



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

TRABAJO FIN DE GRADO

La Expresión Corporal en Educación Primaria: Coreografías deportivas y juegos de representación.

Autor: Eire Valverde García

Tutor académico: María Teresa Archilla Prat

Curso: 2023/2024

Resumen:

El presente trabajo busca resaltar la importancia de la Expresión Corporal en el desarrollo integral de los estudiantes de Educación Primaria a través de una propuesta didáctica implementada en las clases de Educación Física. La Expresión Corporal es utilizada como herramienta pedagógica para mejorar tanto las habilidades motoras como las capacidades expresivas, creativas y sociales de los niños y niñas.

Por ello, se ha diseñado y llevado a cabo una intervención educativa donde se han incluido coreografías deportivas y juegos de representación. Estas actividades permiten a los alumnos a explorar y comunicar sus emociones e ideas mediante el movimiento, favoreciendo de esta manera su desarrollo emocional.

Esta intervención educativa ha empleado instrumentos con información cualitativa para analizar la evolución del alumnado en algunos aspectos. Los resultados mostraron mejoras significativas en las habilidades motoras, sociales y expresivas, demostrando la efectividad de la Expresión Corporal como herramienta fundamental en la Educación Primaria.

Finalmente, se concluye que la integración de la Expresión Corporal en el currículo escolar no solo es viable, sino que aporta beneficios significativos para el desarrollo integral de los alumnos, promoviendo su bienestar físico, social y emocional.

Palabras clave:

Expresión corporal, Educación Física, coreografías deportivas, juegos de representación, desarrollo integral, habilidades sociales, proceso creativo

Abstract:

This paper seeks to highlight the importance of corporal expression in the integral development of primary school students through a didactic proposal implemented in physical education classes. Corporal expression is used as a pedagogical tool to improve both motor skills and children's expressive, creative and social abilities.

For this reason, an educational intervention has been designed and carried out in which sports choreographies and performance games have been included. These activities allow pupils to explore and communicate their emotions and ideas through movement, thus favouring their emotional development.

The study was carried out using a qualitative methodology, analysing the evolution of the pupils' skills through observations and evaluations carried out throughout the sessions. The results showed significant improvements in motor, social and expressive skills, demonstrating the effectiveness of Body Expression as a fundamental tool in Primary Education.

Finally, it is concluded that the integration of Body Expression in the school curriculum is not only viable, but also provides significant benefits for the integral development of students, promoting their physical, social and emotional well-being.

Keywords:

Body expression, Physical Education, sports choreographies, performance games, integral development, social skills, creative process.

ÍNDICE

Introducción.....	6
Objetivos del TFG	7
Justificación del tema	7
Competencias generales del título	8
Competencias específicas de mención de Educación Física	11
Marco teórico.....	13
1. Conceptualización de la Expresión Corporal.	14
2. La EC dentro del sistema educativo español.	18
3. Proceso creativo en Educación Física.	19
4. Juegos de representación y coreografías.	21
Diseño de la Intervención/ Situación de Aprendizaje.....	23
Justificación de la intervención.....	23
Contextualización	24
Temporalización.....	25
Objetivos de la Situación de Aprendizaje	25
Competencias generales de Educación Primaria	26
Competencias básicas/específicas.....	26
Contenidos (currículo y específicos de sesión).....	27
Desarrollo-resumen de las sesiones	28
Sesiones desarrolladas	30
Metodología	38
Atención a la diversidad- principios DUA	40
Criterios y Evaluación de la Situación de Aprendizaje	41
Evaluación y resultados.....	44
Propuestas de mejora	47
Conclusiones del TFG	48

Bibliografía.....	51
Anexos.....	54

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Escala de valoración de actitudes y escala de valoración para comprobar la adquisición de conocimientos.....	54
Anexo 2: Diario de campo.....	60
Anexo 3: Contenidos del currículo.....	62

1. Introducción

La finalidad de este Trabajo Fin de Grado es comprobar y dar a conocer la importancia de desarrollar la expresión corporal dentro de las aulas de Educación Primaria ya que ofrece diversos beneficios para el desarrollo integral de los alumnos.

La expresión corporal (EC a partir de ahora) constituye un elemento fundamental en el ámbito de la Educación Física, proporcionando una herramienta valiosa para el desarrollo integral de las personas. A través del movimiento y la gestualidad, los individuos pueden comunicar emociones, ideas y expresiones sin tener que recurrir a la palabra hablada, esto hace que se potencie la creatividad y la expresión personal de cada uno de los niños y niñas. En este contexto, las coreografías deportivas y los juegos de representación surgen como prácticas enriquecedoras que no solo mejora las habilidades físicas y la coordinación motora, sino que también fomenta el trabajo en equipo, la empatía y la autoconfianza.

Por ello, este Trabajo Fin de Grado (TFG a partir de ahora) se centra en explorar y analizar diversas dimensiones de la EC, con un enfoque centrado en las coreografías deportivas y los juegos de representación. Las coreografías deportivas combinan elementos de danza y el deporte, creando rutinas que requieren precisión técnica, sincronizando y una profunda conexión con el cuerpo y el espacio. Por otro lado, los juegos de representación, que pueden incluir actividades como el teatro improvisado o dramatizaciones, proporcionan un marco lúdico donde los participantes pueden experimentar diferentes roles y situaciones, de esta manera se facilita el desarrollo de habilidades sociales y comunicativas. A través del diseño y aplicación de una situación de aprendizaje destacamos la relevancia de incorporar la coreografía en Educación Física (EF a partir de ahora) para niños y niñas del segundo ciclo de primaria, utilizando la EC como herramienta fundamental. La práctica de la coreografía integra elementos como la música, el espacio, el tiempo, el ritmo, la comunicación, los sentimientos y los distintos tipos de cuerpos contribuyendo así al desarrollo integral de los estudiantes.

Este trabajo puede ofrecer una visión comprensiva sobre cómo estas prácticas contribuyen al desarrollo personal y social de cada uno de los individuos, destacándolo en el contexto que nos importa, que es el educativo. Se abordarán aspectos teóricos y metodológicos, así como experiencias prácticas para que los alumnos puedan observar y sentir los beneficios de la EC en distintos contextos. Por otra parte, se analizarán las

repercusiones educativas y estrategias pedagógicas que podrían implementarse para mejorar el impacto positivo en los alumnos durante la realización de las actividades propuestas.

Para ello este documento incluirá los siguientes apartados: objetivos, justificación del tema elegido, fundamentación teórica, desarrollo de las sesiones de la situación de aprendizaje, resultados de la intervención, conclusiones y propuestas de mejora.

2. Objetivos del TFG

Los objetivos que se pretenden conseguir con la realización del TFG son los siguientes:

A nivel general:

- Diseñar, planificar y evaluar una propuesta didáctica para implementar actividades de EC en el entorno educativo, con el fin de analizar la evolución de las habilidades motrices, expresivas, creativas y sociales del alumnado.

A nivel específico:

- Investigar y analizar la importancia de la EC en el aula, presentando y comparando las opiniones y conocimientos de diversos autores sobre su relevancia en la educación.
- Motivar a otros docentes a introducir la EC dentro de sus clases de EF.
- Analizar qué aporta el proceso creativo en EC al alumnado.

3. Justificación del tema elegido

A lo largo de mi vida, he tenido la oportunidad de formarme y desarrollarme en diversas disciplinas de la danza, lo cual ha tenido un impacto significativo en mi desarrollo personal y profesional. La danza me ha permitido comprender el poder del movimiento como medio de expresión y comunicación, así como la importancia de la conciencia corporal y la conexión emocional que se establece a través del cuerpo. A través de mi experiencia en la danza, he podido observar de primera mano los múltiples beneficios que la EC puede aportar al desarrollo integral de una persona. La práctica de la danza no solo mejora la condición física de un individuo, sino que también fomenta la creatividad, la disciplina, autoexpresión y la confianza en uno mismo. Estos beneficios pueden ser

trasladados al ámbito educativo, donde la EC puede desempeñar un papel crucial en el desarrollo de competencias emocionales y sociales.

Este trabajo surge por mi motivación personal en las siguientes cuestiones. Respecto al contexto social en el que nos encontramos, caracterizado por un dinamismo constante, se hace necesario reconocer y abordar la importancia de la EC dentro del aula de primaria. La evolución de los métodos de enseñanza y la diversidad en las aulas hace que se necesite un enfoque metodológico que no solo fomente el desarrollo cognitivo de los estudiantes, sino que también se promueva su bienestar físico, emocional y social, la competencia emocional, las relaciones entre iguales, entre muchos otros.

La inclusión de la EC en el currículo responde a la necesidad de proporcionar a los alumnos y alumnas herramientas necesarias que les permita explorar y comprender su propio cuerpo como medio de comunicación y autoexpresión con el fin de entender y mejorar en entendimiento hacia los demás.

Por otro lado, durante mi trayectoria académica he tenido la oportunidad de explorar en profundidad diversas áreas relacionadas con la EC y la EF. Las asignaturas cursadas han sido tanto teóricas como prácticas, lo que me han brindado una base de conocimientos y habilidades necesarias para abordar el tema de la EC dentro del contexto educativo de primaria en este TFG. Durante el desarrollo de estas materias he adquirido conocimientos teóricos, habilidades para diseñar y llevar a cabo actividades que promuevan la EC de manera efectiva en el aula. Además, mi participación en el Prácticum me ha permitido poner en práctica los conocimientos adquiridos en un entorno real y reflexionar sobre su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes. Estas experiencias han reforzado mi convicción de que la EC desempeña un papel fundamental en el proceso educativo, contribuyendo al desarrollo emocional, social y físico de los niños.

4. Competencias generales del título

A continuación, se mostrarán las competencias que consideramos que se consiguen con la realización de este TFG.

Tabla 1

Competencias generales del título. Elaboración propia.

