde tres grandes bloques: El cuerpo, el espacio y el tiempo.



Figura 1. La enseñanza de la danza como contenido curricular. Fuente: Ortiz Camacho, M.M. (2002).

### 1. Elementos que componen la danza a nivel corporal.

- A. Segmentos corporales. Permite el conocimiento del propio cuerpo. Bailes centrados en las diferentes partes del cuerpo: manos, brazos, hombros, pies...
- B. Habilidades básicas. Haremos uso de los desplazamientos, saltos y giros. Con la utilización de materiales desarrollaremos habilidades como: los lanzamientos y las recepciones.
- C. Percusiones corporales. Pueden ser a través de palmas, chasquido de dedos, zapateado..., tanto a nivel individual como grupal.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

### 2. Elementos que componen la danza a nivel espacial.

En este apartado analizamos tanto el espacio individual como el colectivo, trabajando conceptos como: Las formaciones en el espacio, la orientación del cuerpo durante la danza, el sentido, la dirección o la trayectoria de los movimientos. También la amplitud, la vertical o los planos y ejes que contiene el baile.



Figura 2. Elementos que componen la danza a nivel espacial. Fuente: Ortiz Camacho, M.M. (2002).

### 3. Elementos que componen la danza a nivel temporal.

La danza utiliza factores temporales como el ritmo musical o la métrica.

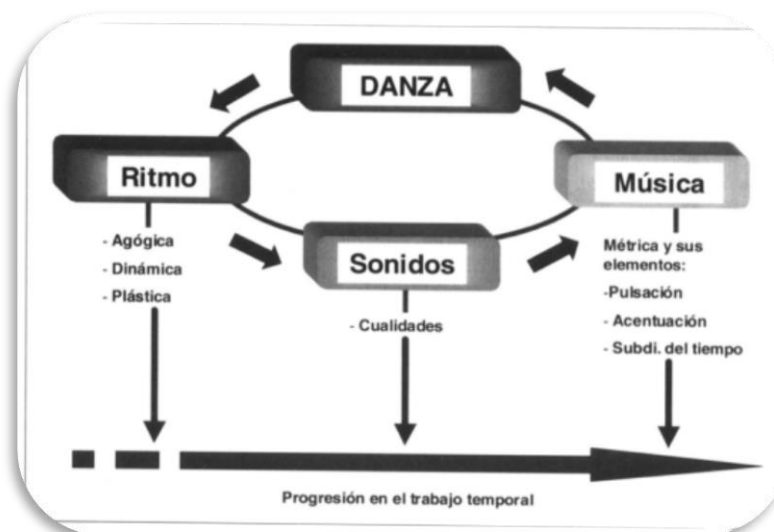


Figura 3. Elementos que componen la danza a nivel temporal. Fuente: Ortiz Camacho, M.M. (2002).

### 4.2 DANZAS DEL MUNDO.

El ser humano alrededor del mundo tiene gran variedad de danzas tradicionales con una riqueza cultural de un valor incalculable. Cada una de ellas, posee un estilo y unos elementos propios que la caracterizan y la vuelven única. A continuación exponemos una pequeña representación de todas ellas por países:

1. Ballet (Francia): El origen del ballet se remonta a Italia en el renacimiento, entre el 1400 - 1600, durante el reinado de Louis XIV. Durante este tiempo surgió la necesidad de profesionalizar este tipo de danza y fue en el 1661 cuando se originó la primera escuela de danza, la academia Royale de la Danse. Los creadores originales fueron R.A. Feuillet. El ballet es conocido por su técnica precisa y gracia. Se caracteriza por movimientos elegantes, saltos, giros y posiciones específicas de los pies. El Ballet de la Ópera de París, es una de las compañías de ballet más famosas del mundo.
2. Can-can (Francia): Originario de París, el can-can es una danza alegre y enérgica que se popularizó en los cabarets franceses. Se caracteriza por movimientos de patadas y faldas que se levantan.
3. Bharatanatyam (India): Es una de las danzas clásicas más antiguas de la India, originaria del estado de Tamil Nadu. Se caracteriza por sus movimientos complejos de manos, expresiones fáciles, posturas y ritmos precisos.
4. Hula (Hawái): El Hula es una forma tradicional de danza hawaiana, que combina movimientos suaves y fluidos con cantos y música. Las manos y los brazos se usan para contar historias, mientras se realizan movimientos de caderas y pies. El Hula a menudo representa la historia y la mitología de Hawái.
5. Samba (Brasil): Es un estilo de danza y música muy popular en Brasil, especialmente durante el carnaval. Combina movimientos rápidos de cadera y piernas con ritmos vibrantes y enérgicos.
6. Capoeira (Brasil): Aunque también es considerada una forma de arte marcial, la capoeira combina elementos de danza y acrobacias. Se originó en Brasil durante la época de la esclavitud y se caracteriza por movimientos fluidos y música tradicional.
7. Tai chi (China): Conocido como una práctica de meditación y ejercicio, el Tai Chi también incluye elementos de danza. Originario de China, combina movimientos suaves y fluidos con una respiración profunda y relajada. Considerado una forma de arte interno, se enfoca en la armonía entre cuerpo y mente.



## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

8. Flamenco (España): Es una danza muy conocida originaria de Andalucía, caracterizada por su pasión y expresión emocional. Se acompaña de guitarras, palmas y cante.
9. Kabuki (Japón): Es una forma de teatro danzado tradicional japonés. Los actores interpretan historias épicas utilizando movimientos estilizados y gestos dramáticos. Los trajes elaborados y el maquillaje llamativo, son características distintivas.
10. Danza Irlandesa (Irlanda): Se divide en dos formas principales: danza suave (soft shoe) y danza de zapateado (hard shoe). Ambas se caracterizan por movimientos rápidos de pies, posturas erguidas y uso de trajes tradicionales.
11. Hip-Hop (Estados Unidos): Originado en la cultura urbana de las comunidades afroamericanas y latinas, el hip-hop es un estilo de danza energético y rítmico que incorpora movimientos de la calle, el breakdance y el popping.
12. Jarabe Tapatío (México): También conocido como “El Son de la Negra”, es un baile folklórico mexicano muy popular. Se realiza en parejas y combina movimientos de zapateado y giros elegantes.
13. Tango (Argentina): Originario de Buenos Aires, el tango es una danza apasionada y romántica. Se baila en pareja, abrazados íntimamente, y se caracteriza por movimientos rápidos de pies y una conexión intensa entre los bailarines.
14. Salsa (Cuba): Originaria de Cuba, la salsa es una mezcla de diferentes estilos de baile, como el son cubano y los ritmos africanos. Es una danza social enérgica y divertida que se baila en pareja.
15. Rumba (Cuba): La rumba cubana es una danza y música tradicional que refleja la herencia africana de la isla. Se caracteriza por movimientos sensuales y ritmos percusivos.

(Fuente: Factory Ballet. Artículos sobre ballet clásico. Artículos de danza. Publicado 13/07/2022).

(<https://difusionculturaluninter.wordpress.com/2012/11/08/los-10-estilos-mas-famosos-de-danza-en-el-mundo/>)

### 4.3 DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL.

El esquema corporal, ha sido definido por muchos autores, entre los que podemos destacar a Le Boulch (1972), el cual lo define como: Intuición global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que nos rodean.

Otros autores como Pieron o Legido lo definen de la siguiente manera:

- + Pieron: "Representación que cada uno hace de su cuerpo desde la referencia del espacio".
- + Legido: Imagen tridimensional en reposo o en movimiento que el individuo tiene de los segmentos de su cuerpo".

El esquema corporal se va construyendo en los niños de forma constante desde su nacimiento hasta que alcanzan los 12 años aprox. Varios autores estructuran este proceso por etapas, nos centraremos en los siguientes:

#### + Le Boulch.

- De 0 a 2 años. El niño delimita su cuerpo del mundo de los objetos.
- De 2 a 4 años. Prevalecen en el niño los elementos motores y cinestésicos sobre los visuales.
- De 5 a 7 años. El niño concibe una progresiva integración de su cuerpo.
- De 7 a 12 años. El niño concibe las distintas partes del cuerpo como un todo organizado.

#### + Ajuriaguerra.

- Etapa del cuerpo percibido (3-7 años): Se caracteriza porque el niño es capaz de obtener una orientación global de su cuerpo y de afianzar su lateralidad.
- Etapa del cuerpo representado (7-12 años): Se caracteriza porque el niño adquiere su esquema corporal definitivo.

- + Pierre Vayer: En una de sus obras "el niño frente al mundo", nos dice que el esquema corporal se define por las leyes de desarrollo neuromotriz (ley céfalo-caudal: Maduración del cuerpo desde arriba hacia abajo, y ley próximo-distal: Maduración del cuerpo desde la zona media del cuerpo hacia fuera). Este se divide en etapas:

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Periodo maternal (0-2 años): El niño supera los reflejos arcaicos e innatos como el reflejo del moro, para adquirir la capacidad de la marcha y las primeras coordinaciones.
- Periodo de aprendizaje (2-5 años): El niño con la ayuda del adulto comienza a obtener un mayor reconocimiento de su cuerpo.
- Periodo de transición (5-7 años): El niño cambia de asociar las sensaciones motrices y cinestésicas a obtener un progresivo control de su cuerpo.
- Elaboración definitiva del esquema corporal (7-12 años): El niño adquiere de manera definitiva su conocimiento corporal.

Los objetivos que se proponen en el currículum referente al Esquema Corporal, en los cuales la danza juega un papel importante son:

- Tomar conciencia del propio cuerpo, sus partes y su relación con el entorno.
- Flexibilizar y fortalecer la musculatura postural.
- Mejorar la coordinación muscular.
- Tomar conciencia de la higiene postural.
- Desarrollar la expresión corporal.

Para concluir, vamos a ver las consecuencias que puede tener un desarrollo del esquema corporal deficiente en nuestros alumnos: en el ámbito perceptivo, déficit de la estructuración espacio-temporal; en el ámbito motriz, falta de coordinación, mala postura, lentitud o problemas de equilibrio; en el ámbito relacional, inseguridad, baja autoestima o problemas en las relaciones sociales. A parte, se pueden manifestar problemas con el aprendizaje de técnicas instrumentales como son: la lectura, la escritura o el cálculo. (Le Boulch, 72).

### 4.4 PERCEPCIÓN DEL ESPACIO.

La percepción del espacio está íntimamente relacionada con la percepción corporal, la percepción temporal y la lateralidad.

Para Castañer y Camerino, la espacialidad se puede dividir en:

- + Percepción espacial: es la capacidad de mantener la localización del cuerpo en función de los objetos.
  - + Estructuración espacial: es la capacidad para orientar o situar objetos en un espacio tridimensional
- A la hora de desarrollar la espacialidad debemos tener en cuenta los siguientes espacios:
- + Propio (Kinesfera).
  - + Inmediato.
  - + Lejano.
- Evolución y desarrollo de la espacialidad en los niños:
- + 1º etapa (0-1 año): Durante el primer año de vida los objetos, el espacio y las personas son poco numerosas y se limitan al ámbito familiar.
  - + 2º etapa (1-2 años): La aparición de la marcha y el control del equilibrio obligan al niño a establecer conexiones entre las sensaciones visuales, cinestésicas y táctiles.
  - + 3º etapa (2-3 años): El niño comienza a percibir la existencia de un espacio general que comprende a él mismo y a todos los demás.
  - + 4º etapa (3-7 años): El niño adquiere definitivamente la percepción del espacio.
- Toma de conciencia del espacio.

El espacio no solo es un elemento físico, es también un elemento afectivo o simbólico y es el medio de relación entre dos o más personas. Sus 2 dimensiones son:

- + Primera esfera de acción. Espacio individual. La primera esfera de acción llamada Kinesfera es el espacio que rodea al cuerpo, marcado por el límite del movimiento corporal sin desplazamiento del cuerpo. Desde el punto de vista técnico, la primera esfera de acción se relaciona con los ejes corporales, el centro de gravedad, las direcciones en el espacio y los planos imaginarios que nos permiten estructurar racionalmente el espacio:
  1. Dimensión vertical: alto-bajo.
  2. Dimensión transversal: izquierda-derecha
  3. Dimensión sagital: delante-detrás.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Las 3 dimensiones confluyen dentro de una cruz tridimensional imaginaria situada en el centro de nuestro cuerpo (centro de gravedad).

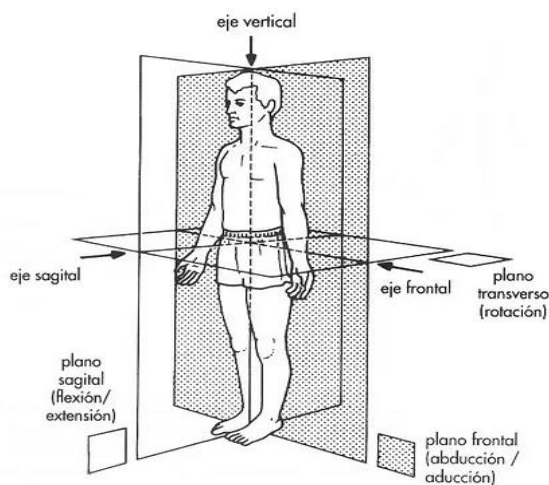


Figura 4. Planos y ejes del cuerpo.