Competencias generales	¿Cómo se desarrollan?
b. Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.	Con esta competencia lo que se consigue es atender las necesidades individuales y grupales de los alumnos, adaptando las estrategias de enseñanza a su desarrollo cognitivo y emocional, fomentando de esa manera un ambiente equitativo y donde todos los alumnos se sientan protagonistas de su propio aprendizaje. De esta manera se aplican metodologías pedagógicas efectivas para mejorar el aprendizaje y bienestar de los estudiantes.
c. Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículum de Educación Primaria.	Con esta competencia he conseguido planificar y diseñar actividades adecuadas con los objetivos establecidos, seleccionando y organizando los contenidos de manera efectiva y aplicando criterios de evaluación adecuados para comprobar el progreso de los alumnos. De esta manera me he asegurado ofrecer una enseñanza de calidad, respondiendo a las necesidades de los alumnos.
d. Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.	Consigo desarrollar esta competencia con este TFG porque adquiero y asiento mejor los principios de inclusión, adaptación del aprendizaje, participación activa y diversidad, abarcando desde técnicas de enseñanza hasta colaboración con factores externos (padres, etc.)
e. Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje.	Se han empleado en este diseño algunas técnicas de enseñanza que incluyen

	<p>métodos como la enseñanza directa, el aprendizaje basado en proyectos y el aprendizaje por descubrimiento. Además, se destacan el uso de retroalimentación continua que me ayudan a conseguir una enseñanza más efectiva y dinámica, promoviendo la participación activa, el desarrollo de habilidades creativas por parte de los alumnos, ajuste de las estrategias metodológicas cuando sea necesario y tener en cuenta el progreso de cada uno de los estudiantes.</p>
<p>a. Ser capaz de reconocer, planificar llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.</p>	<p>Consigo desarrollar esta competencia en mi TFG ya que me ha ayudado a identificar estrategias y metodologías efectivas basadas en la evidencia pedagógica y las necesidades de los estudiantes, diseñar actividades y recursos con objetivos educativos claros y accesibles, implementar estrategias en el aula de manera flexible y adaptables, y evaluar su impacto utilizando técnicas de retroalimentación y evaluación continua para mejorar el proceso educativo.</p>
<p>b. Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos.</p>	<p>He sido capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones en contextos educativos, lo que supone evaluar detalladamente las diversas opciones, considerando tanto la evidencia pedagógica como las necesidades específicas.</p>
<p>c. Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para</p>	<p>He conseguido desarrollar esta competencia ya que he sido capaz de</p>

<p>resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.</p>	<p>integrar la información y los conocimientos necesario para resolver problemas educativos y aplicar diversos saberes de manera efectiva. Esto lo he logrado principalmente a través de procedimientos colaborativos, donde el trabajo en equipo y la cooperación son esenciales para encontrar soluciones adecuadas y mejorar el proceso educativo.</p>
---	---

5. Competencias específicas de la mención de Educación Física

A continuación, se mostrarán las competencias específicas de mención de EF que consideramos que se consiguen en la realización de este TFG.

Tabla 2

Competencias específicas de Mención de EF. Elaboración propia.

Competencia específica	¿Cómo se desarrollan?
<p>1. Conocer los contenidos específicos de la especialidad referidos al desarrollo psicomotor del niño de 6 a 12 años.</p>	<p>Este desarrollo abarca la mejora de coordinación, equilibrio, la fuerza y la precisión de los movimientos. Además, incluye la evolución de capacidades cognitivas como pueden ser la memoria, atención, pensamiento abstracto, así como el crecimiento personal, emocional y social. Adquiero esta competencia porque he sido capaz de observar y analizar estas habilidades que han sido aplicadas en contextos educativos y cómo han influenciado los factores pedagógicos en el desarrollo psicomotor de los niños en estas edades.</p>

<p>4. Demostrar que se dominan los conocimientos básicos para realizar una programación, en el área de Educación Física.</p>	<p>Consigo desarrollar esta competencia en mi TFG ya que he sido capaz de mostrar una comprensión clara y detallada de los objetivos de aprendizaje específicos, diseñar actividades que sean adecuadas para los distintos niveles de los alumnos, utilizar estrategias y metodologías de enseñanza que promuevan la participación activa y establecer una evaluación que permita observar el progreso de los estudiantes.</p>
<p>5. Programar intervenciones educativas que tengan en cuenta el desarrollo de la condición física del alumnado de Primaria, su adaptación al ejercicio físico y las rutinas adecuadas en la realización de ejercicio físico y deporte (calentamiento, estiramiento, hidratación, etc.).</p>	<p>Con este trabajo he alcanzado esta competencia ya que he sabido adaptar las actividades a las capacidades y necesidades individuales de los estudiantes. Las rutinas que he llevado a cabo incluían prácticas esenciales como el calentamiento, estiramientos y técnicas de enfriamiento para prevenir lesiones. Estas intervenciones deben estar basadas en principios pedagógicos, utilizando un enfoque lúdico y motivador que despierte interés y la participación activa de los niños, promoviendo hábitos saludables que perduren a lo largo de su vida.</p>
<p>6. Adquirir y poner en práctica conocimientos referidos a la expresión corporal, las actividades físicas en el medio natural, la utilización del tiempo libre y el trabajo de la imagen corporal.</p>	<p>La EC permite a los alumnos explorar y comunicar emociones y pensamientos a través del movimiento, fomentando la creatividad y la autoestima. Las actividades en el medio natural ofrecen oportunidades para la educación y la práctica de deportes al aire libre, promoviendo el bienestar físico y mental</p>

	de los niños y niñas. La gestión del tiempo libre enseña a los estudiantes a emplear su tiempo de manera productiva, mientras que el trabajo de la imagen corporal ayuda a desarrollar una percepción positiva en sí mismos. Este enfoque en la EF no solo mejora la condición física de los alumnos, sino que también enriquece su desarrollo emocional, social y cognitivo.
7. Detectar dificultades de aprendizaje y saber atender la diversidad del alumnado dentro de las clases de Educación Física.	He conseguido desarrollar esta competencia con el TFG ya que he sabido detectar dificultades de aprendizaje y atender a la diversidad del alumnado en las clases de EF, teniendo una observación atenta y una comprensión profunda de las diferentes necesidades y capacidades de cada estudiante. Esto ha hecho que se hayan tenido que adaptar las actividades para asegurar la inclusión de todos, ofreciendo ayudas a aquellos que lo necesitan y diseñando actividades que permitan la participación activa y equitativa de todos.

6. Marco teórico

En esta sección del TFG, se expondrá la base teórica sobre la cual se fundamenta el desarrollo de este estudio, los ejes principales en los que se fundamenta el diseño y su planificación de la intervención realizada y evaluada en el aula.

Comenzaremos por conceptualizar la EC y sus dimensiones. Luego, analizaremos su integración en el currículo escolar, destacando su relevancia. Continuaremos analizando el papel del proceso creativo en EF y concluiremos discutiendo el uso de juegos de

representación y coreografías como herramientas pedagógicas y el impacto de la EC en el ámbito educativo.

6.1 Conceptualización de la Expresión Corporal.

La EC es una parte integral de nuestras vidas y está constantemente presente en nuestra rutina diaria. Sin que nos demos cuenta, nuestro cuerpo y nuestras acciones están continuamente comunicando información sobre nosotros mismos a través de movimientos y gestos cuando socializamos o interactuamos con otras personas.

A lo largo de los años, este concepto ha obtenido mayor impacto y mayor relevancia dentro del ámbito educativo, y más concretamente en el ámbito de la EF. Para comenzar vamos a destacar una serie de definiciones para conceptualizar con mayor profundidad este término:

Según la RAE (Real Academia de la Lengua Española), se define como: *“Técnica de interpretación basada en gestos y movimientos, en la que el actor se abstiene de recurrir a la palabra.”*

Otra definición es la siguiente de Acosta, F. (2014), que dice: *“es la declaración de algo para darlo a entender, efecto de expresar algo sin palabras y en lo referente a corporal técnica practicada por el intérprete para expresar circunstancias de su papel por medio de gestos y movimientos, con independencia de la palabra.”* Según esta definición, la EC es una forma de comunicación no verbal que transmite nuestros pensamientos, ideas y sentimientos a través del uso de gestos, los cual nos permite comunicar nuestras intenciones a los demás.

A continuación, vamos a centrarnos en la definición de EC dentro del ámbito educativo: *“Contenido de la Educación Física caracterizado por la aceptación, búsqueda, concienciación, interiorización y utilización del cuerpo y de todas sus posibilidades para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como por un marcado objetivo de creatividad.”* (Sierra, 2001)

Después de recoger y analizar las definiciones de distintos autores podemos decir que la EC es una forma de comunicación no verbal donde las personas se expresan a través de su cuerpo.

Padilla (1993), define los siguientes conceptos implicados en su desarrollo:

- **Expresividad:** es una característica, facultad o capacidad potencial del ser humano como lo son la inteligencia o la sensibilidad, cuyo efecto se refleja en la expresión.
- **Expresión:** es el acto de expresar, apretar, sacar, exteriorizar algo oculto y contenido. En cierta manera lleva implícita la exigencia de un esfuerzo y la necesidad de una potencia que ponga en funcionamiento el proceso. En nuestra tarea la expresión sería la capacidad de exteriorizar sensaciones, emociones o pensamientos por medio del cuerpo y su movimiento.

A continuación, se definirán los conceptos de comunicación y estética:

- **Comunicación.** La comunicación es un proceso esencial y necesario mediante el cual los individuos comparten ideas, información y sentimientos. Es un acto bidireccional que implica que haya un emisor, receptor y mensaje. Según Berlo (1980), la comunicación puede desglosarse en varios componentes: emisor, receptor, mensaje y canal. Esta estructura permite una comprensión más profunda de cómo los mensajes son formulados y cómo se reciben. En el contexto de la EC no solo se basa en palabras, sino que también en expresiones corporal y gestos que pueden permitir una amplia gama de emociones (Pérez, 2005).
- **Estética.** Según Aranguren (1984), la estética se enfoca en la apreciación subjetiva del arte y la naturaleza, donde el juicio estético se basa en la sensibilidad individual y experiencia emocional. En el ámbito de la EC, la estética se manifiesta en la forma en que los movimientos son percibidos y apreciados (Sánchez, 1999). Esta percepción estética es crucial para EF ya que fomenta una mayor conexión entre el cuerpo y la mente y promueve una apreciación más profunda de las capacidades expresivas.

Según los conceptos explicados anteriormente, algunos autores, en este caso (Montávez, 2022), define las dimensiones de la EC de la siguiente manera:

La EC es una herramienta fundamental dentro de la EF ya que permite a los individuos comunicarse, expresar sentimientos y desarrollar habilidades físicas y creativas. Se puede desglosar en cuatro dimensiones principales: comunicativa, creativa, expresiva y estética.

La Dimensión comunicativa se refiere a la capacidad del cuerpo para transmitir mensajes sin el uso de palabras. Según Poyatos (1994), “la comunicación no verbal es un proceso integral que acompaña y en muchos casos, reemplaza la comunicación verbal, permitiendo una transición más rica y matizadas de los estados emociones y pensamientos” (p.50). En el ámbito de la EF, la comunicación a través del movimiento y los gestos es esencial, ya que facilita la interacción y la comprensión entre los participantes.

La dimensión creativa se manifiesta a través de la capacidad de los individuos para utilizar su cuerpo como medio de exploración y expresión personal. Sierra (2001) destaca que “la creatividad en la EF es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que permite explorar nuevas formas de movimiento y expresión” (p.120). Permite a los estudiantes experimentar y descubrir nuevas maneras de comunicar y expresar a través del cuerpo la creatividad no solo mejora la experiencia educativa.

La dimensión expresiva dentro de la EC se centra en el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo habilidades sociales, físicas y emocionales. Acosta (2014) menciona que “la educación a través del movimiento corporal no solo mejora la condiciona física, sino que también facilita el aprendizaje emocional y social, contribuyendo al bienestar general del individuo” (p. 85). En este sentido, la EC se utiliza como herramienta pedagógica para enseñar distintos tipos de valores, como pueden ser: la cooperación, empatía, confianza en uno mismo, entre otros.

La dimensión estética se centra en la apreciación de la belleza de los movimientos. Sánchez (1999) afirma que “el movimiento corporal puede ser contemplado como una forma de arte en sí mismo, donde cada gesto posee un valor estético que puede ser apreciado por su elegancia y expresividad” (p. 75). Dentro del contexto de la EF, esta dimensión fomenta entre el cuerpo y la mente, promoviendo una apreciación profunda de las capacidades expresivas.

Para Padilla (1993), la EC, como lenguaje inmediato, afirma el concepto de ser humano expresándose a sí mismo consigo mismo, sin una necesidad perentoria de recurrir a elementos o instrumentos ajenos a sí, lo cual no quita que en algunos momentos de este proceso se sirva de ellos.

Según, Ruano y Sánchez (2009), la EC se muestra, se une y se interrelaciona con los siguientes lenguajes expresivos:

- Antropología del movimiento: danzas tradiciones, juegos, luchas.
- Artes sonoras.
- Artes deportivas: gimnasia rítmica.
- Artes del movimiento: danza contemporánea, teatro gestual, mimo
- Artes visuales plásticas y aplicadas.
- Artes escénicas.
- Artes literarias.
- Psicología.
- Comunicación social, lenguaje no verbal.

En el desarrollo de la intervención educativa, que se mostrará más adelante en este TFG, nos hemos centrado en una EC enfocada en el lenguaje no verbal y la creación de figuras a través del movimiento. Tomando como referencia a Pelegrín (citado por Ruano y Sánchez, 2009), quién expone que los elementos fundamentales en la didáctica expresiva son los siguientes:

- La percepción y la sensibilización de nuestro propio cuerpo.
- La toma de conciencia y la exploración de las distintas posibilidades del movimiento en el espacio.
- Exploración de la percepción sensorial y la plasticidad corporal.
- Vivencia y experiencia como medio de comunicación personal y de interacción.

Expresarnos es, por tanto, descubrir que tenemos algo que decir y decirlo con el lenguaje que nos parezca más significativo, ya sea gesto, palabra, dibujo, color o danza. La EC busca la forma de crecer totalmente, de enriquecer y de lograr que cada cual entre en posesión de sus propios tesoros. Es esencial que las técnicas de expresión mantengan una coherencia global. Esta coherencia implica la sincronización de todas las formas posibles

de expresión, incluyendo las corporales, orales, escritas, plásticas, musicales y de cualquier otro tipo.

6.2 La Expresión Corporal dentro del sistema educativo español.

La EC es una disciplina educativa que se enfoca en el desarrollo integral del individuo a través del movimiento y la expresión física. En el contexto del sistema educativo español, la EC se considera fundamental para fomentar la creatividad, la comunicación no verbal y la comprensión del propio cuerpo como medio de expresión (Montávez, 2022). Esta disciplina no solo promueve el bienestar físico, sino que también el emocional y social de todos los estudiantes.

La inclusión de la EC en el sistema educativo español ha experimentado una evolución significativa a lo largo del tiempo, ajustándose y adaptándose a las modificaciones políticas educativas y a las necesidades sociales que se han ido encontrando. En sus inicios la EC se incorporaba de manera marginal en las clases de EF, pero progresivamente se ha reconocido su importancia y relevancia como una disciplina independiente con metas definidas.

Montávez (2022) señala que uno de los hitos más significativos en la evolución de la EC fue la Ley Orgánica de Educación (LOE) de 2006, que subrayó la necesidad de una formación integral donde se incluyan aspectos físicos, emocionales y sociales. La Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) de 2013, también reconoció la importancia de la EC, aunque su implementación varió según la comunidad autónoma, reflejándose de esta manera las diversidades y necesidades específicas que tenía cada una de las regiones.

Según Garcés (2017), la EC ha sido clave en la promoción de una educación más inclusiva y equitativa, proporcionando a los estudiantes herramientas para poder expresarse y comunicarse de una manera efectiva y adecuada.

La EC es crucial en la formación integral de los estudiantes, y que fomenta habilidades que van más allá de las competencias académicas. Según Montávez (2022), la EC permite a los estudiantes explorar y expresar sus emociones, desarrollar la conciencia corporal y mejorar sus habilidades de comunicación no verbal. Estas competencias son esenciales para el desarrollo personal y social.

Además, la EC ofrece un espacio para fomentar la creatividad y la innovación, aspectos que son cada vez más valorados dentro de la sociedad en la que nos encontramos. A través de actividades como la danza o el juego expresivo los estudiantes aprenden a trabajar en equipo, resolver conflictos y a desarrollar una buena autoestima (Martínez y Sánchez, 2021). Montávez (2022) enfatiza que estas experiencias no solo enriquecen la vida escolar, sino que también preparan a los jóvenes para enfrentar desafíos de la vida adulta.

A pesar la importancia, la EC se enfrenta a varios desafíos dentro del sistema educativo español. Entre ellos se pueden destacar, la falta de formación específica para los docentes, la variabilidad de su implementación o la falda de recursos (Montávez, 2022). Para poder superar dichos obstáculos, es importante promover una mayor concienciación sobre los beneficios que ofrece la EC y asegurar que los programas educativos incluyan esta disciplina de manera adecuada. Mirando hacia el futuro, la EC tiene un potencial tan grande como para seguir creciendo e ir pudiendo adaptarse a las nuevas realidades educativas. Montávez (2022) evoca que una integración más sólida dentro del currículo escolar, junto con una formación continua para los docentes, garantiza que todos los estudiantes se beneficien de manera óptima de todos los beneficios que la EC ofrece.

6.3 Proceso creativo en Educación Física.

El proceso creativo en la EF es una dimensión fundamental que va más allá del simple movimiento o ejercicio físico. Implica la capacidad de utilizar el cuerpo como medio de expresión y comunicación, facilitando de esta manera el desarrollo integral del alumnado. Este proceso no solo fomenta la creatividad, sino que también promueve la autoconciencia, la cooperación y el aprendizaje significativo. A continuación, exploraremos cómo la EF puede servir como impulso para la creatividad en la EC y se analizará diversas teorías teóricas y prácticas sobre este tema.

La creatividad en EF se puede definir como la capacidad para generar ideas, movimientos y respuestas innovadoras dentro del contexto del movimiento corporal. De acuerdo con Torrents, Castaner y Anguera (2013), “la creatividad motriz se manifiesta cuando los individuos desarrollan respuestas motrices nuevas y originales, adaptándose de manera efectiva a diferentes situaciones” (pg. 45). Este concepto está estrechamente ligado a la idea de EC donde el cuerpo actúa como vehículo principal para la creatividad.

La inclusión de actividades que promueven la creatividad en las clases de EF no solo ayuda a mejorar las habilidades motrices, sino que también contribuye al desarrollo cognitivo y emocional de los alumnos. Según Maulini (2018), “el desarrollo de la creatividad a través de la EC permite a los estudiantes explorar y expresar emociones, pensamientos e ideas de manera no verbal”.

Entre estas teorías se encuentra la teoría de la creatividad de Guilford, que identifica distintas dimensiones de la creatividad incluyendo: la fluidez, la flexibilidad y la originalidad (Guilford, 1950). En el contexto de la EF, estas dimensiones pueden ser observadas cuando los estudiantes son capaces de generar múltiples formas de movimiento (fluidez), adaptarse a nuevas situaciones (flexibilidad) y producir respuestas únicas (originalidad).

Otra teoría relevante es la “teoría del Flow” de Csikszentmihalyi (1990), que sugiere que las personas alcanzan un estado óptimo de experiencia cuando están completamente inmersas en una actividad que presenta un equilibrio entre dos desafíos que enfrentan sus habilidades para superarlos (Csikszentmihalyi, 1990). En el ámbito de la EF, este estado de “Flow” puede ser alcanzado cuando los estudiantes participan en actividades que son suficientemente desafiantes para mantener su interés, pero no tan difíciles como para causar frustración.

La implementación efectiva del proceso creativo en las clases de EF requiere un enfoque pedagógico que valore la expresión individual y la innovación. Según García y Lavega (2010), “las actividades físicas que permiten a los alumnos tomar decisiones, resolver problemas y crear movimientos únicos fomentan un ambiente de aprendizaje creativo”.

Para ello debemos tener en cuenta ofrecer al alumnado experiencias prácticas donde ellos puedan aportar, decidir y crear algunas de estas prácticas donde se fomenten la creatividad de distintas formas:

- Juegos de roles y simulaciones: estas actividades permiten que los alumnos exploren diferentes situaciones, promoviendo de esta manera la libre expresión y la creatividad.
- Coreografías grupales: la creación de una coreografía en grupo no solo fomenta la creatividad individual, sino que también mejora las habilidades de cooperación,

respeto y comunicación. Según Rubio (2017), “la creación de movimientos en grupos requiere la negociación y la toma de decisiones colectivas, lo cual es fundamental para el desarrollo social y creativo”.

- Desafíos creativos: proponer desafíos que requieran soluciones innovadoras y movimientos únicos puede estimular la creatividad.

El fomento del proceso creativo en la EF no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también tiene un impacto significativo en el desarrollo integral. A través de la EC, los estudiantes aprenden a conocerse a sí mismos, a comunicarse de manera efectiva y a colaborar con otros compañeros. Desde nuestra experiencia en este ámbito hemos podido observar que cuando se les da mayor libertad de explorar y expresarse a través del movimiento, los alumnos desarrollan una mayor confianza en sus habilidades.

A través de la EC, los alumnos no solo mejoran sus habilidades motrices, sino que también exploran y desarrollan su creatividad, comunicación y colaboración. La implementación de estrategias que promuevan la creatividad y la expresión en la EF debe ser una prioridad para los educadores que buscan ofrecer una educación integral y significativa.

6.4 Juegos de representación y coreografías como recursos en Expresión

Corporal.

La EC en la EF juega un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes, facilitando la comunicación y la creatividad a través del cuerpo. Dentro de este contexto, los juegos de representación y las coreografías se destacan como herramientas pedagógicas fundamentales que fomentan no solo el aprendizaje motriz, sino que también el desarrollo social creativo y emocional.

Los juegos de representación son actividades que los alumnos asumen diferentes personajes en diferentes escenarios ficticios. Estas actividades permiten explorar diferentes identidades y situaciones promoviendo un dinamismo en expresión y creatividad. Como señalan Moreno, Hellín y González (2011). “la dramatización y los juegos de roles en las clases de EF permiten a los estudiantes explorar diferentes identidades y situaciones, promoviendo una forma dinámica de expresión y creatividad” (pg. 15). Estas actividades no solo facilitan que los estudiantes experimenten y

reflexionen sobre distintas perspectivas, sino que también desarrollan habilidades socioemocionales como pueden ser la empatía y la resolución de conflictos.