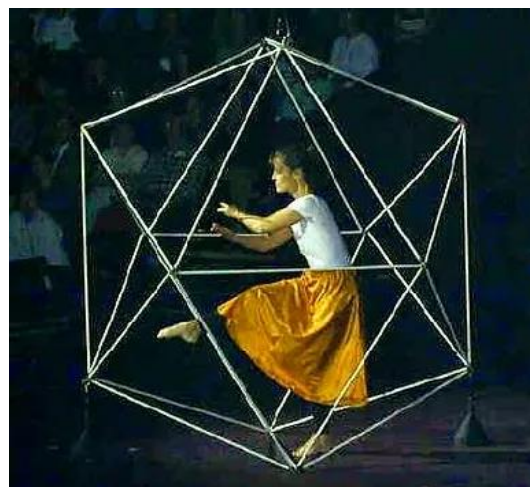


Figura 5. La kinesfera en la danza.

Fuente: Sara Idárraga Hamid.

✚ Espacio total. La proyección del movimiento al espacio es, simbólicamente ir más allá de los límites corporales para comunicar y expresarse. El gesto, puede ser según quede o no dentro de los límites corporales:

1. Íntimo: No busca respuesta.
2. Exterior. Busca respuesta, comunicación.

Cualquier diálogo gestual entre dos o mas personas se realiza a través del espacio y éste es el medio que permite esa conexión. El espacio total es algo descentralizado de uno mismo. El desplazamiento de la Kinesfera (espacio individual) de un sitio a otro, puede hacerse mediante dos tipos de trayectorias (rectas o curvas) y de varias formas (andando, saltando, corriendo, etc.).

### 4.5 PERCEPCIÓN DEL TIEMPO: RITMO Y TEMPO.

La percepción temporal, implica a los sistemas kinestésico y auditivo. Según Lora (1991), hay que diferenciar entre:

+ Tiempo subjetivo: es el tiempo percibido por el alumno.

+ Tiempo objetivo: es la duración concreta de una acción.

- La percepción temporal se clasifica en:

+ Percepción temporal: Es la forma de plasmar el tiempo (día-noche, mañana-tarde).

+ Estructuración temporal: Se relaciona con los conceptos de orden y duración.

✓ Orden: Distribución cronológica de los acontecimientos.

✓ Duración: Es el tiempo físico (min, seg, horas).

- Evolución y desarrollo de la percepción temporal en un niño.

+ 1º etapa (0-2 años): La percepción temporal está asociada con las necesidades biológicas del niño: comer, dormir, etc.

+ 2º etapa (3-6 años): El niño comienza a establecer las primeras relaciones entre el espacio y el tiempo.

+ 3º etapa (7-12 años): El niño consigue diferenciar el orden espacial del temporal, entiende las horas del reloj y puede estimar la duración aproximada de una actividad.

+ 4º etapa (13 años en adelante): El niño adquiere la capacidad perceptivo-temporal.

Ritmo: El ritmo es un movimiento controlado o medido, sonoro o visual que se repite en un determinado intervalo de tiempo. Es un juego de contrastes, ya sea por intensidad, tono, duración o timbre. El ritmo corporal puede ser:

- Sonoro: por ejemplo, las palmas o el ruido con cualquier parte del cuerpo.

- Cinemático: ritmos naturales (latidos del corazón, ritmo del habla, movimientos expresivos).

Tempo: El tempo engloba en sí al ritmo. Un mismo ritmo puede ser ejecutado mediante un movimiento o un sonido con tempo lento o rápido. El tempo se refiere al grado de lentitud o rapidez con que se manifiesta una secuencia sonora.

### 4.6 COMPETENCIAS DESARROLLADAS POR LA DANZA.

#### 4.6.1 LA COORDINACIÓN Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

##### FINA Y GRUESA.

La coordinación puede ser considerada como una habilidad transversal, ya que a partir de ella se pueden derivar el resto de habilidades motrices. Cuando hacemos una carrera, un salto o un lanzamiento, estamos haciendo un ejercicio de coordinación, incluso podemos llegar a decir que el movimiento más simple que podamos llegar a hacer nos exige un determinado nivel de coordinación.

Berruezo (2000) define la coordinación motriz como: la posibilidad que tenemos de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos en los que interviene la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otras partes del cuerpo.

Lora (1991) la define como: La capacidad de hacer intervenir armoniosa, económica y eficazmente, los músculos que participan en la acción, en conjunción perfecta con el espacio y el tiempo. (p.187).

Los elementos integrantes de la coordinación son: el control muscular, el equilibrio, la agilidad, el sentido del ritmo, la capacidad de anticipación, la fuerza, etc.

- Tipos de coordinación. Según Le Boulch (1972).

- ✚ Coordinación dinámico-general: relacionada con la coordinación de los segmentos de todo el cuerpo que interactúan conjuntamente.
- ✚ Coordinación específico-segmentaria: referente a movimientos analíticos donde se relacionan los sentidos, principalmente el de la vista, con los segmentos corporales.

Según Lora (1991) existen dos grandes tipos de coordinación: psicoorganicomotriz y perceptivomotriz. Es en este segundo, donde se engloba todo el proceso de aprendizaje a través del cual el niño interactúa con el medio que le rodea. Dentro de la coordinación perceptivomotriz, esta autora establece 3 tipos diferentes:

- ✚ Coordinación sensoriomotriz (Destaca la relación precisa entre el movimiento y los diferentes campos sensoriales).
- ✓ Coordinación visomotriz.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- ✓ Coordinación audiomotriz.
- ✓ Coordinación sensoriomotriz general.
- ✓ Coordinación cinestésicomotriz y velocidad de reacción.
- ✚ Coordinación global (Implica la participación dinámica o estática de todos los segmentos del cuerpo, al ajustarse al objetivo propuesto. (Lora, 1991, p.225).
  - ✓ Locomoción.
  - ✓ Lanzamiento.
  - ✓ Equilibrio.
  - ✓ Destrezas.
- ✚ Coordinación perceptivomotriz pura (aquella que permite la relación entre el mundo interior y exterior).
  - ✓ Toma de conciencia del cuerpo.
  - ✓ Toma de conciencia del espacio.
  - ✓ Toma de conciencia del tiempo.

### 4.6.2 DESARROLLO COGNITIVO Y EMOCIONAL. LA SEGURIDAD EN UNO MISMO.

En primer lugar, vamos a hacer hincapié en el poder de desarrollo cognitivo que tiene la danza a la hora de trabajarla en nuestras aulas. Para ello, hacemos referencia a Fuentes (2006), el cual las clasifica en diferentes connotaciones pedagógicas:

- ✚ Adquisición y desarrollo de las habilidades y destrezas básicas.
- ✚ Adquisición y desarrollo de tareas motrices específicas.
- ✚ Desarrollo de las cualidades físicas básicas.
- ✚ Desarrollo de capacidades coordinativas.
- ✚ Adquisición y desarrollo de habilidades perceptivo-motoras.
- ✚ Conocimiento y control corporal en general.
- ✚ El pensamiento, la atención y la memoria.
- ✚ La creatividad.
- ✚ Aumento de las posibilidades expresivas y comunicativas.
- ✚ Favorecer la interacción entre los individuos.



## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Por otro lado, la práctica de la danza desarrolla en el niño el sentido artístico, a través de la creación de coreografías propias, y la representación de otras ya existentes.

También es un factor de conocimiento cultural, a través de la danza trabajamos la educación intercultural, favoreciendo el conocimiento, la aceptación y la tolerancia de la realidad pluricultural de la sociedad actual y de nuestros centros educativos.

La danza permite a los alumnos expresar sus sentimientos y emociones de manera no verbal a través de su cuerpo, de manera creativa y constructiva. Aparte de promover la confianza y la autoestima personal al hacer que cada persona que la practica, se sienta más conectada con su cuerpo, y en consecuencia más cómoda consigo misma.

Por último, destacar que la danza ayuda a nuestros alumnos a sentirse más seguros de sí mismos, dado que el hecho de aprender y ejecutar una coreografía, les conlleva a sentir que han conseguido un logro personal. Por otra parte, al interactuar en el aula con el resto de compañeros, se fortalecen las relaciones sociales, lo que hace que cada componente se sienta más integrado dentro del grupo-clase.

### 4.6.3 TIPOS DE DANZAS.

Según la Academia de danza Miralbueno (2017):

- ✚ Danza Académica. Se denomina así porque se han creado métodos de enseñanza para su aprendizaje, y están sistematizados los pasos o movimientos que se realizan.
- ✚ Danza Clásica. El ballet sería un ejemplo claro. A este tipo de danza se le han ido agregando reglamentaciones, buscando un perfeccionamiento en cuanto a la forma de la ejecución de los bailes.
- ✚ Danza Moderna. Es un género de danza que se basa en la interpretación y visión individual del bailarín o coreógrafo. Esta expresión artística se empieza a forjar a principios del siglo XX. Sus movimientos son una expresión libre y fluida de estados, emociones, metáforas o ideas abstractas. A diferencia de la danza clásica, la danza moderna tiene un lenguaje corporal orgánico.
- ✚ Danza Contemporánea. Es una clase de danza en la que se busca expresar, a través del bailarín una idea, un sentimiento, una emoción, al igual que el ballet clásico, pero mezclando movimientos corporales propios del siglo XX y XXI.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- ✚ Danza Tradicional. Son todas aquellas que se transmiten por tradición de generación en generación, y a su vez forman parte del imaginario e identidad cultural de una comunidad o región específica, tienen por lo común un origen ritual. Dentro de las danzas tradicionales se encuentran las folklóricas, las regionales y las populares.
- ✚ Danzas Folklóricas. Son aquellas que reflejan y conservan las costumbres y tradiciones de las regiones donde se practican, conservando sus elementos originales tanto en la danza en sí, como en cuanto a la ropa. Se transmiten de generación en generación y representan los valores de un pueblo o cultura.
- ✚ Danzas Regionales. Son parte de las danzas folklóricas pero tienen una particularidad, que es la adaptación a una determinada región y estilo propio.
- ✚ Danzas Populares. Son danzas generalmente tradicionales de índole popular, entendiéndose esta como su uso o ejecución en festividades no solo religiosas, sino profanas, con una tendencia muy grande a la diversión: tarantelas, las jotas, el flamenco, boleros, danzas en círculos entre otras.

### 4.6.4 FOMENTO DE OTROS IDIOMAS (INGLÉS).

La danza posee muchas posibilidades, y una de ellas es el fomento y desarrollo en los alumnos de otros idiomas, por ejemplo el inglés, al utilizar un instrumento clave para ella como es la música y con ella la letra de las canciones. Este aspecto puede ser aprovechado por el maestro de E.F. como un punto de apoyo en el desarrollo de ese segundo idioma. Es un instrumento muy potente y otra forma de aprender idiomas totalmente distinta a la tradicional que se practica dentro del aula.

La danza y la música son un recurso valioso en el aprendizaje de idiomas. Al bailar o escuchar música en un idioma diferente, nuestros alumnos pueden desarrollar su comprensión auditiva y mejorar su capacidad para reconocer patrones lingüísticos, lo que puede ayudarles en su aprendizaje.

Mediante la danza podemos potenciar ese idioma a la vez que realizamos un trabajo corporal. El juntar actividad, movimiento e idioma, le aporta un plus de motivación al tema, lo que resulta interesante a la hora de valorar trabajar la danza en nuestras aulas. El estudiar un idioma desde un paradigma totalmente distinto al habitual, hará que se

rompan un poco los esquemas, y que el alumno muestre cuanto menos curiosidad por la nueva actividad.

También, a través de la danza y la música, es posible comunicar y transmitir sentimientos y emociones sin necesidad de palabras, lo que puede resultarnos muy útil para aquellos alumnos que se comunican en un idioma diferente.

Por otro lado, al aprender danzas y estilos de música de diferentes culturas, los alumnos adquieren una mayor comprensión y apreciación por las costumbres y tradiciones de otros países.

### 4.6.5 TRABAJO EN PROBLEMAS RELACIONADOS CON LOS TCA E IMAGEN CORPORAL.

El cuerpo pasa desapercibido para la gran mayoría de personas. La sociedad está muy centrada en su día a día, en su rutina, y no se para a pensar en la importancia de cuidar su cuerpo, ya que éste es el que nos permite ser lo que somos y estar donde queremos. Es aquí donde la danza actúa ya que para ella, el cuerpo es la herramienta fundamental de trabajo.

Nuestro cuerpo nos da un aspecto físico y nos proporciona unas características, las cuales son criticadas o no por el resto de personas. Como menciona el autor Carlos Díaz (Díaz, 2011), nos volvemos seres críticos de otros cuerpo pero al mismo tiempo nuestro cuerpo se vuelve algo público para los demás, y por lo tanto también está expuesto a las mismas críticas.