Por ello creemos que los juegos de representación enriquecen las clases de EF al hacerlas más dinámicas y atractivas para los alumnos. Este tipo de juegos requiere que los alumnos trabajen de manera conjunta, tomen decisiones compartidas y mediadas por todos los miembros y desarrollen habilidades de comunicación de manera efectiva. Según Moreno (2011), “la dramatización en la EF ayuda a los estudiantes a comprender y expresar sus emociones de manera más efectiva, promoviendo así un aprendizaje profundo y significativo”.

Por otro lado, la creación de coreografías permite a los estudiantes diseñar y ejecutar secuencias de movimientos creados por ellos mismos, fomentando de esta manera la creatividad y la coordinación entre todos los miembros. Este proceso no solo involucra la creatividad individual, sino que también desarrolla habilidades colectivas esenciales como la cooperación y la comunicación, ya que los estudiantes deben colaborar estrechamente para idear y perfeccionar sus movimientos.

Además, como señala Maulini (2018), “la coreografía permite a los estudiantes explorar sus capacidades expresivas a través del movimiento, lo que contribuye significativamente al desarrollo de su creatividad y habilidades sociales” (pg. 5). La coreografía proporciona un espacio donde los estudiantes pueden experimentar con diferentes formas de movimiento y expresión y, trabajar juntos para transformar sus ideas en una presentación coherente y fluida.

La importancia de estos métodos también se subraya en estudios recientes. Ceballos (2020) argumenta la implementación de juegos de representación dentro del área de EF ya que contribuyen a una mejora significativa en las habilidades de cooperación y comunicación entre los alumnos, además de fomentar la motivación y participación activa en las clases de EF. Según este estudio, “la incorporación de actividades dramatizadas permite una mayor implicación emocional de los estudiantes, lo que resulta un aprendizaje más significativo y duradero” (Ceballos, 2020, pg. 147).

Por otra parte, Rodríguez y Ríos (2022) destacan que las coreografías en EF no solo mejoran la capacidad motriz y coordinativa de los estudiantes, sino que también

fortalecen su autoestima y capacidad para trabajar en equipo. En su estudio señalan la idea de que “la participación en la creación y ejecución de coreografías ofrece a los estudiantes oportunidades únicas para desarrollar su autoconfianza y habilidades interpersonales, al mismo tiempo que disfrutan del proceso creativo” (Rodríguez y Ríos, 2022, pg.78).

De la Fuente (2017) destaca que las coreografías y los juegos de representación influyen positivamente en la capacidad de los estudiantes para enfrentar problemas y saber resolverlos de una manera creativa. Estas actividades no solo estimulan la creatividad personal, sino que fomenta el pensamiento crítico y la colaboración entre los estudiantes. (De la Fuente, 2017).

En resumen, los juegos de representación y las coreografías son recursos fundamentales dentro de la EF que, además de favorecer el aprendizaje, impulsan el desarrollo social, emocional y creativo de los alumnos. Estas prácticas ofrecen a los estudiantes la oportunidad de explorar distintos contextos, mejorar sus habilidades sociales y emociones, al igual que las colaborativas y de esta manera potenciar su creatividad y capacidad para trabajar en grupo.

7. Diseño de la Intervención/ Situación de Aprendizaje

7.1 Justificación de la intervención

Con el diseño de esta Situación de Aprendizaje (SA a partir de ahora) tratamos de demostrar que, al ejecutar una coreografía, los estudiantes están realizando una secuencia de movimientos corporales que se entrelazan en forma de pasos, en sintonía con el ritmo y el mensaje transmitido por la música. De este modo, están expresando, explorando emociones y sentimientos, fortaleciendo la autoestima, fomentando la cooperación entre géneros, superando el miedo al ridículo, promoviendo la inclusión y estimulando la creatividad. Para ello, a lo largo de las sesiones se irán trabajando distintas técnicas expresivas, como pueden ser los juegos de representación o mimos con el fin de que los alumnos se sientan más cómodos, motivados y se vean capaces de realizar una buena coreografía conociendo y utilizando las herramientas necesarias para realizarlo de manera óptima.

En mi opinión creo que esta es la parte más importante y que no es necesario que exclusivamente se trabaje mediante la coreografía o mimos, sino que lo que se pretende llevando esto a cabo es que los alumnos y alumnas sean conscientes de la importancia de tener una buena EC para los distintos ámbitos que les rodea y para su vida futura.

Nos gustaría resaltar que realizar una coreografía va más allá de simplemente ejecutar una secuencia coordinada de pasos de baile al ritmo de la música, limitándose a ser presentada en festivales de fin de curso u otros eventos musicales en el colegio. Con esta experiencia queremos que los alumnos comprendan la importancia y la necesidad de que sean capaces de realizar una coreografía, no por la secuenciación de pasos sino por la importancia que tiene sobre su cuerpo, ya que, si son capaces de realizar eso, son capaces de escuchar a su cuerpo.

Este trabajo busca demostrar que, al ejecutar una coreografía, los alumnos realizan una serie de movimientos consecutivos siguiendo el ritmo de la música y de acuerdo con las emociones que esta produce. De este modo, no solo se están comunicando y expresando sentimientos y emociones, sino que también fortalecen su autoestima, superan el miedo al ridículo, promueven la inclusión y estimulan su creatividad.

7.2 Contextualización

La SA se desarrollará en un colegio público de Segovia perteneciente a un barrio de clase socioeconómico-media. Concretamente nos centramos en el segundo ciclo de Educación Primaria ya que consideramos que se puede llevar a cabo de manera adecuada y con gran éxito el desarrollo de esta unidad didáctica. La propuesta se va a desarrollar con los alumnos de 3º de Educación Primaria, ya que conociendo sus experiencias anteriores nunca han tenido un acercamiento o contacto con todo lo relacionado con la EC y considero que es algo fundamental para el desarrollo cognitivo, emocional y social de los alumnos. Lo que se va a llevar a cabo durante esta intervención es establecer las bases de reconocimiento de ritmos, coordinación tanto individual como grupal, fomentar la creatividad y poder realizar coreografías deportivas.

El espacio con el que se cuenta para realizar esta SA es el patio del colegio, su gimnasio o el gimnasio Emperador Teodosio que se sitúa al lado del centro educativo. El elegido para desarrollar esta unidad es el último, ya que es lo suficientemente grande como para realizar todas las actividades sin ninguna complicación. En el Emperador Teodosio se cuenta con todo el material necesario para las realizaciones de las sesiones.

Respecto al aula con el que voy a llevar a cabo esta situación de aprendizaje me centro en un curso que está formado por 22 alumnos, 11 chicas y 11 chicos. Los estudiantes presentan una amplia gama de habilidades y niveles académicos, con intereses variados. En general, tienen un buen comportamiento y relaciones positivas, aunque en ciertas ocasiones se producen conflictos que se solucionan mediante la mediación. La diversidad que existe en el grupo enriquece el ambiente de aprendizaje, promoviendo distintos valores.

7.3 Temporalización

Según el horario establecido por la actual ley LOMCE, para Educación Primaria las horas establecidas para la asignatura de EF es de dos horas a la semana.

La propuesta didáctica se va a desarrollar mediante el segundo y tercer trimestre. Esta SA va a abarcar un total de 6 sesiones, a 1 sesión por semana, por lo que se va a desarrollar en 6 semanas, desde el 11 de marzo hasta el 20 de mayo.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00					
10:00-11:00					
11:00-11:30					
11:30-12:00	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO
12:00-13:00		Ed. Física			
13:00-14:00	Ed. Física				

7.4 Objetivos de la Situación de Aprendizaje

- Desarrollar la creatividad e imaginación a través del cuerpo, a través del lenguaje creativo y emocional mediante la interacción con la danza y los objetos.
- Fomentar el respeto tanto a uno mismo como a los demás, y promover la comunicación interpersonal e intrapersonal mediante el uso del lenguaje corporal.
- Aumentar las capacidades comunicativas a través de los movimientos corporales.
- Promover la cooperación y mejorar la coordinación, el ritmo y las nociones espaciales individuales y colectivas a través de la participación en coreografías deportivas, donde se aprenda sobre la musicalidad y el ritmo.
- Fomentar el trabajo en equipo.

- Reconocer los sentimientos y emociones.

7.5 Competencias generales de Educación Primaria

Según El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE de 2 de marzo), a continuación, se expondrán las competencias que se van a conseguir en esta situación de aprendizaje son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística: se promoverá el uso del lenguaje verbal y no verbal a través de la EC. Se realizarán actividades que requieran descripción de movimientos, narraciones de expresiones corporales y reflexión sobre la importancia del lenguaje corporal. De igual modo, es necesario la escucha activa para el desarrollo de destrezas y habilidades entre todos los alumnos de manera conjunta.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender: se fomentará el trabajo en grupo y la cooperación entre todos los alumnos a la hora de realizar coreografías grupales. Se favorecerá la autonomía personal y el saber trabajar en grupos, escuchando y respetando opiniones de los demás, con ayuda de la maestra.
- Competencia ciudadana: se involucrarán actividades físicas y deportivas que promoverán la toma de decisiones tanto en grupo como de manera individual. Se enfatizará en la resolución pacífica de conflictos y en el fomento del respeto mutuo entre los compañeros.
- Competencia en conciencia y expresión culturales: los alumnos podrán dar forma a sus pensamientos y sentimientos de manera creativa, explorando diversas opciones para desarrollar propuestas artísticas originales.

7.6 Competencias básicas/específicas

Según El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE de 2 de marzo), a continuación, se expondrán las competencias que se van reflejadas y desarrolladas en la SA.

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 antes, durante y después de la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos sistemáticos de actividad física, cuidado del cuerpo y alimentación saludable que contribuyan al bienestar.

2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

7.7 Contenidos (currículo y específicos de sesión)

Como hemos mencionado anteriormente, vamos a detallar los contenidos correspondientes al tema elegido basándonos en el DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León (BOCyL de 30 de septiembre).

Los contenidos que se van a llevar a cabo en esta SA se engloban en los siguientes bloques del área de EF:

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.

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.

En el Anexo 3 se podrán ver los contenidos concretos del currículo.

7.8 Desarrollo-resumen de las sesiones

De manera general, y según marca el DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León se crearán situaciones de aprendizaje estimulantes, significativas, globalizadas e inclusivas.

Tabla 3

Resumen de cada sesión. Elaboración propia.