“Nosotros nos volvemos público de nuestro cuerpo y nuestro cuerpo se vuelve público” (Díaz, 2011).

Aquí es donde entran los verdaderos problemas de nuestra sociedad actual en cuestión de corporalidad e imagen corporal, en cuanto nuestro cuerpo se vuelve público y se torna objetivo de todo comentario y crítica. Hoy en día con Instagram y en general las redes sociales estamos sobreexponiendo nuestro cuerpo al público en general, y haciendo creer que siempre estamos bien y perfectos. Intentamos dar una imagen de perfección al resto de personas para que se nos valore, pero sabemos que nada de eso es real. Lo que nos lleva a muchos problemas psicológicos cuando no alcanzamos los objetivos que nos habíamos propuesto, como por ejemplo: un determinado número de

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

“likes” o de visualizaciones en redes sociales. Llegado a este punto pensamos que nuestra herramienta de trabajo, en este caso nuestro cuerpo, no es del todo buena, está defectuosa, e intentamos cambiarla o mejorarla, imitando aquellos perfiles corporales que tienen más éxito en nuestra sociedad. Actualmente los estereotipos que han sido implantados dentro de la sociedad del “cuerpo perfecto”, han sido muy marcados, lo que ha llevado al ser humano a formarse una imagen de lo que debería ser y no de lo que es. Para ello, los jóvenes y no tan jóvenes empiezan a meterse en un terreno peligroso psicológicamente, que llevado al extremo puede serlo también en el aspecto físico. Aquí empezamos a ver problemas de TCA (trastornos de conducta alimentaria), con el objetivo de verse mejor delante del espejo y sobretodo detrás de una cámara, ya que esa percepción supuestamente hará que el público en general responda positivamente dando más “likes” a nuestras fotos e historias, algo totalmente erróneo pero que lleva a hacer auténticas barbaridades por conseguir parecerse a ese perfil corporal exitoso.

No valoramos nuestro cuerpo, no lo cuidamos como se merece. Es triste ver como las personas han dejado de valorar su cuerpo, como lo descuidan. No entienden que un cuerpo saludable puede llevarnos a tener una vida de calidad. Y es que nuestro cuerpo, forma parte de la sociedad, nos caracteriza y diferencia de los demás, lo que nos da valor y nos hace únicos, y así es como deberíamos entenderlo. Pero la sociedad aboga por seres humanos y cuerpos cortados por un mismo patrón, todos iguales, y si alguno se sale de lo “normal” lo excluye o margina. “Los humanos hemos inventado discursos que se han vuelto técnicas; técnicas que se han vuelto costumbres y hábitos; costumbres y hábitos que se han vuelto “lo normal”, “lo natural”, “la civilización”, “la cultura” (Díaz, 2011).

Tal y como hemos empezado este apartado, el cuerpo es la herramienta fundamental para la danza, en ella realiza movimientos y acciones que de normal no hace en el día a día. El bailarín de esta forma se vuelve conocedor de todas sus posibilidades corporales, las valora y potencia, al igual que también de sus limitaciones. El cuerpo nos permite sentir, ser, existir y es a través de la danza cuando podemos conocernos a nosotros mismos como individuo, como ser humano, que siente, que vive, que hace, que reflexiona, no dejándonos guiar por ideas o prejuicios que nos marca la sociedad en la que vivimos.

### 4.6.6 DESARROLLO DE LA MEMORIA Y LA EXPRESIÓN CORPORAL A TRAVÉS DE LA DANZA.

La danza es una actividad que involucra tanto a la mente como al cuerpo. A través de la danza, nuestros alumnos pueden desarrollar habilidades cognitivas, emocionales y físicas. Dos de las habilidades que podemos desarrollar a través de la danza son: la memoria y la expresión corporal.

La danza tiene un potencial enorme en el desarrollo de las competencias en nuestros alumnos. Ésta desarrolla de manera especial el tema de la memoria. Al bailar, se pueden memorizar secuencias y movimientos más o menos complejos, lo que implica en primer lugar, una comprensión de los mismos, y en segundo lugar, una ejecución de pasos en el orden correcto (memoria espacial). Esto requiere que el cerebro utilice la memoria a largo plazo para recordar una coreografía, y a corto plazo para mantener los movimientos en la mente hasta el momento de ejecutarlos.

“Dentro de la expresión corporal, la danza nos abre la posibilidad de crear, con los gestos del cuerpo, un mensaje estético cargado de emoción y de ideas. Aspectos como la actitud corporal, la mirada, el espacio que ocupa el cuerpo al bailar, pueden transmitirnos muchos mensajes” (Balcells, 2000).

Por consiguiente, la danza en sí misma es expresión corporal, a través de ella el bailarín expresa sus sentimientos y emociones más profundos con su cuerpo, sin necesidad de la palabra, de tal forma que el mensaje le llegue a la persona que lo está viendo de forma intensa y clara. El desarrollo de la expresión corporal a través de la danza, implica la comprensión por parte de nuestros alumnos de cómo el cuerpo y la mente trabajan juntos para transmitir un mensaje a través del movimiento.

“EL movimiento y el gesto del cuerpo son la materia prima de los contenidos del trabajo de la expresión corporal” (Balcells, 2000).

### 4.7 EL DESARROLLO DE LA LATERALIDAD A TRAVÉS DE LA DANZA.

#### 4.7.1 LATERALIDAD – COORDINACIÓN.

En este apartado trataremos de analizar el desarrollo de las habilidades y destrezas motrices básicas (lateralidad y coordinación), cuál es su importancia dentro del rendimiento académico del alumno, ventajas y su íntima relación con la danza.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas, se ha convertido en un factor primordial durante la infancia, ya que es el momento perfecto para su enseñanza y aprendizaje. La adquisición de las habilidades motrices básicas, determina el grado de eficiencia a la hora de realizar cualquier actividad motriz. Entre estas habilidades, se puede destacar a la lateralidad, comprendida como el predominio que ejerce un lado del cuerpo sobre el otro.

Podemos definir a la lateralidad como: Asimetría funcional nacida de la preferencia de uso de uno de los lados del cuerpo (derecho o izquierdo) principalmente de la mano o del pie. La cual se desarrolla de manera estable en la vida postnatal, y se mantiene constante durante la vida adulta de la persona. Como expresa (Meur y Staes.1984), el desarrollo de la lateralidad es de vital importancia, debido a que se discrimina el segmento derecho del izquierdo, basándose fundamentalmente en el desarrollo psicomotor. El dominio de uno de los segmentos corporales del cuerpo se relaciona con la precisión, velocidad y coordinación, lo que contribuye al desarrollo de la madurez motriz. (Velasco, 1996).

#### Clasificación de la lateralidad.

##### 1. Según su naturaleza.

A. Normal: aquella que se define de acuerdo con la predisposición constitucional.

B. Patológica: aquella que no se define de acuerdo con la predisposición constitucional.

##### 2. Según su grado.

A. Evolutiva: aquella que se establece a lo largo de un periodo de tiempo, es decir, que no aparece repentinamente.

B. Relativa: aquella que aunque se implante en el periodo adecuado, no tiene por qué ser en todos los individuos por igual.

### 3. Según su homogeneidad.

- A. Integrados: aquella en la que aparece un predominio claro de un hemicuerpo. Ej. Ojo, mano, pie y oído de un mismo lado dominante.
- B. No integrales: En la que no existe homogeneidad.
  - i. Cruzada: ojo derecho, mano izquierda.
  - ii. Invertida: aquella que cambia la lateralidad innata por la aprendida.
  - iii. Ambidextrismo: cuando no existe predominio claro de un hemicuerpo frente al otro.

### Evolución de la lateralidad.

La lateralidad es un proceso que se desarrolla en los 6-7 primeros años de vida del niño/a. Ajuriaguerra define sus etapas:

- ✚ De 0 a 18 meses: El comportamiento del niño es de carácter bilateral y simétrico.
- ✚ De 3 a 4 años: Comienza el predominio ocular.
- ✚ De 4 a 5 años: Se inicia la definición de la predominancia manual y la coordinación visomotriz.
- ✚ De 6 a 7 años: Se concreta la predominancia manual y el niño adquiere las nociones de derecha e izquierda con relación a su cuerpo.
- ✚ De 8 a 11 años: El niño es capaz de entender la lateralidad desde el punto de vista de los demás.
- ✚ De 11 a 12 años: El niño comprende la lateralidad objetiva de los objetos con relación a ellos mismos.

Por otra parte, la coordinación es una de las habilidades más importantes en la relación del ser humano con el entorno, junto a otras como la resistencia, la fuerza y la flexibilidad (Čillík & Willwéber, 2018). Se define como: La capacidad de planificar, controlar y regular nuestro movimiento con el fin de alcanzar un objetivo.

Un adecuado desarrollo de la coordinación tiene efectos positivos en la maduración física, motriz y cognitiva en edades tempranas (Coetzee, 2016; Walhain, van Gorp, Lamur, Veeger & Ledebt, 2016) al ser un componente relevante en el desarrollo del niño, debido a los diferentes movimientos combinados y sincronizados que son recibidos por el sistema nervioso central.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Se pueden especificar dos tipos de coordinaciones:

- ✚ Óculo-pédica: Requiere movimientos de gran exactitud entre la información visual y los miembros inferiores del cuerpo. Ejemplos: saltar obstáculos, conducir un balón, bailar, etc.
- ✚ Óculo-manual: Habilidades cognitivas guiadas por los movimientos de las manos a través de estímulos visuales. Ejemplos: escribir, dibujar, malabares, etc.

La relación existente entre la lateralidad y la coordinación, es que ambas constituyen habilidades previas para el desarrollo de aprendizajes básicos relacionados con la lectura, la escritura y diversas actividades motrices.

### Conclusiones más relevantes.

- ✚ La práctica de la danza académica durante la etapa de Educación Primaria, mejora la psicomotricidad fina, gruesa y el aprendizaje del esquema corporal.
- ✚ La danza es un mecanismo de desarrollo apropiado de la lateralidad, desarrolla la espontaneidad de los niños involucrando movimientos laterales, corporales, de orientación y coordinación. Las actividades de danza que involucran pasos segmentados, desarrollan la capacidad de reconocer derecha e izquierda, aspecto importante para la dominancia lateral, evitando futuros problemas en el desarrollo cognitivo, motriz y social.
- ✚ En la medida que el niño posea la capacidad de afianzar su lateralidad, podrá reconocer sus fortalezas y debilidades en los aspectos académicos y motrices.

También, destacar la trascendencia de trabajar las habilidades motrices básicas con nuestros alumnos, sobretodo en el área de Educación Física, y más específicamente el concepto de lateralidad, ya que es una de las claves para el desarrollo psicomotor del niño. El dominio de esta habilidad le aportará precisión, velocidad y coordinación en el resto de actividades motrices a las que se enfrente en su día a día, lo que le ayudará a superarlas con éxito. Por eso es fundamental su pleno desarrollo, integrándolo como base sólida del resto de habilidades motrices más complejas.

Por otra parte, el desarrollo de la coordinación óculo-pédica ayudará al niño a enfrentarse a situaciones motrices mucho más complicadas, partiendo de niveles muy básicos como gatear o dar sus primeros pasos, hasta recorrer un circuito de obstáculos o bailar una



## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

coreografía. Y el trabajo de coordinación óculo-manual desarrollará destrezas tan importantes en el alumno como son: el escribir o el dibujar.

Es a lo largo de todo este proceso, donde nosotros como docentes tenemos la responsabilidad de incentivar estas habilidades, con el fin de conseguir una madurez motriz de calidad en nuestros alumnos.

Por último destacar el papel relevante que desempeña la danza en el desarrollo de la lateralidad y la coordinación en los niños, dado que a través de ella se pueden trabajar aspectos como la espontaneidad, los movimientos laterales, corporales, la orientación o la coordinación. La danza desarrolla también la capacidad de reconocer los aspectos de derecha e izquierda, por lo que resulta una de las actividades más interesantes y completas a trabajar en el aula.

### 4.7.2 EL EQUILIBRIO.

El equilibrio es un proceso que permite mantener el centro de gravedad del cuerpo dentro de la base de soporte de peso, mediante el ajuste de la actividad muscular y posición de las articulaciones (Alonso, Brech, Bourquin & Greve, 2011; Greve, Alonso, Bordini & Camanho, 2007). Se divide en dos tipos: estático y dinámico. Es importante para el desarrollo motor, y juega un papel clave en actividades recreativas y en la práctica de modalidades deportivas. (MacNamara, Collins, Bailey, Toms, Ford & Pearce, 2011). El equilibrio no es una habilidad motriz general, sino específica según la tarea o test realizado (Tsigilis, Zachopoulou & Mavridis, 2001)

Se ha observado que el equilibrio mejora sustancialmente desde los 2 años hasta los 18 (Demura, Kitabayashi, Noda & Aoki, 2008), por lo que la etapa de educación primaria, es el momento perfecto para trabajarlo de manera activa.

De aquí, que a través de la danza podamos trabajar el equilibrio de forma integral, a través de diferentes pasos y coreografías, tanto a nivel estático como dinámico.