SESIÓN 1: Botando con ritmo	Se introducirá a los alumnos la situación de aprendizaje que se va a desarrollar. En ella se realizarán 3 actividades. Estarán relacionadas con los distintos ritmos que existen para que se familiaricen para el resto de las sesiones, algunos de estos ritmos se les dará y otros deberán crearlos ellos mismo, todo ello lo acompañarán con distintos objetos entre los que destacan los balones, las picas y los aros.
------------------------------------	---

SESIÓN 2: Escultores deportivos	<p>Introduciremos el concepto de coreografía, pero de manera lúdica ya que se realizarán distintos juegos en los que tendrán que crear movimientos acompañado de distintos ritmos.</p> <p>Se trabajará de manera indirecta las emociones, con el fin de introducirles el tema para la siguiente sesión.</p>
SESIÓN 3: Artistas de mimos	<p>El objetivo de esta sesión es comprender las diversas emociones, identificar y utilizar diferentes ritmos en composiciones creadas por ellos mismos y fomentar tanto la creatividad como la imaginación.</p>
SESIÓN 4: Imitando emociones	<p>En esta sesión el fin es que aprendan a representar distintas emociones y ser capaz de mostrarlas y entender a través de una pequeña composición, de esta manera conseguimos que fomenten la imaginación y la creatividad.</p>
SESIÓN 5: Hablando con el cuerpo	<p>El objetivo principal en esta sesión es que desarrollen la creatividad y que conozcan y controlen las capacidades de su propio cuerpo y del de los demás. Se explorará nuevas formas de comunicación no verbal.</p>
SESIÓN 6: Gran concurso	<p>En esta sesión lo que se pretende es que se junten todos los conocimientos adquiridos durante todas las sesiones y los alumnos sean capaces de crear y representar una coreografía delante de los demás compañeros. Se finalizará haciendo una asamblea ofreciendo los alumnos sus opiniones respecto a la situación de aprendizaje.</p>

7.9 Desarrollo de las Sesiones

A continuación, mostraremos cada una de las sesiones con sus detalles: objetivos, materiales, desarrollo y atención a la diversidad. El siguiente diseño se basa en la Memoria del Prácticum II de Valverde (2024).

Tabla 4

Sesiones desarrolladas. Elaboración propia.

SESIÓN 1: Botando con ritmo
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconocer, identificar e interpretar distintos ritmos corporales. ▪ Aprender a crear diferentes ritmos a través de su cuerpo y con ayuda de materiales externos. ▪ Mejorar la coordinación individual y grupal. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Equipo de música. ▪ Balones.
<p>Antes de comenzar con la sesión explicaremos a los alumnos en qué va a consistir la situación de aprendizaje que vamos a trabajar durante distintas semanas. Además, se les explicará lo que vamos a llevar a cabo ese día y se observará lo que conocen sobre el tema.</p> <p>Hablaremos de lo que es la EC, dejándoles que ellos mismos den una respuesta conjunta.</p> <p>Les explicaremos en qué va a consistir la sesión.</p> <p>1º actividad</p> <p>Los alumnos irán trotando a lo largo del gimnasio, en ciertos momentos la maestra irá diciendo distintos colores (rojo, amarillo o verde). Cuando se diga rojo deberán ir caminando, cuando se diga el amarillo deberán realizar un sprint y cuando se diga verde deberán trotar de manera suave.</p> <p>Variantes: los alumnos vayan marcando el ritmo al que corren de la manera de quieran (palmas, pasos más fuertes, etc.)</p> <p>2º actividad</p> <p>Cada alumno contará con un balón. Se pondrán distintos estilos de música con diferentes ritmos bien diferenciados. Los alumnos deberán ir botando el balón según el</p>

ritmo marcado por la música, (en caso de dificultad la maestra irá marcando la música con las palmas para que les resulte más sencillo).

A continuación, se pondrán por parejas y deberán realizar lo mismo, pero intercambiándose en ciertos momentos el balón, siempre siguiendo el ritmo.

Canciones empleadas:

Hymn For The Weekend – Coldplay

Moves like Jagger – Maroon 5

3º actividad

Colocaremos a los alumnos en distintos grupos y deberán crear un ritmo (parecido al de las canciones de las actividades anteriores) con los balones. Si se produce de manera adecuada se irán introduciendo sonidos con distintas partes de nuestro cuerpo (chasqueando los dedos, dando palmas, pisar más fuerte, etc.) Se intentará que sean los alumnos los que realicen ese ritmo con la menor ayuda posible.

Variante: realizarlo toda la clase junta.

Para despedir la sesión haremos una pequeña asamblea donde se tratarán los aspectos más importantes impartidos durante la sesión, de igual manera los alumnos dirán que han aprendido y cómo se han sentido.

Atención a la diversidad:

Para atender aquellos alumnos que en esta sesión tuvieron dificultades para entender las explicaciones utilicé distintos principios DUA que ayudaron, destacamos:

Se repitieron en distintas ocasiones las explicaciones para que todos los alumnos lo comprendieran, algunos alumnos se dieron voluntarios para explicar al resto lo que había que hacer.

También se utilizaron apoyos visuales, con ayuda de compañeros con el fin de que los alumnos que no hubieran entendido las explicaciones, al observarlo las entendieran.

SESIÓN 2: Escultores deportivos

Objetivos:

- Familiarizarse con los distintos estilos de música y conocer los distintos ritmos.
- Conocer la importancia de nuestro cuerpo y saber la utilidad que podemos darle.
- Desarrollar el proceso creativo.

Materiales:

- Balones.
- Picas.
- Aros.
- Cuerdas.

Se les explicará lo que vamos a llevar a cabo ese día y se observará lo que conocen sobre el tema.

Hablaremos de lo que es la EC, dejándoles que ellos mismos den una respuesta conjunta.

Les explicaremos en qué va a consistir la sesión.

1º actividad

Los alumnos se moverán libremente por el gimnasio con el material que quieran (balones, picas, aros...), mientras va sonando música diferente, cuando el profesor pare la música los niños deberán hacer una estatua original, que exprese alguna emoción que le produzca la música escogida y dando valor al objeto elegido. Esto se repetirá 3 o 4 veces con distintas variantes:

- Se dividen en parejas (uno es el escultor y otro la escultura y se cambiarán los roles al acabar) colocados uno enfrente del otro. Cuando la música pare, los escultores correrán hacia el compañero y le deberán colocar en una posición (preferiblemente relacionada con el deporte) según la emoción que les transmita la música.

Al finalizar esta actividad, reuniremos a los alumnos y les haremos distintas preguntas:

- ¿Ha habido alguna canción que no os haya transmitido ninguna emoción?
- ¿Cuál es la que más emoción ha despertado en vosotros?

2º actividad

Los alumnos se colocan en un círculo grande, teniendo contacto directo entre ellos. Un alumno se coloca en medio del círculo y se convierte en el observador. Uno de los alumnos situados en el centro será el encargado de realizar movimientos expresivos y los demás compañeros deberán copiarle. El objetivo es que el observador localice quien es el que comienza a hacer los movimientos expresivos. Se realizará durante 2 o 3 veces y a continuación se realizará de la misma manera introduciendo distintos ritmos inventados por 2 o 3 personas.

Después de cada actividad se destinarán dos o tres minutos para hablar sobre cómo se han sentido y qué han aprendido.

3º actividad

Colocados en dos círculos, cada uno realizará una mueca con la cara o un gesto con el cuerpo, acompañado de un sonido inventado por cada uno de ellos. El siguiente en el círculo deberá recordar las muecas realizadas por los compañeros y repetir las en orden, añadiendo una a la lista, así hasta que todos hayan participado. Una vez se haya hecho en los dos grupos lo realizaremos toda la clase junta.

Para despedir la sesión haremos una pequeña asamblea donde se tratarán los aspectos más importantes impartidos durante la sesión, de igual manera los alumnos dirán que han aprendido y cómo se han sentido.

Para despedir la sesión haremos una pequeña asamblea donde se tratarán los aspectos más importantes impartidos durante la sesión. También preguntaremos que es lo que más les ha gustado y lo que menos y por qué.

Atención a la diversidad:

Para atender aquellos alumnos que en esta sesión tuvieron dificultades para entender las explicaciones utilicé distintos principios DUA que ayudaron, destacamos:

Apoyos visuales, con ayuda de compañeros con el fin de que los alumnos que no hubieran entendido las explicaciones, al observarlo las entendieran.

SESIÓN 3: Artistas de mimo

Objetivos:

- Conocer y entender las distintas emociones.
- Reconocer los distintos ritmos y saber cómo emplearlos en una composición.
- Aumentar la creatividad y la imaginación.

Materiales:

- Tarjetas con emociones.
- Aros, picas, cuerdas.

Se les explicará lo que vamos a llevar a cabo ese día y se observará lo que conocen sobre el tema.

1º actividad

La profesora elabora distintas tarjetas con las siguientes emociones: alegría, tristeza, amor, odio, impaciencia y tranquilidad, entre otras. Posteriormente, cada alumno recoge una tarjeta al azar y lee la emoción escrita en ella, sin enseñársela a nadie. Comenzarán a expresar su emoción por toda la sala en busca de su pareja emocional. No se podrá hablar.

Cuando se termine esta actividad, nos reuniremos todos en el centro del gimnasio y hablaremos un poco de las sensaciones que hemos tenido que representar, cómo nos hacen sentir cada una de ellas, etc.

2º actividad

Se formarán dos círculos, cada alumno, con un mismo objeto, tendrá que hacer un movimiento con él sin repetir los anteriores (por ejemplo, un aro como si fuera un volante, una pica como si fuera una fregona, etc.). El resto de los alumnos deberá adivinar lo que hacen y qué es el objeto y qué utilidad nueva le han dado.

3º actividad

Dividiremos a los alumnos en cuatro grupos distintos. Cada grupo podrá coger cuatro objetos diferentes (sin explicarles en qué va a consistir la actividad). Cada uno de los grupos estará en una esquina del gimnasio y deberá inventar una pequeña escena con los objetos elegidos y participando todos los integrantes, por ejemplo: con una pica la convertimos en una varita mágica, un aro en un volante de conducir, etc. Les daremos una temática (a cada grupo se le dará una tarjeta distinta donde pondrá que deben representar y que emociones deben transmitir) para que así los alumnos puedan guiarse y no perder tiempo en que pueden representar. Todo esto irá acompañado de música de fondo que la sabrán en el momento de representar y deberán hacer los gestos al ritmo. Para despedir la sesión haremos una pequeña asamblea donde se tratarán los aspectos más importantes impartidos durante la sesión, de igual manera los alumnos dirán que han aprendido y cómo se han sentido.

Atención a la diversidad:

En esta sesión no hubo ningún problema, todo se entendió bien.

SESIÓN 4: Imitando emociones

Objetivos:

- Aprender a representar las distintas emociones.
- Conseguir afianzar la coordinación con el ritmo y el grupo.

Materiales:

- Tarjetas con emociones.
- Tarjetas con emociones y acciones.
- Material que quieran para representar.

Les explicaremos en qué va a consistir la sesión.