Por último, destacar la importancia de las actividades que realizan nuestros alumnos fuera de los centros escolares, ya que éstas les exigen un trabajo específico en algunas capacidades básicas, y por consiguiente, éstas empiezan a mejorar sustancialmente con la práctica diaria. De aquí, que actividades muy técnicas y en las que predomina claramente la capacidad del equilibrio, como pueden ser: el patinaje o la gimnasia rítmica, potencien esta capacidad y los resultados sean muy evidentes dentro del grupo-clase.

### 4.8 INCONVENIENTES CON LOS QUE SE ENCUENTRA LA DANZA.

El trabajo de la danza en las clases de Educación Física, es un instrumento fundamental para conseguir desarrollar los contenidos artístico-expresivos en los alumnos, trabajando: en primer lugar, la expresión corporal a través de los movimientos del cuerpo, la coordinación tanto individual, como por parejas o en grupo, el ritmo desarrollando la capacidad auditiva a través de la música, el equilibrio, incluso el desarrollo de la memoria aprendiendo una serie de pasos que luego hay que llevar a cabo dentro de una coreografía. Todo ello, hace que veamos la importancia que tiene la danza en la formación integral del niño, y la responsabilidad que tenemos nosotros como docentes de darle su lugar y trabajarla en las aulas. Contamos con una serie de factores en contra a la hora de trabajar este tipo de contenidos en clase, ya que erróneamente se considera que es un tipo de actividad meramente femenina, por lo que antes de empezar a trabajar con los alumnos el desarrollo propio del tema, necesitaremos hacer una contextualización del mismo, haciendo hincapié en que la danza o el baile en general no tienen un género específico, dando ejemplos actuales para acercarnos a la realidad de nuestros alumnos. Una vez asentada esta cuestión, podremos pasar a desarrollar los contenidos del tema en profundidad.

Por otro lado, la falta de formación del profesorado sobre la danza, es algo que se puede trabajar desde la formación inicial del profesorado en las universidades, de tal forma que los futuros docentes salgan de la facultad con la formación adecuada en la materia, tanto a nivel de conocimientos, como de recursos educativos para llevarla a la práctica.

Respecto a los medios, recursos o espacios para su puesta en práctica, la danza es una actividad que nos da la oportunidad de trabajarla a través de bailes urbanos, en teatros, representaciones en auditorios, por lo que la gran variedad de medios y espacios que podemos utilizar para llevarla a cabo, no deberían ser un hándicap, sino todo lo contrario, una herramienta motivacional a nuestro favor. Y por supuesto que pueden salir inconvenientes de algún tipo, a nivel organizativo, a nivel grupal o sociológico en el transcurso del trabajo, pero desde nuestra profesionalidad como docentes, debemos saber lidiar con ello y buscarle la mejor solución posible.

### 4.9 LEGISLACIÓN.

Dado el vaivén legislativo de nuestros políticos en cuestión de leyes de educación, se han publicado desde los años 90 hasta 6 leyes educativas: LOGSE (1990), LOPEGCE (1995), LOCE (2002), LOE (2006), LOMCE (2013) y LOMLOE (2020). En este apartado, vamos a analizar el marco general de la LOMLOE, el nuevo currículo de E.F. y su programación.

En primer lugar, hay que recalcar que la LOE sigue vigente, dado que simplemente ha sufrido las modificaciones de la LOMCE en primer lugar y de la LOMLOE a continuación, pero no ha sido derogada en ningún momento.

En segundo lugar entraremos a analizar el nuevo marco curricular de Educación Primaria, el cual se basa en el RD. 157/2022, con las adaptaciones que cada C.A. realice en virtud de sus competencias. Aspectos Novedosos:

#### A. Elementos curriculares.

- ✚ Se mantienen los objetivos de etapa, que son los logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa, cuya adquisición está vinculada a conseguir las competencias clave de cada área.
- ✚ Se mantienen las competencias clave, que son desempeños imprescindibles para que el alumno progrese con garantías de éxito en su formación, y afronte los retos y desafíos globales y locales.
- ✚ Perfil de salida: Concreta los principios y fines del sistema educativo referidos a la educación básica. Pretende aportar continuidad, coherencia y cohesión a la progresión del alumno en el desempeño competencial entre las etapas. El perfil identifica y define las competencias clave que se espera que los alumnos hayan desarrollado al completar esta fase de su formación. Es único y el mismo para todo el territorio nacional.
- ✚ Competencias específicas: Son los desempeños que el alumno debe poder desplegar en actividades o en situaciones que requieren saberes básicos de cada área. Establecen la conexión entre: el perfil de salida del alumno, los saberes básicos de las áreas y los criterios de evaluación.
- ✚ Criterios de evaluación: Se mantienen, pero con un cambio de orientación. Indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones de las competencias específicas de cada área.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- ✚ Saberes básicos: Conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de un área, cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.
- ✚ Situaciones de aprendizaje: Sustituye al término “Unidad Didáctica”, y hace referencia al conjunto de situaciones y actividades que los docentes imparten para lograr que el alumnado desarrolle las competencias clave y específicas.

### B. Fines y principios.

- ✚ La finalidad de la educación primaria sigue siendo la misma, es decir, adquirir aquellos aprendizajes que garanticen la formación integral y contribuyan a la formación de la personalidad del alumnado, con el fin de que les prepare para la enseñanza secundaria.
- ✚ Entre los principios generales de la etapa, se mencionan los del Diseño Universal de Aprendizaje (DUA), el cual proporciona al alumnado opciones didácticas para que aprendan a aprender y estén motivados en su aprendizaje. Tiene un currículo flexible para ajustarse a las necesidades y diferentes ritmos de aprendizaje. (Figuroa, Ospina y Tuberquia, 2019).

Es aquí donde está la clave del nuevo currículo para Pérez Pueyo et al (2022), en conseguir generar experiencias de éxito a todo el alumnado, sin excepción.

- ✚ Principios pedagógicos: Se establece la realización de proyectos significativos para los alumnos que favorezcan la resolución colaborativa de problemas, refuerce la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. La enseñanza basada en proyectos, se constituye como metodología a seguir.
- ✚ Pérez-Pueyo et al (2022). Dicen que la Educación Física debe generar “experiencias positivas en el alumnado, que les permita poder desarrollar una adherencia a la práctica de actividad física al finalizar la educación obligatoria”
- ✚ El enfoque profesional del RD. 157/2022, de 1 de marzo, es claro, se deben generar espacios de experiencias positivas en relación a la actividad física para todo el alumnado desde una Educación Física de calidad, también intentando controlar parte del problema de sobrepeso y sedentarismo, pero sin olvidar los beneficios que proporciona el área: motivacionales, inserción social, cognitivos, relaciones interpersonales o autoconcepto físico.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

### C. Áreas.

- ✚ Desaparece el término asignatura, empleado por la LOMCE, y se cambia por el de área. Desaparece la distinción entre asignaturas troncales y específicas. Las ciencias naturales y sociales vuelven a formar el área de conocimiento del medio, aunque deja la posibilidad de dividirse según estimen los centros.

### D. El horario de Educación física.

- ✚ El RD. 157/2022, de 1 de marzo, establece un horario mínimo para el área de Educación Física de 2 horas, aunque las C.A. las pueden aumentar.

### E. Evaluación.

- ✚ Se mantienen las características de la evaluación: criterial, global, continua, formativa y objetiva. A través de los criterios de evaluación se evalúan las competencias específicas del área.
- ✚ La promoción se vuelve a realizar al final de cada ciclo. El ciclo que se había eliminado como elemento temporal dentro de la etapa con la LOMCE, se recupera con la LOMLOE. Se recupera la evaluación de diagnóstico en 4º.

En el anexo II del RD. 157/2022, de 1 de marzo, se detalla la finalidad y propósitos del área de Educación Física:

- ✚ Adopción de un estilo de vida activo.
- ✚ El conocimiento de la propia corporalidad.
- ✚ El acercamiento a manifestaciones culturales de carácter motor.
- ✚ La integración de actitudes ecosocialmente responsables.
- ✚ El desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices.

De igual manera el RD. 157/2022, introduce un nuevo elemento curricular, las competencias específicas:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz.

Por último, los bloques de contenidos son 6, donde se organizan los saberes básicos.

1. Vida activa y saludable.
2. Organización y gestión de la actividad física.
3. Resolución de problemas en situaciones motrices.
4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
5. Manifestaciones de la cultura motriz.
6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

La enseñanza pública debe respetar la equidad y ser inclusiva, puntos importantes del nuevo currículo del RD. 157/2022. La diversidad debe ser un punto clave de trabajo en nuestras aulas.

La Educación física debe ser consciente de la importancia que tiene a partir de ahora con todos los cambios curriculares, y trabajar con profesionalidad y coherencia en los saberes básicos a través de experiencias de aprendizaje fundamentadas, con el fin de desarrollar e implantar las competencias clave y específicas necesarias para que nuestro alumnado consiga tener un perfil de salida de calidad en su etapa primaria de formación.

Por último, recordar que la finalidad de la Educación primaria sigue siendo la de adquirir una formación integral que contribuya a la formación de la personalidad del alumnado, con el fin de prepararlos para la enseñanza secundaria, a partir de aquí desarrollemos nuestro modelo pedagógico en el área de Educación Física lo mejor que sepamos.

### 5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

#### 5.1 JUSTIFICACIÓN.

La danza, la danza en nuestras aulas de Educación Física, trabajada desde la etapa de Educación Primaria. Creemos importante empezar a trabajar el contenido de la danza en esta etapa de formación de nuestros alumnos, ya que es en ella, donde se lleva a cabo el proceso de formación de la personalidad, y es aquí donde los niños están más abiertos y con una mayor predisposición a trabajarla y a aprender todos los contenidos que ésta les ofrece.

A parte, es el momento ideal para asentar con este trabajo de expresión corporal todos y cada uno de los aspectos que desarrolla la danza en nosotros, como: Trabajar la expresión corporal y con ella la expresividad de sentimientos y emociones; desarrollar las habilidades motrices básicas como los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, recepciones, etc.; el desarrollo y asentamiento del esquema corporal, la lateralidad o el equilibrio; también trabajamos el tema de la coordinación, la percepción del espacio y del tiempo; y a nivel psicológico, la autoestima y la seguridad personal. Como vemos, la danza desarrolla una serie de competencias muy importantes para la formación integral de nuestros alumnos, y por eso creemos que esta propuesta de intervención didáctica debe tener como objetivo su fomento y desarrollo.

Pensamos también, que es necesario que los niños adquieran desde edades muy tempranas los valores que transmite la danza como: el respeto y la aceptación hacia uno mismo y hacia los demás; la disciplina en la práctica, teniendo un buen autocontrol y una buena perseverancia para conseguir sacar adelante todos los proyectos que se propongan; la creatividad a través de la música y las coreografías; o el trabajo en equipo, ya que la danza enseña la importancia de la colaboración y el compromiso con los demás.

En resumen, hemos elegido a la danza como núcleo de acción de esta propuesta didáctica para nuestros alumnos de Educación Primaria, dado que aparte de proporcionarles una gran variedad de habilidades técnicas, también les proporcionará valores importantes que les ayudarán y acompañarán a lo largo de toda la vida.

### 5.2 CONTEXTUALIZACIÓN.

#### Contextualización del centro.

El colegio en el cual tiene lugar esta propuesta didáctica se llama CEIP. Carlos de Lecea, en Segovia. Este colegio se encuentra en la C/ Greco nº 2, en el barrio de la estación. Actualmente, cuenta con una única línea integrada por 159 alumnos y un claustro de 20 maestros. El horario es de 9 a 14 horas.

Respecto al barrio, está sufriendo una fuerte transformación debido a la llegada de un gran número de población extranjera. El ayuntamiento ha aprobado un proyecto de recuperación del entorno natural que existe alrededor del colegio. Para ello, se pretende construir espacios de recreo, aparcamiento y una pista polideportiva. En la parroquia y en el centro cívico de San José, se llevan a cabo actividades culturales para los niños.

Respecto a las familias que conforman el centro, son por lo general jóvenes, con un nivel socio-cultural medio y heterogéneo, habiendo múltiple diversidad cultural de origen polaco, marroquí, chino, etc.

Las características del centro las podemos ver más detalladamente en el Anexo I.

#### Contextualización del grupo-clase.

La propuesta didáctica, está dirigida a alumnos que están cursando 5º de Educación Primaria. La clase consta de 20 alumnos, muy diferentes entre sí, lo que nos lleva a realizar adaptaciones en las actividades para dar respuesta a las características y necesidades educativas de cada uno. En general como grupo-clase, es un grupo muy trabajador, y comentándolo con profesores, esta clase será difícil que se vuelva a repetir.

De forma más individualizada, está el caso de un alumno extranjero, el cual tiene problemas con el idioma. Todavía no está integrado en el grupo-clase. Académicamente, se le ha hecho una adaptación curricular, está en sexto, cursando un nivel de 4º de primaria.