1º actividad

Los alumnos se colocarán por parejas. Uno de ellos escoge una de las emociones de unas de las tarjetas al azar, y debe representársela a su compañero, realizando todos los gestos y movimientos que estime pertinentes. El observador tratará de adivinar qué emoción está intentando representar. Posteriormente se cambiarán los roles. Así con todas las tarjetas.

Variante:

La clase estará dividida en dos grupos, de tal manera que una mitad de los alumnos tenga una serie de emociones diferentes para cada uno de los miembros del equipo, la otra mitad las mismas. Los alumnos se distribuyen por el espacio representando la emoción que tiene asignada, intentando buscar a un miembro del otro grupo que esté representando su misma emoción. Una vez que la pareja se ha encontrado antes de desvelarse cuál era la emoción de cada uno, deben hablar de los gestos y movimientos que han utilizado cada uno de ellos, para finalmente poner en común la emoción y cerciorarse de que la pareja es la adecuada. Si no fuera así, deberán volver a seguir buscando.

2º actividad

Los alumnos se situarán por parejas. Cada uno de los miembros de la pareja, tendrá una ficha con una serie de acciones diferentes para cada uno de ellos, que deberán realizar expresando la emoción que se indique. En la parte inferior de la ficha, aparecerá un cuadro, con el que el observador analizará la acción de su compañero, atendiendo a las diferentes partes del cuerpo. Todas las acciones están relacionadas con movimientos coreográficos.

3º actividad

Dividiremos la clase en dos grupos. Con las tarjetas de la actividad anterior, se repartirán la mitad a cada grupo de manera aleatoria y deberán crear una representación-coreográfica con las acciones propuestas. Para finalizar ambos grupos lo mostrarán delante del grupo contrario.

Para despedir la sesión haremos una pequeña asamblea donde se tratarán los aspectos más importantes impartidos durante la sesión, de igual manera los alumnos dirán que han aprendido y cómo se han sentido.

Atención a la diversidad:

Para atender aquellos alumnos que en esta sesión tuvieron dificultades para entender las explicaciones utilicé distintos principios DUA que ayudaron, destacamos:

Se repitieron en distintas ocasiones las explicaciones para que todos los alumnos lo comprendieran, acompañando con gestos corporales, no sólo información verbal.

Se adaptaron las actividades a los gustos y temas de interés para conseguir que estuvieran más motivados.

SESIÓN 5: Hablando con el cuerpo

Objetivos:

- Desarrollar la creatividad.
- Conocer y controlar las capacidades del propio cuerpo y el de los demás.
- Explorar nuevas formas de comunicación.

Materiales:

- Objetos elegidos por el grupo para la realización de la coreografía.

Les explicaremos en qué va a consistir la sesión.

1º actividad

Haremos una asamblea donde se hablará de los museos y exposiciones y les explicaremos que todas esas obras de arte siempre tienen una intención, es decir, en la mayoría de los casos el autor las realiza con un fin.

A continuación, dividiremos a la clase en dos grupos equitativos, un grupo serán las obras de arte lo que supone que tengan que representar un cuadro o una estatua con la dificultad de que tiene que ser en movimiento. El otro grupo esperará a la puerta del gimnasio ya que son los visitantes. Estos deberán pasar en grupo de una creación a otra intentando adivinar qué es lo que el compañero está queriendo representar, una vez den una respuesta el alumno que está representado deberá explicar si han acertado o por lo

contrario explicar o que está intentando recrear. Después se cambiarán los grupos y se realizará de la misma manera.

2º actividad

Les explicaremos a los alumnos que la siguiente sesión va a consistir en un concurso de baile, para ello deben preparar una coreografía por lo tanto deben ir preparándola. Se cogerán a tres alumnos al azar y cada uno de ellos por turnos deberán ir eligiendo a un compañero, cogiendo a un chico y una chica para que de esta manera los grupos sean mixtos, esto se realizará hasta que no quede ningún alumno. Una vez estén por grupos deberán pensar entre todos el nombre con el que se van a hacer llamar y la música que acompañe a la coreografía. Se les dirá que a la coreografía deberán añadir dos materiales usados con frecuencia en las clases de EF.

La sesión finalizará creando pasos para incorporarlos en la coreografía, con ayuda de la maestra que se irá pasando con frecuencia por cada uno de los grupos.

Atención a la diversidad:

No hubo ningún problema, todo salió y se comprendió de manera adecuada. Aunque en el medio del gimnasio los alumnos disponían con tarjetas con movimientos coreográficos para cogerlo de idea.

SESIÓN 6: Gran concurso

Objetivos:

- Realizar una coreografía en grupo.
- Afianzar el respeto por los componentes del grupo.
- Fomentar la coordinación espacial, musical y grupal.

Materiales:

- Objetos elegidos por el grupo para la realización de la coreografía.

Haremos una pequeña asamblea donde se les explicará a los alumnos en qué va a consistir la sesión de hoy. Tendrán 30 minutos para practicar y definir la coreografía que después deberán enseñar al resto de compañeros. Se les dará libertad para que lo realicen como ellos decidan, aunque siempre con la supervisión de la maestra. Deberán decir a la maestra la canción escogida que los acompañará durante la composición creada por ellos.

A continuación, grupo por grupo irá mostrando al resto de compañeros la coreografía acompañada de una breve reflexión por cada uno de los participantes sobre qué y cómo se han sentido al realizarlo.

Una vez los tres grupos hayan participado se les otorgará un diploma como reconocimiento de su esfuerzo.

Para finalizar la sesión, haremos una asamblea donde se hablará sobre todo lo trabajado en relación con la EC durante estas sesiones, dando los alumnos su opinión y cómo perciben ellos la EC y cómo influye en ellos.

Atención a la diversidad:

No hubo ningún problema, todo salió y se comprendió de manera adecuada.

7.10 Metodología

La metodología implementada en estas sesiones está diseñada para crear un ambiente lúdico y agradable, donde los estudiantes se sientan cómodos y puedan trabajar de manera motivada y eficiente, haciéndolos sentir protagonistas de su propio aprendizaje. El objetivo principal es que los alumnos adquieran conocimientos de forma adecuada utilizando diversos métodos que se adapten a las necesidades del grupo.

La clase se organizará en diferentes grupos, utilizando un aprendizaje colaborativo que se mantendrá durante todas las sesiones. Las parejas, tríos o grupos se formarán de manera aleatoria y serán heterogéneos, permitiendo que los estudiantes trabajen con todos sus compañeros, independientemente de su afinidad. Así, se fomentará que los alumnos aprendan a colaborar, escuchen y respeten las opiniones de los demás, y trabajen juntos para alcanzar un objetivo común.

La metodología principal será el aprendizaje experiencial, donde los estudiantes aprenderán a través de la práctica. Se realizarán juegos, dramatizaciones, actividades con movimientos y coreografías, permitiendo que los alumnos experimenten diferentes formas de EC de manera divertida y práctica. Según Zabalza (2011), el aprendizaje experiencial permite a los estudiantes desarrollar habilidades y competencias a través de la participación activa en situaciones reales.

También se llevará a cabo la metodología expresiva de Sánchez y Coterón (2012), la cual se centra en el uso del cuerpo como medio de comunicación y expresión, especialmente en el contexto de la EF, con fases de exploración, elaboración y exposición corporal.

A continuación, se explicarán brevemente cada una de esas fases Sánchez y Coterón (2012):

- Fase de exploración: esta fase se centra en que los estudiantes descubren y experimentan las capacidades de su propio cuerpo y cómo pueden utilizarlo como medio para comunicarse o expresarse.
- Fase de elaboración: en esta fase los alumnos ya comienzan a dar forma a sus movimientos, ya explorados en la fase anterior. Desarrollan secuencias de movimiento más complejas y significativas para su aprendizaje.
- Fase de exposición corporal: en esta fase los alumnos presentan sus creaciones a los demás compañeros. En esta etapa se fomenta la comunicación a través del movimiento, permitiendo la interacción entre los miembros y la retroalimentación.

Además, se utilizarán técnicas de aprendizaje basado en el pensamiento, animando a los alumnos a reflexionar sobre los movimientos y expresiones que realicen. En lugar de reproducir simplemente los movimientos enseñados por la maestra, sino que se les motivará a comprender su significado y a crear sus propias formas de expresión.

Finalmente, no se dejará de lado el aprendizaje tradicional, mediante el mando directo, que se utilizará en momentos específicos de las sesiones para explicar los conceptos básicos de la EC o imitar modelos.

Las partes en las que se van a dividir las sesiones son las siguientes:

- Calentamiento expresivo, en esta primera parte se incluirán actividades de presentación o de desinhibición para que los alumnos cojan confianza con ellos mismos y con el resto de los compañeros.
- Parte principal, es la parte principal de la sesión donde se va a crear y dentro de este momento se van a desarrollar las actividades de investigación, exploración que permiten ir introduciendo los contenidos concretos y específicos, y para finalizar se cuenta con la puesta en escena.
- Vuelta a la calma o momento de exposición, donde se realizarán actividades para compartir con el resto de los compañeros lo elaborado en el proceso creativo, dando importancia a mostrarlo al resto del grupo.

- Reflexión, se realizará después de cada sesión una pequeña asamblea donde se tratarán los temas realizados durante la sesión, se les pedirá opinión a los alumnos y podrán expresarse libremente sobre cómo se han sentido.

8. Atención a la diversidad- principios DUA

La atención a la diversidad es esencial para asegurar una educación inclusiva y equitativa, y el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) proporciona un marco eficaz para abordar las necesidades necesarias de los estudiantes. Este diseño se basa en tres principios fundamentales: proporcionar múltiples formas de representación, expresión y participación, con el objetivo de mejorar las oportunidades de aprendizaje para todos los estudiantes que se han tenido en cuenta en el desarrollo de las sesiones.

1. Proporcionar múltiples medios de representación

Este principio se basa en presentar la información y el contenido de distintas maneras para que todos los alumnos sean capaces de comprender la información. En el caso de los alumnos que necesitan que se les explique las cosas repetidas veces, es fundamental emplear distintas estrategias para presentar el contenido. Algunas de estas estrategias pueden ser:

- Repetir las instrucciones hasta que son capaces de comprender lo que se les pide.
- Utilizar apoyos visuales que refuercen la información verbal (pedir voluntarios dentro de sus compañeros y hacerles un ejemplo para que lo vean más claro).

2. Proporcionar múltiples vías de acción y expresión

Este principio implica ofrecer a los estudiantes distintas maneras de demostrar lo que saben y pueden hacer. Para aquellos alumnos que necesitan que se les repita la información es importante proporcionar:

- Distintas opciones de respuesta, darles la oportunidad de que ellos mismos respondan lo que crean.
- Ofrecer retroalimentación, en particular aquellos que sabemos o podemos observar que les cuesta más y de manera global a todos los alumnos. La retroalimentación tiene que ser constructiva para que de esta manera se mejore el aprendizaje y se corrijan los errores.