Por otra parte, hay un chico con hiperactividad. El único problema es que es muy complicado que atienda a las explicaciones, por lo demás es un alumno que está integrado en el grupo como uno más.

Por último, hay una alumna con dificultades de aprendizaje, aunque es una alumna muy trabajadora, y a su ritmo va aprendiendo y progresando. También está totalmente integrada en el grupo-clase.

El resto de alumnos, son chicos muy trabajadores, responsables, de familias estables con un nivel socio-económico medio y comprometidas con el colegio.



### 5.3 OBJETIVOS.

#### 5.3.1 Objetivos generales.

Esta propuesta de intervención didáctica, pretende desarrollar en los niños los objetivos generales siguientes, planteados en el artículo 7 del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establece, la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria:

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismos, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la comunidad autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
- Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

<https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con>

### 5.3.2. Objetivos didácticos.

Los principales objetivos propios de la propuesta de intervención didáctica planteada son:

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
3. Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.
4. Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.
5. Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.
6. Analizar y denunciar cuales son los principales obstáculos con los que se encuentra la danza y la expresión corporal en general, a la hora de ser trabajadas por los docentes en las clases de Educación Física.

### 5.4 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE Y SABERES BÁSICOS.

Los contenidos que se van a trabajar a través de esta propuesta de intervención, se estructuran en 7 bloques del área de Educación Física, a saber: BOCYL del área de Educación Física.-D-30092022-2. Boletín Oficial de Castilla y León, núm. 190, pág. 48564. Viernes, 30 de septiembre de 2022.

**BLOQUE A.** *Vida activa y saludable.* Tiene contenidos de los tres componentes de la salud: física, mental y social, en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, incorporando la perspectiva de género, rechazando comportamientos contrarios a la salud e incidiendo en la importancia de los hábitos que contribuyan al mantenimiento y mejora del bienestar.

- Salud física: Efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.
- Salud mental: Consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás, mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.
- Salud social: Aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

**BLOQUE B.** *Organización y gestión de la actividad física.* Los contenidos que engloba este bloque atienden a cuatro componentes de la organización y gestión de la práctica motriz: La elección, preparación, planificación, autorregulación y seguridad.

- Valoración del esfuerzo personal en la actividad física y confianza en sus propias posibilidades.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor, con autonomía y creatividad.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y el resultado.
- Prevención de accidentes y lesiones en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma, dosificación del esfuerzo y recuperación.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

BLOQUE C. *Resolución de problemas en situaciones motrices.* Incorpora contenidos que intervienen en los procesos de aprendizaje y práctica motriz: la percepción, la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad y los procesos de creatividad motriz.

- Toma de decisiones: Selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de respuestas en función de una adecuada percepción selectiva: anticipación de las consecuencias sensoriales del movimiento. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal (Conciencia y control del cuerpo. Interiorización y organización funcional del propio cuerpo); Equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio); temporal (simultaneidad y sucesión de acciones; organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles; direccionalidad del espacio; dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos).
- Capacidades condicionales: Identificación de las capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad) que intervienen en una actividad físico-deportiva.
- Creatividad motriz: Identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Ejecución de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes en situaciones variables.

BLOQUE D. *Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.* Recoge contenidos orientados al desarrollo de la respuesta emocional del alumnado, a la adquisición de habilidades sociales, al fomento de relaciones constructivas e inclusivas y al rechazo de conductas contrarias a la convivencia, todo ello en el ámbito de situaciones derivadas de la práctica de actividades físicas y deportivas.

- Gestión emocional: Ansiedad y situaciones motrices. Afrontamiento y gestión.
- Habilidades sociales: Estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Identificación, abordaje y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia tanto en situaciones motrices surgidas en clase, como en espectáculos deportivos y adopción de actitudes adecuadas para evitar comportamientos discriminatorios (discriminación por cuestiones de género, capacidad, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista; abuso sexual o cualquier forma de violencia).
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que intervienen en el juego.

BLOQUE E. *Manifestaciones de la cultura motriz*. Presenta contenidos vinculados al reconocimiento y puesta en práctica de la actividad física como manifestación y herencia cultural, expresiva y artística de diferentes contextos y culturas, y en particular a las vinculadas con la Comunidad Autónoma de Castilla y León. Abarca tres grandes espacios de desarrollo: la cultura motriz tradicional, la expresión artístico-expresiva y el deporte como seña de identidad cultural.

- Usos comunicativos de la corporalidad: Comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. Diferentes técnicas expresivas.
- Composiciones estéticas: Iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc...
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo: Juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales de Castilla y León, coreografías grupales, etc... Movimientos en pareja o grupales en bailes.
- Prácticas teatrales: Juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc...
- Roles de trabajo: Actor, coreógrafo, espectador, etc...
- Proyectos de curso o centro: Mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de navidad, festivales de final de curso, conmemoraciones, exhibiciones, proyectos interdisciplinares, etc...

BLOQUE F. *Interacción eficiente y sostenible con el entorno*. Incluye contenidos que vinculan la realización de prácticas motrices con la conservación del medio natural y urbano.

- Consumo responsable: construcción y reutilización de materiales para la práctica motriz.
- Familiarización con materiales soporte (mapas, etc...).

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

BLOQUE G. *Información, digitalización y comunicación.* Este bloque, que pretende contribuir al proceso de una progresiva autonomía del alumnado en lo referente a la búsqueda, análisis y utilización de la información, incluye contenidos referidos a tres grandes ámbitos vinculados entre sí: el de la lectura e interpretación de textos propios del área, el del manejo básico de herramientas y recursos digitales y el de la comunicación y divulgación de trabajos y experiencias motrices.

- Vocabulario específico del área.
- Instrumentos y dispositivos digitales.
- Fuentes de información relacionadas con el área.
- Integración responsable de las TIC en el proceso de búsqueda, análisis y selección y comunicación de información.
- Interacción oral adecuada en contextos informales, escucha activa, asertividad y empatía con las intervenciones de los demás.
- Expresión y valoración de necesidades, vivencias y emociones.

### 5.5 COMPETENCIAS BÁSICAS.

Esta propuesta de intervención didáctica contribuye a la adquisición de las distintas competencias clave que conforman el perfil de salida del alumno, en la siguiente medida:

- Competencia en comunicación lingüística. Se trabaja en el momento de interactuar con los compañeros, ya sea a modo organizativo, de distribución de papeles o a modo de coordinación dentro de una coreografía. Así como, en la comunicación de sentimientos, emociones e ideas mediante el cuerpo. También, en la puesta en común de las conclusiones finales de la sesión y en la autoevaluación grupal de la misma.
- Competencia plurilingüe. Se desarrolla a través de la música, mediante canciones en otros idiomas que hagan que el alumno adquiera y se familiarice con los patrones lingüísticos del idioma escogido. A parte de potenciar la comprensión auditiva del mismo.
- Competencia en ciencia, tecnología e ingeniería. Se fomenta mediante la búsqueda en internet y las TICs en general, de información sobre aspectos propios de la materia, en este caso la danza, con el objetivo de coger ideas para realizar una coreografía grupal libre.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender. Se trabaja a partir de la interacción social con los compañeros en las situaciones motrices que planteamos en el aula. Mayor seguridad en uno mismo, aceptación de la propia imagen y de la de los demás, son algunas de las competencias que adquieren los alumnos cuando se ven inmersos en un trabajo progresivo de expresión corporal a través del contenido de la danza.
- Competencia ciudadana. Se aborda desde la perspectiva de que en la danza cabemos todos. El contenido de la danza no conoce de género, edad, nacionalidad o color de piel. Trabajamos en ella, aspectos muy importantes como son: La inclusión social y la multiculturalidad.
- Competencia emprendedora. Se fomenta cuando les pedimos a los grupos de alumnos que creen una coreografía propia, dándoles algunas pequeñas pautas de funcionamiento. Es aquí, cuando deben reflexionar y establecer un pensamiento estratégico, que haga que su coreografía final represente el potencial creativo e imaginativo que tiene cada uno de ellos.
- Competencia en conciencia y expresión cultural. Por último, gracias a trabajar el contenido de la danza, los alumnos adquirirán un patrimonio cultural y artístico de calidad, sabiendo apreciar la gran variedad y riqueza artístico-cultural que existe alrededor del mundo. Por otra parte, los alumnos desarrollarán sus capacidades para expresar ideas, sentimientos y emociones a través de su propio cuerpo.

### 5.6 METODOLOGÍA.

A lo largo de la propuesta de intervención didáctica, se irá variando de metodología según lo necesite la actividad que se lleve a cabo. Durante las distintas sesiones, habrá momentos en los que se requiera de una metodología directiva, cuando sean actividades cerradas, en las que el maestro explique su funcionamiento y no de opción a la improvisación ni aportación por parte de los alumnos. Hemos de decir que ésta será la metodología menos habitual.

Por otra parte, estará la metodología semi-directiva, ésta se llevará a cabo cuando el maestro explique la actividad que se va a llevar a término, pero deje libertad para que sean los alumnos los que elijan la forma más adecuada y personal de completarla.

Seguidamente, pasamos a exponer la metodología más habitual llevada cabo en esta propuesta didáctica, que es el aprendizaje por descubrimiento guiado, es aquí donde los alumnos pasan a ser los auténticos protagonistas de su aprendizaje, teniendo que llevar a cabo en diferentes grupos estrategias y elecciones para conseguir dar respuesta al planteamiento inicial hecho por el maestro. De esta forma, fomentaremos en ellos el pensamiento crítico, la autonomía, la confianza personal y la creatividad.

Dentro de la metodología anterior del aprendizaje por descubrimiento guiado, se lleva a cabo otra como es el aprendizaje cooperativo, ya que la mayor parte de las actividades llevadas a cabo en esta propuesta didáctica, demandan de un trabajo en equipo de calidad para poder completarlas. Los alumnos tendrán que utilizar sus habilidades sociales para ponerse de acuerdo y repartir tareas y papeles, para la consecución de un objetivo común. Aquí, el maestro estará solo de espectador, tomando nota de todo lo que vea para luego en el momento de vuelta a la calma, poder analizarlo y hacer hincapié en aquellos aspectos a mejorar.

La sesión constará de 3 momentos diferenciados entre sí: En primer lugar, la “Puesta en Acción”, donde se llevarán a cabo ejercicios de activación y calentamiento, preparando a los alumnos para la parte principal de la sesión; a continuación, en la “Parte Principal” se desarrollarán las actividades de peso, donde se trabajen más profundamente los contenidos del tema; y por último, el momento de “Vuelta a la Calma” lo utilizaremos para relajarnos y analizar cuáles han sido los objetivos de la sesión, y posteriormente reflexionar si se han conseguido o no, y en caso negativo, buscar posibles soluciones y propuestas de futuro.



### 5.7 RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN.

En cuanto a los materiales utilizados en las sesiones de esta propuesta didáctica de intervención, son muy variados: desde gorros, aros, colchonetas o cuerdas, hasta un traje completo en el que todo el grupo de baile, vaya idéntico vestido representando al país del mundo que hayan elegido.

La mayoría de los materiales se encuentran en el cuarto de material, situado dentro del pabellón María Martín, pero algunos, como los trajes típicos tradicionales para las coreografías finales se deben traer de casa.

Respecto a los espacios, las sesiones se llevan a cabo en el pabellón María Martín, al cual se accede desde el patio de Ed. Primaria. Este pabellón es de grandes dimensiones, y al estar techado, tenemos completa disponibilidad del mismo, no dependiendo de la meteorología del día a día.

En cuanto a la temporalización, la propuesta didáctica de intervención, se estructura en 6 sesiones, divididas en 3 semanas consecutivas (2 sesiones semanales), se llevarán a cabo los lunes y los viernes, con una duración de 1 hora cada una, a la que descontaremos el tiempo de llegada al pabellón, el tiempo de vestuario y posteriormente el tiempo de regreso a las aulas, lo que nos lleva a disponer de un tiempo efectivo de unos 45 min aprox. de trabajo real.

5.8 SESIONES DE TRABAJO.

DESARROLLO DE LAS SESIONES

SESIÓN 1


Objetivos

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.

Materiales

- Sillas, Altavoz, pendrive con música.
- Balones, aros, cuerdas.

Momentos de la sesión

 Puesta en acción. (5min).

- **El juego de las sillas:** Los alumnos al ritmo de la música, bailan alrededor de un círculo de sillas (hay una silla menos que número de participantes). Cuando se para la música, todos deben sentarse y siempre habrá uno que no lo consiga. El que quede sin silla, coge una silla del círculo y se pone a formar un círculo justo al lado, para que nadie se quede sin jugar en ningún momento. Los últimos participantes que queden en cada círculo, se enfrentarán entre sí en la gran final.

 Parte principal. (30/35min).

- **Acciones cotidianas:** Mientras suena la música, los alumnos deben ir realizando diferentes acciones cotidianas del día a día, como: Acostarse, despertarse, jugar a la play, lavarse los dientes, comer un bocadillo, escribir a ordenador... Estas acciones las va a ir marcando el profesor. La actividad se realizará totalmente en silencio, teniendo como única fuente de expresión al propio cuerpo.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

- **Deportes y mímica a cámara lenta:** Se trata de imitar los gestos de diferentes deportes a cámara lenta. Se puede hacer tanto en parejas como de forma individual. Los alumnos escenificarán el deporte escogido delante de sus compañeros, los cuales tendrán que analizar el movimiento y adivinar el deporte que se está representando.
- **Donde estamos:** Por grupos, el profesor dirá un lugar donde nos encontramos, por ejemplo: en la carretera. En este momento, todos los alumnos deberán convertirse en elementos que podemos encontrar en ella, como: semáforos, coches, peatones, motoristas, etc. La imaginación de cada uno es infinita. Los grupos mostrarán sus trabajos a los demás después de ensayar varios minutos. Se puede utilizar material si se cree necesario.

### ✚ Vuelta a la calma (Asamblea final). (5/10min).

- Se hará una pequeña reflexión de la sesión con los alumnos, haciendo especial hincapié en los objetivos que perseguíamos con cada ejercicio. Y preguntaremos que añadirían o modificarían ellos como propuesta de futuro.

## SESIÓN 2

### Objetivos

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.

### Materiales

- Altavoz, pendrive con música.
- Pelotas.

### Momentos de la sesión

#### + Puesta en acción. (5min).

- **Entre líneas al son de la música:** Tiene el mismo objetivo que el pilla-pilla, pero en este juego se reduce el campo de acción, ya que solo se podrá correr sobre las líneas pintadas en el suelo del pabellón. Y hay otro condicionante, solo se pueden realizar movimientos mientras esté sonando la música, en cuanto pare, todo el mundo debe quedarse inmóvil esté donde esté. Si alguien no cumple con esta norma, pasa a ser el que pilla.

#### + Parte principal. (30/35min).

- **A crear letras:** Consiste en dividirse en grupos y crear en el suelo palabras utilizando para ello nuestro cuerpo. Empezaremos la actividad creando letras sueltas, y poco a poco iremos subiendo la dificultad hasta acabar formando una palabra. Las letras y palabras que haya que formar, las irá marcando el maestro.
- **La pelota bailarina:** Por grupos, nos colocamos en círculo. El juego consiste en ir pasándose la pelota mientras suenan diferentes estilos musicales. En cuanto te la pasen, deberás bailar unos segundos al ritmo que esté sonando en ese momento, y seguidamente pasar la pelota al compañero que elijas.
- **La danza de los animales:** Para esta actividad utilizaremos música con sonidos reales de animales (ejemplo. Música de la selva). Los alumnos se distribuirán por el espacio de forma individual, y tendrán que representar con su cuerpo al animal que esté sonando en ese momento, haremos mucho hincapié en la importancia de los gestos faciales para expresar. Luego decidiremos que animal de todos ha sido el más logrado.

#### + Vuelta a la calma (Asamblea final). (5/10min).

- Haremos una asamblea final, analizando los contenidos que hemos trabajado en la sesión, y reflexionaremos sobre si los hemos conseguido o no. Hablaremos sobre cuales han sido los principales inconvenientes que nos hemos encontrado. Propuestas de futuro.

### SESIÓN 3

#### Objetivos

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
3. Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.

#### Materiales

- Altavoz, pendrive con música.

#### Momentos de la sesión

##### Puesta en acción. (5min).

- **Solo con una parte del cuerpo:** Al ritmo de la música y de forma individual cada uno empieza a bailar, pero solo con la parte del cuerpo que el maestro vaya diciendo: manos, cabeza, hombros, piernas, cintura, etc.

##### Parte principal. (30/35min).

- **El baile de las emociones:** En esta actividad, van a ir sonando diferentes fragmentos de canciones, los cuales representan estados de ánimo de la persona: canciones tristes, alegres, rápidas, lentas, rockeras, música clásica, de intriga, miedo... Se trata de que los alumnos utilizando solo su cuerpo, bailen expresando los sentimientos que les transmite la música.
- **La danza por control remoto:** Los alumnos están distribuidos por todo el espacio, convertidos en controles remotos con las directrices de: reproducir, avanzar, retroceder o pausar (Se puede hacer también en inglés: play, fast forward, rewind, pause). Consiste en bailar por todo el espacio de forma libre, al ritmo de distintos estilos musicales, siguiendo las indicaciones del control remoto que en este caso será el maestro. Cuando se diga “reproducir”, los alumnos empezarán a bailar al son de la

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

música pero sin desplazamiento. Con la directriz de “avanzar” o “retroceder”, los alumnos se desplazarán por el espacio hacia delante o hacia detrás mientras bailan al ritmo de la música, y por último cuando se diga “pausa”, se quedarán inmóviles totalmente.

- **El director de orquesta:** Utilizando música de diferentes estilos, los alumnos van saliendo al “escenario” de forma individual o en grupo, para que el resto de la clase les imite, y hagan todos los movimientos que éstos digan. Es una actividad complicada por el hecho de la “vergüenza” que pasarán al tener que hacer de directores de orquesta delante de toda la clase, pero en parejas o en grupos les resultará más sencillo.

### ✚ Vuelta a la calma (Asamblea final). (5/10min).

- Reflexionaremos sobre cuales han sido los contenidos trabajados en la sesión, y comentaremos que actividad les ha costado más realizar, y el porqué de cada una. Por último como hacemos siempre, abriremos un turno de palabra para posibles sugerencias y propuestas de futuro.

## SESIÓN 4

### Objetivos

2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
4. Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.
5. Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.

### Materiales

- Altavoz, pendrive con música.
- Gorros, pelucas, bufandas, gafas.... Etc.

|                       |
|-----------------------|
| Momentos de la sesión |
|-----------------------|

### + Puesta en acción. (10min).

- **La estatua:** Los alumnos distribuidos por el espacio, van bailando al ritmo de la música y de los distintos estilos musicales, hasta que ésta se detiene, es aquí donde los alumnos deben hacer una estatua perfecta, fijando la mirada en un punto sin mover ninguna parte del cuerpo. Las mejores estatuas se las puntuará positivamente tocándolas en silencio en la cabeza. A continuación, la música volverá a sonar y los alumnos volverán a bailar libremente al son de ésta.
- **La estatua sentimental:** Es una continuación de la anterior. Pero esta vez, vamos a intentar ir un poco más allá en la expresión a la hora de bailar. Ahora hay que adaptarse a la música y al sentimiento que diga el profesor. Por ejemplo, si el maestro dice que hay que representar el sentimiento de “cansado”, hay que bailar como si estuviésemos muy cansados, y cuando la música pare, la estatua que representemos debe transmitir estar cansada también. Esto lo haremos con varias emociones: cansado, alegre, triste, miedo, sorpresa, etc...

### + Parte principal. (25/30min).

- **La representación:** Se llevará a cabo en grupos de 5 alumnos cada uno, ellos mismos serán quienes los formen, con la única condición de que sean mixtos. La representación consistirá en elegir por grupos un cuento popular o una escena de película para representarla delante de los compañeros de clase, en ella se debe incluir un momento de baile de forma obligatoria. La duración debe estar entorno a los 3 minutos aprox. El único medio para expresar será el cuerpo, ya que todas ellas se harán en completo silencio. Para su preparación cada grupo contará con 10 minutos, después de los cuales, empezarán las representaciones.

### + Vuelta a la calma (Asamblea final). (5/10min).

- En la asamblea final, trataremos los objetivos que hemos trabajado en esta sesión, analizaremos si los hemos logrado, y pondremos en común los puntos fuertes y débiles de cada actividad. Por último abriremos un turno de palabra para sugerencias y propuestas de futuro.

SESIÓN 5


Objetivos

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
3. Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.
4. Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.
5. Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.

Materiales

- Altavoz, pendrive con música.
- Gorros, pelucas, bufandas, gafas.... Etc.

Momentos de la sesión

 Puesta en acción. (5min).

- **Las marionetas:** Los alumnos estarán repartidos por todo el pabellón ocupando el máximo espacio posible. El maestro va a ir contando una historia y a medida que ésta avance, los alumnos se van a tener que ir metiendo más en el papel, haciendo lo que en ella se les indica: Somos marionetas y estamos sintiendo como alguien tira del hilo, el cual, tiene sujeto nuestro brazo derecho, a continuación también estiran hacia arriba nuestro brazo izquierdo, poco a poco estiran el hilo que sujeta nuestros hombros hacia detrás.... La historia avanza pasando por todas las partes del cuerpo, haciendo que cada una de ellas tenga su momento de protagonismo. El ejercicio se



debe hacer con la máxima concentración posible, sintiendo los movimientos del cuerpo.

### Parte principal. (30/35min).

- **Batallas de baile:** Se organizan en 4 equipos mixtos, los cuales deben elaborar una pequeña coreografía de 30 segundos de forma libre, con la música y el estilo que quieran. A continuación, se llevarán a cabo las batallas, sonando cada 30 segundos la música de uno de los grupos, y se elegirá por aclamación popular que grupo ha sido el vencedor.

Este proceso si hubiera tiempo, sería interesante repetirlo al menos 2 veces, ya que en la segunda vez podríamos observar creaciones artísticas de un mayor nivel.

### Vuelta a la calma (Asamblea final). (5/10min).

- Analizaremos en la asamblea final como ha ido la sesión, los objetivos trabajados, y como se han sentido los alumnos en cada una de las actividades. Pondremos especial atención en aquellos puntos que les han resultado más complejos, e intentaremos analizar el porqué. Por último, como siempre se expondrán propuestas a mejorar.
- Por otra parte, les comentaremos a los alumnos que para la última sesión, deberán hacer grupos de 3, 4 o 5 componentes, los cuales, deberán preparar una coreografía tradicional representativa de un país del mundo, y para ello, deberán reunirse y practicarla fuera del colegio, buscar información sobre ella, y venir todos vestidos imitando los trajes tradicionales de la región elegida. Se les dará a elegir entre: El Ballet (Francia), el Can-can (Francia), el Hula (Hawái), la Samba (Brasil), el Capoeira (Brasil), el flamenco (España), la Danza Irlandesa (Irlanda), el Hip-Hop (Estados Unidos), el Tango (Argentina), la Salsa o la Rumba (Cuba). Cada uno de los grupos elegirá la que más le guste/motive teniendo que haber consenso entre todos los miembros del mismo. La única norma es que dos grupos no podrán elegir una misma danza.

SESIÓN 6


Objetivos

1. Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.
2. Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.
3. Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.
4. Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.
5. Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.

Materiales

- Altavoz, pendrive con música.
- Gorros, pelucas, bufandas, gafas.... Etc.
- Trajes tradicionales.

Momentos de la sesión

 Puesta en acción. (10min).

- **El mimo:** Esta actividad consta de 3 partes diferenciadas entre sí. Comenzaremos a nivel individual, los alumnos se distribuirán por todo el espacio y representarán con su cuerpo, aquello que vaya leyendo el profesor: Estamos metidos en una burbuja de la que no podemos salir, saltamos a la comba, trepamos por una cuerda, transportamos un objeto muy pesado... A continuación, seguiremos con la misma actividad pero por parejas, representando: El juego de estirar una cuerda de cada extremo y que de repente uno la suelta y el otro se cae al suelo, o simulaciones de

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

deportes como el boxeo. Por último, pasaremos a realizar simulaciones grupales como: Un día de playa, un concierto o una comida entre amigos.

### Parte principal. (30min).

- **Coreografías:** En esta última actividad, se llevarán a cabo las coreografías trabajadas por cada uno de los grupos durante la semana, para ello cada grupo dispondrá de un máximo de 5 minutos, donde tendrá que exponer a la clase una pequeña introducción acerca de las características más importantes de su danza y a continuación llevarla a cabo.

### Vuelta a la calma (Asamblea final). (5min).

- En la asamblea final, analizaremos los objetivos trabajados en la sesión, y realizaremos una pequeña reflexión acerca de todo el trabajo realizado en la propuesta didáctica de intervención. Reflexionaremos sobre los objetivos logrados, y puntualizaremos en saber cuáles han sido aquellas actividades que les han parecido más interesantes.

### 5.9 EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

#### 5.9.1 CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Para la evaluación de nuestra propuesta didáctica, utilizaremos principalmente la observación directa en el aula, comprobando si se cumplen y consiguen los objetivos propuestos para esa sesión, en caso contrario anotaremos para una posterior reflexión, el porqué. De cara a los alumnos observaremos si siguen las pautas marcadas por el profesor, si se involucran activamente en las actividades o no se las toman con la importancia que requieren, si son capaces de trabajar en equipo, si desarrollan y trabajan cada uno de los contenidos marcados, si aceptan e integran a todos los compañeros de clase a la hora de hacer las actividades, etc.

Cabe destacar que la evaluación, basándonos en López (2006) será auténtica, evaluando de forma integral los conocimientos, habilidades, actitudes y valores adquiridos. Cumpliendo con una serie de características:

- Integral: No alterando el proceso de enseñanza, puesto que se realizará dentro de la dinámica de la clase.
- Compartida: El alumno es participe de su evaluación, dándose cuenta de lo que está haciendo él mismo y lo que hacen sus compañeros, todo ello plasmado a través del cuaderno diario del alumno y la ficha personal de autoevaluación.
- Formativa: Evaluando los progresos y dificultades del día a día, con el objetivo de adquirir las competencias marcadas en la propuesta didáctica.