- Guiar a los alumnos en la planificación y ejecución de las actividades propuestas, con esto conseguimos que comprendan cada paso del proceso.

3. Proporcionar múltiples medios de compromiso

Este principio se enfoca en motivar a los alumnos. Para aquellos alumnos que necesitan mayor atención se implementarán las siguientes estrategias:

- Adaptar las actividades a los gustos y temas de interés por parte del alumnado.
- Incorporar actividades variadas y motivadoras, cambian de grupos, manteniendo en todo momento el interés de los alumnos y teniendo una participación activa por parte del grupo.
- Crear un ambiente agradable y motivador, siendo todos los alumnos protagonistas de su propio aprendizaje. Se debe crear un ambiente inclusivo donde los alumnos puedan preguntar, pedir aclaraciones, etc.

Para aquellos alumnos que necesitan mayor atención por parte de la maestra y que requieren que se les repita la información varias veces se pueden implementar algunas de las estrategias mencionadas anteriormente sobre los principios DUA.

En definitiva, la implementación de estos principios para el aprendizaje dentro del aula facilita la atención efectiva a las diversas necesidades de los estudiantes, incluyendo aquellos que necesitan más atención para entender las instrucciones de lo que se les pide. Al ofrecer múltiples formas de representación, expresión y participación, los docentes pueden desarrollar un entorno de aprendizaje más inclusivo y accesible para cada uno de los alumnos y alumnas que forman el aula.

9. Criterios y Evaluación de la Situación de Aprendizaje

El proceso de enseñanza aprendizaje es crucial para la evaluación ya que proporciona una información valiosa sobre las dificultades que los estudiantes pueden haber enfrentado al realizar o entender una actividad.

Aplicaremos un modelo de evaluación diseñado para valorar el nivel de comprensión de los alumnos, enfocándonos en una evaluación cualitativa y continua, ya que lo más importante es que los alumnos aprendan adecuadamente.

Durante las sesiones, será fundamental observar la evolución de cada alumno, ya que para evaluarlos no consideraremos sólo el resultado final, sino también el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Instrumentos de evaluación

La herramienta principal que emplearé para la evaluación será la observación directa y sistemática, para ello utilizaré un diario de campo con anotaciones de todo lo que pase en las sesiones (véase Anexo 2). Esto nos permitirá verificar el progreso y la participación del alumnado, además de comprender si entienden los contenidos y el material en el que estamos trabajando.

Otros de los instrumentos empleados son una escala de valoración de actitudes (véase anexo 1) para evaluar el comportamiento y actitud de los estudiantes frente a las actividades propuestas.

Tabla 5

Escala de valoración de actitudes. Elaboración propia.

Nombre:	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Entiende los contenidos tratados a lo largo de la situación de aprendizaje de manera clara y sabe qué está trabajando.				
Muestra una actitud respetuosa ante el mismo y hacia el resto de los compañeros.				
Escucha las explicaciones de la maestra en silencio y con una actitud respetuosa.				
Observaciones:				

Además, hemos desarrollado una escala de valoración (véase Anexo 1) para verificar si los estudiantes han adquirido de manera satisfactoria y adecuada los contenidos abordados a lo largo del proceso de aprendizaje. Este método funcionará como autoevaluación para mí, ya que me permitirá comprobar si he logrado transmitir los conocimientos de manera efectiva.

Tabla 6

Escala de valoración para comprobar la adquisición de los conocimientos. Elaboración propia.

Nombre:	Muy bien	Bien	Regular	Insuficiente
El alumno muestra coordinación en sus movimientos.				
El alumno tiene la capacidad para realizar sus movimientos y gestos de manera original, con flexibilidad y fluidez.				
El alumno cambia sus expresiones faciales y corporales para coincidir con las distintas situaciones planteadas.				
El alumno crea movimientos originales y creativos durante las actividades.				
El alumno experimenta de manera adecuada con diferentes ritmos y velocidades en sus movimientos.				

El alumno participa activamente en las actividades grupales				
El alumno respeta su propio cuerpo y el de los demás.				
Observaciones:				

Para finalizar deberán realizar su obra creativa delante de los compañeros y entre todos haremos una evaluación conjunta. La maestra realizará una serie de preguntas a modo de coevaluación, donde se contestará de manera oral y donde lo irá apuntando en su cuaderno de registro.

Las preguntas serán las siguientes:

- ¿Cómo crees que podrían mejorar la coordinación entre los miembros del grupo?
- ¿Qué emociones cree que intentaron transmitir y cómo lo lograron?
- ¿Qué elementos del lenguaje corporal destacarías?
- ¿Qué parte de la obra te gustó más y por qué?
- ¿Cómo crees que tus compañeros podrían hacerlo aún mejor la próxima vez?
- ¿Cómo usaron sus cuerpos para contar la historia?
- ¿Qué te gustaría ver en la próxima obra?

10. Evaluación y resultados

En este apartado se analizarán los resultados obtenidos con la realización de la SA, analizando si los objetivos propuestos al principio de la situación de aprendizaje y observaremos cuál ha sido el grado de adquisición de cada uno de ellos.

1- Desarrollar la creatividad e imaginación a través del cuerpo, utilizándolo como lenguaje creativo y emocional mediante la interacción con la danza y los objetos.

Al finalizar la SA, se pudo observar que los estudiantes lograron un notable progreso en los contenidos desarrollado. Durante las sesiones se realizaron diversas actividades que fomentaban la EC y el uso de objetos en combinación con la danza. Estas actividades permitieron a los alumnos explorar nuevas formas de comunicación y expresión a través

del movimiento. Viendo la evolución en la coordinación con el ritmo en sus respuestas grupales, (véase Anexo 1, sesión 5) del instrumento de evaluación.

A lo largo del proceso se evidenció que los alumnos mostraban mayor soltura y confianza en la realización de las actividades, demostrando capacidad para utilizar su cuerpo de manera creativa (véase Anexo 1). La interacción con los objetos no solo enriqueció sus movimientos, sino que también les brindó una nueva oportunidad para imaginar y fomentar su creatividad (véase Anexo 1).

En resumen, creemos haber alcanzado este primer objetivo en buen grado.

2- Fomentar el respeto tanto a uno mismo como a los demás, y promover la comunicación interpersonal e intrapersonal mediante el uso del lenguaje corporal.

Este objetivo fue clave para la realización de este trabajo. Inicialmente, algunos alumnos tuvieron dificultades para mostrar respeto mutuo y autoaceptación (véase Anexo 1, sesión 3). Sin embargo, a medida que avanzaban las sesiones, los alumnos se adaptaron mejor a las actividades y ejercicios de EC en grupo. Las dinámicas grupales y las coreografías en parejas o grupos jugaron un papel crucial para fomentar un ambiente de respeto, lo que permitió que los alumnos valorar tanto sus propias capacidades como las de sus compañeros, observándose un notable progreso al final del proceso (véase Anexo 1, sesión 6).

Por otro lado, promover la comunicación con lenguaje corporal se cumplió satisfactoriamente, ya que los alumnos lograron mejorar su capacidad para comunicarse sin palabras, utilizando gestos y movimientos para expresar sus emociones e ideas (véase Anexo 1, sesión 3). Las actividades diseñadas facilitaron la interacción entre alumnos, fomentando mayor comprensión y empatía, mientras que las tareas individuales les ayudaron a explorar y expresar sus propios sentimientos de manera más efectiva (véase Anexo 1, sesión 5).

4- Conocer las capacidades comunicativas a través de los movimientos corporales.

En un principio este objetivo no se alcanzó completamente. Durante las primeras sesiones, muchos estudiantes mostraron dificultades para utilizar su cuerpo de manera más efectiva como medio de comunicación ya que nunca habían tenido experiencias previas (véase Anexo 1, sesión 3). Sin embargo, a medida que avanzaba la situación de

aprendizaje, los alumnos comenzaron a adaptarse mejor y a comprender las técnicas enseñadas.

Con el tiempo, la práctica continua y el desarrollo en cada sesión, los estudiantes demostraron un mayor entendimiento de cómo utilizar su cuerpo para comunicar de manera efectiva. Al final del proceso se logró mejorar significativamente su competencia comunicativa global, cumpliendo con el objetivo propuesto (véase Anexo 1, sesión 6).

5- Promover la cooperación y mejorar la coordinación, el ritmo y las nociones espaciales individuales y colectivas a través de la participación en coreografías deportivas, donde se aprende sobre la musicalidad y el ritmo.

Estos objetivos fueron alcanzados plenamente en esta intervención docente. Las actividades diseñadas integraron elementos de ambas disciplinas, permitiendo a los alumnos experimentar de manera práctica cómo la música y el movimiento corporal se complementan y enriquecen mutuamente. Esta integración fortaleció su apreciación y comprensión en ambas áreas, mostrando cómo los conceptos aprendidos en una disciplina pueden aplicarse y profundizarse en otra (véase Anexo 1, sesión 3).

Fomentar la cooperación fue un componente clave, logrado a través de coreografías deportivas que implicaban aprender sobre la musicalidad y el ritmo de manera grupal. Estas coreografías grupales no solo mejoran la capacidad de los estudiantes para trabajar en equipo, sino que también les enseñaron a seguir el ritmo y entender la musicalidad. La práctica constante y la necesidad de coordinarse con sus compañeros fomentando un entorno de colaboración y apoyo mutuo, resultando en un notable progreso que fue claramente visible en las presentaciones finales de las coreografías, al principio costó que los alumnos se respetasen y escuchasen unos a otros (véase Anexo 1, sesión 3), pero al final lo consiguieron (véase Anexo 1, sesión 6).

8- Fomentar el trabajo en equipo.

Durante las primeras sesiones grupales, se observó que los estudiantes tenían dificultades para colaborar de manera efectiva y comprender la importancia de trabajar juntos. Sin embargo, a medida que avanzaba la situación de aprendizaje y se implementaban dinámicas de cooperación los alumnos comenzaron a adaptarse mejor.

Con el paso del tiempo, las actividades grupales y dinámicas de cooperación enseñaron a los alumnos la importancia de trabajar juntos para alcanzar un objetivo común. Los

estudiantes desarrollan habilidades (véase Anexo 1, sesión 6) de colaboración y comunicación, lo que resultó en un ambiente de clase más único y cooperativo. Al final de proceso, el objetivo se logró. (véase Anexo 2, diario de campo).

9- Reconocer los sentimientos y emociones.

A través de la EC, los alumnos aprendieron a identificar y expresar sus propios sentimientos y empatizar con los de sus compañeros, desarrollando así algunas de las competencias de educación emocional como pueden ser el autoconocimiento y la empatía. Las actividades enfocadas en la exploración emocional permitieron a los alumnos desarrollar una mayor inteligencia emocional, facilitando un ambiente de aprendizaje más comprensivo y solidario (véase en el Anexo 2).