Por otra parte utilizaremos paradas de reflexión-acción, para puntualizar algún aspecto concreto de una actividad o corregir algún punto que no se esté dando como en un principio se esperaba.

Por último, uno de los momentos más importantes en el proceso de evaluación, serán las “Asambleas Finales”, en la última parte de cada sesión. En ellas, se reflexionará sobre los objetivos y contenidos trabajados, comentando cuáles han sido las principales dificultades que se han encontrado los alumnos, qué conceptos extraen de la sesión y por supuesto, se abrirá un turno de palabra para sugerencias de mejora y propuestas de futuro. Este feedback hará ver al profesor quién ha estado atento trabajando los contenidos planteados, y quién ha estado pasado el rato en clase.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Todas estas cuestiones finales de las asambleas, junto a las observaciones diarias del profesor a lo largo de las sesiones, estarán reflejadas en el cuaderno del profesor, siendo una herramienta más en la evaluación de los alumnos.

Los alumnos por su parte, también tendrán un cuaderno de clase, donde anotarán cualquier observación sobre su trabajo en la sesión, el narrado de ésta y su opinión personal añadiendo si así lo consideran, las modificaciones que ellos harían de cara a mejorar las actividades.

A parte, también se les proporcionará una ficha con un pequeño cuestionario de autoevaluación, para que lo rellenen con la nota que ellos se pondrían con respecto a su trabajo, participación e implicación a lo largo de toda la propuesta didáctica.

Por último, tendremos en cuenta la importancia de autoevaluar nuestro papel como docentes a lo largo de las sesiones con una autoevaluación del profesor, teniendo como objetivo, ver los puntos fuertes que hemos conseguido, pero sobretodo ver los que no han estado tan bien, para poder modificarlos en un futuro de cara a que nuestra faceta como docentes sea cada vez más completa.

### Instrumentos de evaluación.

- Cuaderno del profesor.
- Cuaderno diario del alumno.
- Ficha de control de los estándares de aprendizaje. (Anexo 2).
- Ficha de autoevaluación del alumno. (Anexo 3).
- Ficha de autoevaluación del profesor. (Anexo 4).

### 5.10 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Esta propuesta de intervención didáctica sobre la danza, potencia la inclusión de todos los alumnos, ya que en ella no cabe discriminación de ningún tipo, ya sea por motivos de raza, etnia, religión, nacionalidad o color de piel. La música es universal y su expresión mediante el cuerpo hace que aceptemos todos y cada uno de sus tipos, no importando su forma o tamaño, si son altos o bajos, gruesos o delgados.

Este trabajo está principalmente pensado para favorecer y potenciar la aceptación de la propia imagen corporal y la de los demás. De hecho es uno de los objetivos principales del mismo, por lo que el tema de la inclusión será prioritario en nuestras clases.

Con respecto al alumno que tenemos en clase que presenta dificultades con el idioma, podrá realizar la mayoría de las actividades sin mayor problema, ya que un gran número de ellas consisten en sentir la música y expresar ese sentimiento a través del cuerpo y no con la palabra.

Los otros dos casos, no presentarán mayor dificultad, debido a que muchas de las actividades siguen una metodología cooperativa, por lo que si no entendiesen algún punto o se perdieran en alguna explicación, será el mismo grupo y los compañeros, los que les ayudaran a superar la actividad con éxito.

Por tanto y para concluir, podemos afirmar que el tema de la expresión corporal en general, y la danza en particular, fomentan la interacción entre compañeros y sus relaciones sociales, ayudando a conseguir entre todos el objetivo final.

### 6. ANÁLISIS Y CONCLUSIONES.

En este apartado analizaremos los objetivos propuestos al principio de la intervención didáctica y veremos cuál ha sido el grado de consecución de cada uno de ellos.

#### *1- Conocer el desarrollo del esquema corporal y la lateralidad de los alumnos, y cuál es el papel de la danza en su evolución.*

Este primer objetivo al ser alumnos de 5º de Educación Primaria, partíamos desde la premisa de que ya estaría bastante asentado en los chicos, y así ha sido, aunque el tema de las actividades de expresión corporal por secciones del cuerpo, les ha hecho sentir y expresar de manera individualizada con cada una de las partes del cuerpo, teniendo cada una de ellas su momento de protagonismo, lo que ha reforzado el tema de la asimilación del esquema corporal personal, por si en algún caso estaba todavía pendiente.

Por otra parte, la lateralidad la hemos visto trabajar y mucho en las coreografías, junto al contenido de la memoria. En algunas ocasiones sobre todo en los primeros momentos de creación de las producciones, se sucedían bastantes errores de lateralidad en los movimientos, dentro del mismo grupo.

#### *2- Conseguir un desarrollo cognitivo y emocional en los alumnos a través del trabajo de expresión corporal.*

En segundo lugar, se ha conseguido un desarrollo cognitivo significativo en los alumnos sobre el conocimiento del tema de la danza y su expresión corporal. Nuestros alumnos partían de nociones muy básicas o casi nulas al respecto del tema y todo el abanico de posibilidades educativas que tiene a su alrededor.

Emocionalmente es donde más se ha podido ver la evolución en los chicos, ya que su expresión emocional y sentimental con la sola utilización del cuerpo, ha dado un salto de calidad a medida que se sucedían las sesiones. La expresividad gestual con todas y cada una de las partes del cuerpo, unida a la expresividad facial, mucho más difícil a veces de trabajar en las clases de expresión corporal, ha hecho que el resultado final sea realmente completo en todos los aspectos.

#### *3- Conocer distintos estilos musicales, danzas del mundo e idiomas a través de la música.*

Este tercer objetivo se ha podido lograr de manera cualitativa, ya que los chicos no solo han aprendido la danza y el estilo de baile que su grupo había elegido, sino que gracias a

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

esas presentaciones del resto de grupos de clase, enriquecemos enormemente la actividad, aumentando el conocimiento y sobretodo despertando esa curiosidad en los alumnos por conocer la gran variedad de danzas que existen alrededor del mundo.

Un aspecto a mejorar, es que se nos quedaron muchas danzas por conocer, debido a que no había suficientes grupos para poder coger y trabajarlas todas. Posiblemente con más tiempo o una reorganización grupal mejor, hubiésemos podido ampliar el conocimiento y disfrutar de todas ellas.

### *4- Trabajar con los alumnos a través de la danza y la expresión corporal problemas que están muy presentes en su día a día, tales como: TCA o la imagen personal.*

Este cuarto apartado, desde mi punto de vista personal es uno de los más importantes. El trabajo de la expresión corporal hace que perdamos esos estereotipos asimilados desde casa sobre el “cuerpo perfecto”, con los que nos bombardean diariamente desde la televisión y las redes sociales. En clase, todos y cada uno de los chicos, saben que su cuerpo es único, y que gracias a él tienen la posibilidad de expresar todos sus sentimientos y emociones, y cuánto de importante es cuidarlo y valorarlo, ya que es la única herramienta de trabajo que depende exclusivamente de nosotros.

No debemos hacer caso a las críticas que vengan del exterior en un mundo en el que nuestro cuerpo es tan “público”. Resulta a veces difícil entender, y por consiguiente explicarles a nuestros alumnos, que nuestro cuerpo nos caracteriza y diferencia de los demás, lo que sin duda nos da valor y nos hace únicos, y así es como deben entenderlo.

### *5- Desarrollar la memoria, la coordinación y el equilibrio tanto físico como mental en los alumnos a través de coreografías.*

Este quinto apartado, sobretodo el punto de la memoria sí que nos ha costado un poco más de conseguir, debido a los tiempos tan ajustados que tenemos en la asignatura de Educación Física, y en consecuencia los tiempos tan cortos de preparación, ensayo y memorización de cualquier coreografía o representación. Esta competencia se ha ido trabajando en gran parte de las sesiones, tanto a la hora de las representaciones como en las coreografías. Con respecto a los contenidos didácticos de la coordinación y el equilibrio, han ido los dos de la mano en su evolución, ya que a medida que se iban soltando los alumnos en la materia, iban adquiriendo un mayor nivel en éstos.



6- *Analizar y denunciar cuáles son los principales obstáculos con los que se encuentra la danza y la expresión corporal en general, a la hora de ser trabajadas por los docentes en las clases de Educación Física.*

Por último, se ha hecho un análisis sobre las dificultades de poner en práctica hoy en día esta propuesta didáctica, y es que aun en el siglo XXI, existe en nuestra sociedad y nuestra aula es reflejo de ello, una cantidad de estereotipos muy antiguos, como que la danza y los bailes en general, son una práctica meramente femenina. Esto se ha podido observar sobre todo en los alumnos del sexo masculino en las primeras sesiones de trabajo. A medida que avanzaban las mismas, estos alumnos se iban sintiendo más cómodos con el rol que estaban desempeñando, quitándose de encima esos estereotipos que cargaban desde casa.

Otro de los hándicaps, es la nula predisposición a trabajar este tipo de contenidos por parte de algunos maestros de Educación Física, sobretodo en edades ya avanzadas, debido a que al igual que la sociedad, ellos se educaron con otros valores o simplemente no se ven preparados o suficientemente cualificados para poder impartir este tipo de contenido en sus aulas.

Sería muy interesante que desde las universidades ofrecieran cursos de reciclaje y formación a toda esta cantidad de maestros que les interesara, sobre todo en los ámbitos de la Expresión Corporal y las Nuevas Tecnologías relacionadas con nuestra área de Educación Física.

## 7. PROPUESTAS DE FUTURO.

Como propuesta de futuro, hemos de decir que controlar muy bien los tiempos en las actividades es de vital importancia si queremos llegar a poder trabajar todos los contenidos planificados en la sesión.

Por otra parte respecto al contenido de las danzas del mundo, si en la planificación tuviésemos más tiempo de trabajo u otra sesión, sería interesante ampliar su trabajo, y así de esta manera, poder conocer una mayor variedad cultural sobre ellas.

Por último, puntualizar que hablar sobre la contextualización de la danza en nuestra sociedad en la primera sesión que tengamos con los alumnos, les ayudará a tener una mejor predisposición a trabajarla, ya que nadie les ha enseñado nunca que la educación corporal es igual de importante que la educación cognitiva que reciben en el resto de áreas.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

### 8.1 BIBLIOGRAFÍA.

- Ajuriaguerra, J (1978). *Manual de Psiquiatría Infantil*. Barcelona: Científico-médica.
- Alonso, A. C., Brech, G.C., Bourquin, A. M., & Greve, J. M. (2011). The influence of lower-limb dominance on postural balance. *Sao Paulo Medical Journal*, 129, 410-413. Doi: 10.1590/S1516- 31802011000600007.
- Arnaiz, P. (2014). Psicomotricidad y aplicaciones curriculares. Psicomotricidad. *Revista de Estudios y Experiencias*, 43-62.
- Balcells, M.C. (2000). *Expresión corporal y danza*. Barcelona: INDE publicaciones.
- Berruezo, P.P. (2000). *El contenido de la Psicomotricidad*. EN P. Botín (Ed). Psicomotricidad: prácticas y conceptos (pp.43-99). Madrid: Miño y Dávila.
- Castañer, M. (2000). *Expresión corporal y danza*. Barcelona: INDE. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd142/la-danza-representada-en-el-sello-postal.htm>.
- Čillík, I. & Willwéber, T. (2018). Influence of an exercise programme on level of coordination in children aged 6 to 7. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13.
- Coetzee, D. (2016). Strength, running speed, agility and balance profiles of 9-to 10-year-old learners: NW-child study. South African. *Journal for Research in Sport, Physical Education And Recreation*, 38 (1), 13-30.
- Darwin Fernando Guapi Morocho y Edison Rodrigo Arias-Moreno. Desarrollo de las habilidades y destrezas motrices básicas; lateralidad-coordinación: una revisión sistemática. *Revista Digital de Educación Física EmásF*.
- Demura, S., Kitabayashi, T., Noda, M., & Aoki, H. (2008). *Age-stage differences in body sway during a static upright posture based on sway factors and relative accumulation of power frequency*. *Perceptual and Motor Skills*, 107, 89–98. Doi: 10.2466/ pms.107.1.89-98.
- Díaz, C. (2011). *Teatro y pedagogía. Una metodología para la formación de docentes. Pensar la práctica para transformarla*. México: UNAM.
- EmásF, *Revista Digital de Educación Física*. Año 13, Núm. 78 septiembre-octubre de 2022. <http://emasf.webcindario.com>.
- Factory Ballet. *Artículos sobre ballet clásico*. Artículos de danza. Publicado 13/07/2022.

- Fuentes, A.L. (2006). *El valor pedagógico de la danza*. Tesis doctoral, Universidad de Valencia.
- Greve, J., Alonso, A., Bordini, A. C., & Camanho, G. L. (2007) *Correlation between body mass index and postural balance*. Clinics, 62(6), 717-720. Doi: 10.1590/S1807-59322007000600010.
- Josune Rodríguez-Negro, Javier Yanci. *Diferencias en función del género en el equilibrio estático y dinámico en estudiantes de educación primaria*. Universidad del País Vasco (España). 2019, Retos, 35, 113-116.
- Le Boulch, J. (1972). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Buenos Aires: Paidós.
- Le Boulch, J (1987). *La educación psicomotriz en la escuela primaria*. Barcelona: Paidós.
- López, V. M. (Coord.). (2006). *La evaluación en educación física. Revisión de modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa: la evaluación formativa y compartida*. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 10, 31-41.
- López, V. M., Pedraza, M. A., Ruano, C., Sáez, J. (2017). *Educación Física y Dominios de Acción Motriz: unidades didácticas*. Buenos Aires, Argentina: Miño y Dávila.
- Lora, L. (1991). *La educación Corporal*. Barcelona. Paidotribo.
- MacNamara, A., Collins, D., Bailey, R., Toms, M., Ford, P., & Pearce G. (2011). *Promoting Lifelong Physical Activity and High Level Performance: Realising an Achievable Aim for Physical Education*. Physical Education and Sport Pedagogy, 16(3), 265- 278. Doi: 10.1080/17408989.2010.535200.
- Meur, A., & Staes, L. (1984). *Psicomotricidade: educação e reeducação*. São Paulo: Manole.
- Miralbuena (Academia). *La danza: su historia y tipos*. Jun 29, 2017.
- Ortiz Camacho, M. M. (2002): *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo Editorial Universitario. Página 200-206; 210-213.
- Pérez-Pueyo, A, Casado, O. M., Hortigüela, D., Vargas, A., Heras, C y Garrote, J. (2022). *Nueva ley educativa y nuevo currículo en Educación Física*. EmásF. V.13, nº 78, septiembre-octubre. Recuperado de [https://emasf.webcindario.com/Editorial\\_78.pdf](https://emasf.webcindario.com/Editorial_78.pdf).

- Picq, L. y Vayer, P. (1977). *Educación Psicomotriz y retraso mental*. Barcelona: Científico-médica.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, *por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. BOE núm. 52, de 02/03/2022. Ministerio de Educación y Formación Profesional.
- Tsigilis, N., Zachopoulou, E., & Marridis, T. H. (2001). *Evaluation of the Specificity of Selected Dynamic Balance Tests*. *Perceptual and Motor Skills*, 92, 827-833. Doi: 10.2466/pms.2001.92.3.827.
- Velasco, C. (1996). *Brincar: o despertar psicomotor*. Rio de Janeiro: Sprint LTDA.
- Vicente, C. (1999). *El dialogo del alma y la danza*. Edit INDE, 21.
- Walhain, F., van Gorp, M., Lamur, K., Veeger, D. & Ledebt, A. (2016). Estado físico relacionado con la salud, coordinación motora y actividades físicas y sedentarias de niños urbanos y rurales en Surinam. *Revista de actividad física y salud*, 13 (10).

### 8.2 BIBLIOGRAFÍA DE IMÁGENES.

- Imagen 1, 2 y 3. Ortiz Camacho, M. M. (2002): *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo Editorial Universitario. Página 200-206; 210-213.
- Imagen 4 y 5. *La kinesfera, planos y ejes del cuerpo*. Por Sara Idárraga Hamid. <https://entretanto.co/la-kinesfera-planos-y-ejes-del-cuerpo/>.
- Imagen 6. *Ubicación del CEIP. Carlos de Lecea*. <https://www.google.es/maps>.
- Imagen 7. *Patio de Educación Primaria*. Elaboración propia.
- Imagen 8. *Pabellón María Martín*. <http://ceipcarlosdelecea.centros.educa.jcyl.es>.
- Imagen 9. *La biblioteca*. Elaboración propia.
- Imagen 10. *Comedor desde varios puntos de vista*. Elaboración propia.
- Imagen 11. *Comedor desde varios puntos de vista*. Elaboración propia.
- Imagen 12. *Sala de ordenadores*. Elaboración propia.
- Imagen 13. *Sala de profesores*. Elaboración propia.
- Imagen 14. *Salón de actos*. Elaboración propia.
- Imagen 15. *Pasillos. Planta baja*. Elaboración propia.
- Imagen 16. *Pasillos. Primera planta*. Elaboración propia.
- Imagen 17. *Aula de tutorías*. Elaboración propia.
- Imagen 18. *Huerto escolar*. <http://ceipcarlosdelecea.centros.educa.jcyl.es>.

### 8.3 WEBGRAFÍA.

- <https://academiamiralbueno.com/la-danza-su-historia-y-tipos/>
- <https://difusionculturaluninter.wordpress.com/2012/11/08/los-10-estilos-mas-famosos-de-danza-en-el-mundo.>
- [https://educagob.educacionyfp.gob.es/gl/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-primaria/areas/educacion-fisica.html.](https://educagob.educacionyfp.gob.es/gl/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-primaria/areas/educacion-fisica.html)
- [https://emasf.webcindario.com/Editorial\\_78.pdf.](https://emasf.webcindario.com/Editorial_78.pdf)
- [https://fundacioncompartir.org/noticias/danza-porque-importante-para-educacion-integral.](https://fundacioncompartir.org/noticias/danza-porque-importante-para-educacion-integral)
- [https://revistas.um.es/educatio/article/view/175101/148241.](https://revistas.um.es/educatio/article/view/175101/148241)
- [https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con.](https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con)
- [https://www.efdeportes.com/efd138/la-danza-y-su-valor-educativo.htm.](https://www.efdeportes.com/efd138/la-danza-y-su-valor-educativo.htm)
- [http://www.efdeportes.com/efd142/la-danza-representada-en-el-sello-postal.htm.](http://www.efdeportes.com/efd142/la-danza-representada-en-el-sello-postal.htm)
- [https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732283009.pdf.](https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732283009.pdf)

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

### 9. ANEXOS.

➤ Anexo 1. Características del CEIP. Carlos de Lecea.

El Centro se compone de dos edificios: uno para Educación Infantil y otro para Educación Primaria. Las dos construcciones disponen de un patio independiente.

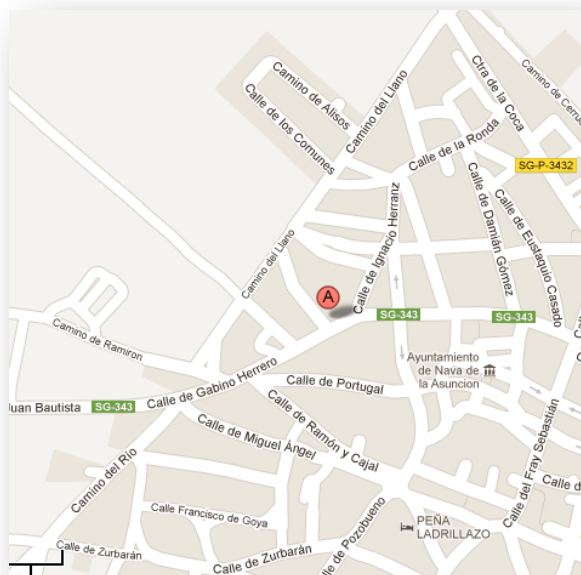


Figura 6. Ubicación del CEIP. Carlos de Lecea. Fuente: [www.google.es/maps](http://www.google.es/maps).

Los dos patios son amplios y muy soleados. El patio de Ed. Infantil se arregló a comienzos del curso 2011/2012 y el de Ed. Primaria a comienzos del 2018/19.



Figura 7. Patio de Educación Primaria.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

El Pabellón María Martín, se utiliza para todo el horario de Educación Física y la celebración de diferentes actos escolares. A éste se accede desde el patio de Ed. Primaria.



Figura 8. Pabellón María Martín. Fuente: <http://ceipcarlosdelecea.centros.educa.jcyl.es>.

La Biblioteca: Separada del comedor en el curso escolar 2.009-2.010. La obra fue realizada por la Junta de Castilla y León. Dispone de libros de cuentos y novelas de la literatura clásica. Contiene ejemplares de teatro, arte, ciencias sociales, plástica, matemáticas, pedagogía, así como enciclopedias y colecciones para todos los cursos de educación infantil y primaria.



Figura 9. La biblioteca.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Comedor: Durante el curso 2009/10, la Junta de Castilla y León hizo una reestructuración de los espacios del colegio para crear el comedor actual. Tiene un aforo para unos 100 comensales. Dispone de un servicio de catering.



Figuras 10 y 11. Comedor desde varios puntos de vista.

Sala de Ordenadores: Pequeña sala de ordenadores para todos los alumnos de Educación Infantil y Primaria.



Figura 12. Sala de ordenadores.



## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Sala de Profesores.



Figura 13. Sala de profesores.

Sala de usos múltiples: Utilizada para talleres, psicomotricidad y madrugadores.

Salón de actos: Amplio y luminoso espacio, donde se hacen la mayor parte de los actos del centro.



Figura 14. Salón de actos.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Pasillos del colegio: Son pasillos amplios y decorados. Hay dos, uno en la planta baja y otro en la primera planta.



Figura 15. Pasillos. Planta baja.



Figura 16. Pasillos. Primera planta

Otras dependencias: Tutorías y huerto.



Figura 17. Aula de tutorías.



Figura 18. Huerto escolar. Fuente: <http://ceipcarlosdelecea.centros.educa.jcyl.es>.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

➤ Anexo 2. Ficha de control de los estándares de aprendizaje.

| ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE   | SIEMPRE | A<br>VECES | NUNCA | OBSERVACIONES |
|---|---------|------------|-------|---------------|
| Expresa de forma adecuada sentimientos y emociones mediante el cuerpo.                                  |         |            |       |               |
| Acepta su propia imagen y respeta las características corporales del resto de compañeros.               |         |            |       |               |
| Interactúa con sus compañeros en las distintas tareas, proponiendo ideas y respetando las de los demás. |         |            |       |               |
| Accede a trabajar en grupo con todos los compañeros, sin mostrar actitudes discriminatorias.            |         |            |       |               |
| Desarrolla el equilibrio y la coordinación de forma óptima.   |         |            |       |               |
| Asimila los conceptos de espacio, tiempo, ritmo y tempo.  |         |            |       |               |
| Cuida y recoge el material utilizado en clase.  |         |            |       |               |

Tabla 1. Fuente: Elaboración propia.

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

➤ Anexo 3. Ficha de autoevaluación del alumno.

| LA DANZA Y LA EXPRESIÓN CORPORAL  |       |          |      |          |             |
|---|-------|----------|------|----------|-------------|
| FECHA DE AUTOEVALUACIÓN:  |       |          |      |          |             |
| NOMBRE:   |       |          |      |          | CURSO:      |
|   | MUCHO | BASTANTE | POCO | MUY POCO | COMENTARIOS |
| Muestro interés y participo activamente en las sesiones.                  |       |          |      |          |             |
| He colaborado con mis compañeros en el trabajo diario.                    |       |          |      |          |             |
| He seguido las pautas marcadas por el profesor.                           |       |          |      |          |             |
| Respeto las normas de las actividades y sus materiales.                   |       |          |      |          |             |
| Participo activamente en las asambleas, respetando los turnos de palabra. |       |          |      |          |             |
| Resuelvo conflictos de forma pacífica.                                    |       |          |      |          |             |
| Ayudo a mis compañeros cuando tienen alguna dificultad.                   |       |          |      |          |             |

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

|   |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| He comprendido los objetivos de las sesiones.     |  |  |  |  |  |
| <b>SOBRE LA PROPUESTA DIDÁCTICA</b>               |  |  |  |  |  |
| <b>¿Te han gustado las actividades? ¿Por qué?</b> |  |  |  |  |  |
| <b>¿Qué es lo que más te ha costado?</b>          |  |  |  |  |  |
| <b>¿En qué actividad te lo has pasado mejor?</b>  |  |  |  |  |  |
| <b>¿Si pudieses cambiar algo, qué sería?</b>      |  |  |  |  |  |

Tabla 2. Fuente: Elaboración propia. Inspirado en López, V.M., Pedraza, M.A., Ruano, C. y Sáez, J. (2017).

## LA DANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

➤ Anexo 4. Ficha de autoevaluación del profesor.

| <b>PROPUESTA DIDÁCTICA. LA DANZA Y LA EXPRESIÓN CORPORAL</b>        |                    |
|---|--------------------|
| <b>FECHA:</b>   | <b>CURSO:</b>      |
| <b>ASPECTOS A EVALUAR</b>   | <b>ANOTACIONES</b> |
| Consecución de los objetivos marcados.                              |                    |
| Metodología y control de aula.                                      |                    |
| Adecuación de la temporalización de las actividades al tiempo real. |                    |
| Reconducción de la sesión cuando se precisa.                        |                    |
| Atención a la diversidad.   |                    |
| Puntos fuertes de la propuesta didáctica.                           |                    |
| Puntos a mejorar de cara a futuro.                                  |                    |

Tabla 3. Fuente: Elaboración propia.