11. Propuestas de mejora

Para mejorar la SA, creo que podrían cambiarse varias cosas. En primer lugar, ampliar el tamaño de la muestra y extender la duración de la intervención planteada para que los datos que se obtengan sean más verídicos y representativos y así poder evaluar de manera más adecuada a largo plazo las actividades propuestas. Esta propuesta con una mayor diversidad de estudiantes permitiría observar mejor la evolución de las habilidades motrices, expresivas y sociales.

La formación continua por parte de los profesores es esencial, especialmente en el ámbito de la EF, es fundamental que los profesores se capaciten en actividades artístico-expresivas para mejorar su práctica docente. En nuestro caso, el maestro no tenía ningún tipo de interés en introducir dentro de sus clases de EF nada relacionado con la EC, lo que hizo que los alumnos al encontrarse con esta práctica no supieran que hacer, ni cómo reaccionar, al principio sintieron cierto rechazo.

Creemos que las actividades se realizaron de manera adecuada, aunque si es cierto que los alumnos en algunos momentos estaban desmotivados, lo que hacía que hubiera que estar motivándoles todo el rato, de ahí que según se estaban desarrollando las sesiones tuve que adaptar las actividades a los gustos de los alumnos para que estuvieran motivados y lo realizaran con ganas.

El espacio donde se desarrollaron las sesiones era adecuado, era el gimnasio del colegio, no era muy grande lo que hizo que todos los alumnos estuvieran controlados, si es cierto

que había mucho eco y la mayoría de las actividades eran de manera grupal, lo que suponía que hubiera mucho ruido.

Considero que en la primera sesión se debería haber explicado a los alumnos de manera clara en qué consistía la EC y su importancia. En varios momentos, los alumnos realizaron las actividades sin tener claridad sobre cómo les beneficiarían en el futuro.

En definitiva, a lo largo de esta experiencia he observado como la EC ayuda a los niños y niñas a desarrollar su autonomía personal y mayor confianza en sí mismos. En cada sesión los alumnos han logrado comunicar sus sentimientos, emociones, crear coreografías, sin usar el lenguaje verbal creando un ambiente más socializador. Por ello y como se mencionaba anteriormente, creo que es fundamental que los docentes reciban una formación adecuada en estos recursos y sobre todo en EC para que los alumnos tomen conciencia de su propio cuerpo y descubran las capacidades que tiene.

Para finalizar quiero destacar que a pesar de las dificultades que me he podido ir encontrando a lo largo que se iba desarrollando mi TFG debido a mi poca experiencia y a la incertidumbre de si lo estaba realizando de manera adecuada o no, puedo afirmar que no ha sido un trabajo para obtener el título, sino que esta experiencia me ha brindado un valioso aprendizaje tanto a nivel personal como profesional.

12. Conclusiones del TFG

A continuación, se expondrán algunas de las conclusiones que a lo largo del desarrollo de este TFG hemos podido obtener.

A nivel general:

En cuanto a la consecución de los objetivos planteados en este TFG podríamos concluir con las siguientes ideas:

Diseñar, planificar y evaluar una propuesta didáctica para implementar actividades de EC en el entorno educativo, con el fin de analizar y apreciar la evolución de las habilidades motrices, expresivas y sociales de los alumnos y alumnas.

Para que este objetivo se pudiera cumplir se desarrollaron una serie de actividades dirigidas a fomentar la EC. Se utilizaron métodos cualitativos para evaluar el impacto de las actividades. El diseño de esta propuesta, en términos generales fue exitoso, logrando

crear actividades que estuvieran estructuradas y adaptadas a las necesidades que los alumnos. En cuanto a la evaluación, se utilizaron observaciones directas, coevaluaciones entre otras. He de destacar que fue especialmente notable el incremento en la confianza y capacidad de expresión de los estudiantes, cumpliendo así casi todos los objetivos empleados.

He de destacar que fue especialmente notable el incremento en la confianza y capacidad de expresión de los alumnos, cumpliendo de esa manera casi todos los objetivos que estaban propuestos. Los estudiantes dejaron ver una mejora significativa en su capacidad para trabajar en equipo, comunicarse y expresar sus ideas de manera creativa, aunque es cierto que costó conseguir esto, pero finalmente se consiguió. Las actividades requerían de dinámicas en grupos, parejas o tríos, juegos de rol y proyectos colaborativos (coreografía).

Como limitación, destacaría el tamaño tan reducido de la muestra ya que puede afectar a la generalización de los resultados. La heterogeneidad de los participantes en términos de habilidades y niveles de confianza en sí mismos ha influido positivamente ya que de esta manera se ha podido comparar entre unos alumnos y otros. De igual manera, la duración de la propuesta fue relativamente corta, esto supuso que no se pudiera observar los efectos a largo plazo que las actividades de EC desarrollan en los niños y niñas.

A pesar de estas limitaciones, la propuesta ofreció una base sólida para futuros estudios y mejoras en la integración de la EC en Educación Primaria y dentro del currículo. Los resultados nos muestran que las actividades de EC pueden tener un impacto positivo en desarrollar las habilidades sociales y expresivas de los alumnos.

En definitiva, el diseño e implementación de esta propuesta para fomentar la EC resultó ser un proceso enriquecedor. Se pudo observar como los alumnos mejoraron en las habilidades sociales y expresivas y se concienciaron sobre la importancia que tiene la EC en nuestro día a día. A pesar de las limitaciones, los resultados, en términos generales validan la efectividad de estas actividades.

A nivel específico:

- **Investigar y analizar la importancia de la EC en el aula, presentando y comparando las opiniones y conocimientos de diversos autores sobre su relevancia en la educación.**

Para que este objetivo se cumpliera, se llevó a cabo una revisión bibliográfica exhaustiva que incluía la opinión y varios estudios de distintos autores en el campo de la importancia de la EC en la educación. Se discutieron y comprobaron varias perspectivas teóricas y prácticas de cómo la EC puede ser beneficiosa para el desarrollo integral de los estudiantes. De esta manera, la visión general se volvió esencial, destacando la importancia de expresarse en el aula. Los resultados mostraron que el cuerpo puede ser crucial para mejorar la comunicación, la autoestima y la interacción entre los compañeros. Se destacó que las actividades de EC no solo permiten a los alumnos desarrollar habilidades motrices y expresivas, sino que fortalece muchos otros valores, entre los cuales se destacan la capacidad para trabajar en equipo, resolver conflictos o dilemas, entre otros.

En conclusión, la revisión bibliográfica ha confirmado la relevancia tan significativa que tiene la EC dentro del ámbito educativo. La implementación de actividades de EC en el aula no solo mejora el proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que tiene un impacto positivo en el desarrollo integral de los alumnos.

- **Motivar a otros docentes a introducir la EC dentro de sus clases de EF.** Este objetivo no pudo cumplirse. Pero considero que para que se pudiera haber cumplido hubiera sido necesario planificar talleres dirigidos a docentes, sobre todo del área de EF, con el fin de demostrar los beneficios de la EC en el desarrollo de habilidades sociales, motrices y expresivas. Aunque hemos influido en esta SA en el alumnado, creemos que no ha sido lo suficiente para poder dejar huella en el docente y que lo realice en futuros cursos.
- **Analizar qué aporta el proceso creativo en EC al alumnado.** Para este objetivo, se implementaron actividades específicas enfocadas en el proceso creativo. A través de la observación directa y la recogida de datos en el cuaderno de campo (véase Anexo 2), se fue analizando como iba evolucionando el proceso creativo en los alumnos. Los resultados mostraron que el proceso creativo fomentó en desarrollar la imaginación y originalidad de los alumnos, permitiéndoles explorar y expresar sus emociones de manera libre. Además de mostrar más fluidez en sus movimientos y adaptación al cambiar de actividad.

13. Bibliografía

Acosta, F. (2014). *Educación física y desarrollo integral*. Editorial Académica Española.

Aranguren, J. L. (1984). *Estética y teoría del arte*. Ediciones Cátedra.

Berlo, D. K. (1980). *El proceso de la comunicación: Introducción a la teoría y práctica*. Editorial El Ateneo.

BOCYL núm. 190, de 30 de septiembre de 2022. DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

BOE núm. 340, de 30 de diciembre de 2020. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

BOE núm. 52, de 2 de marzo de 2022. Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Ceballos, J. (2020). *Impacto de los juegos de representación en la motivación y habilidades comunicativas de los estudiantes de Educación Física*. Revista Internacional de Educación Física, 22(3), 145-162.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=836949>

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper and Row.

De la Fuente, M. (2017). *El papel de la creatividad en la Educación Física: Una revisión crítica*. Revista de Pedagogía, 35(1), 98-112.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7584425>

Garcés, M. (2017). La educación inclusiva y la expresión corporal: Un enfoque integral. *Revista de Pedagogía Inclusiva*, 15 (1), 23-25.

García, A., y Lavega, P. (2010). Creatividad y expresión corporal en la educación física. *Revista de Educación Física y Deportes*, 10 (1), 96-104. Recuperado de:
<https://revistaefdeportes.com>

- Guilford, J. P. (1950). Creativity. *American Psychologist*, 5(9), 444-454. <https://doi.org/10.1037/h0063487>
- Martínez, A., & Sánchez, B. (2021). *Creatividad e innovación en la educación: Dinámicas y actividades para el aula*. Editorial Educación Creativa.
- Maulini, M. (2018). *La expresión corporal en la enseñanza de la Educación Física*. Editorial Educación y Movimiento.
- Montávez, P. (2022). La evolución de la expresión corporal en el sistema educativo español. Ediciones Académicas.
- Moreno Murcia, J. A., Hellín García, P., & González-Cutre, D. (2011). *La dramatización y los juegos de rol en la Educación Física: Una revisión de la literatura*. *Revista de Educación Física y Deportes*, 30(2), 14-26.
- Padilla, A. (1993). *Educación corporal y desarrollo personal*. Editorial Universitaria.
- Pérez, C. (2005). *Comunicación no verbal y su importancia en la educación física*. Editorial Universitaria.
- Poyatos, F. (1994). *La comunicación no verbal: Cultura, lenguaje y conversación*. Editorial Istmo.
- Real Academia Española (RAE). *Diccionario de la Lengua Española*. Recuperado de <http://www.rae.es/>
- Rodríguez, A., & Ríos, F. (2022). *Beneficios de las coreografías en la autoestima y habilidades interpersonales de los estudiantes*. *Revista de Innovación Educativa*, 27(4), 74-85. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8612490>
- Ruano, K., & Sánchez, G. (2009). *Expresión corporal y educación*. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=QIMACwAAQBAJ&oi=fnd&pg=>
- Rubio, J. (2017). *Coreografía y creatividad en la educación física*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(2), 209-214. Recuperado de <http://www.um.es/cpd/>

Sánchez, M. (1999). *Estética del movimiento humano: La expresión corporal en la educación física*. Editorial Paidotribo.

Sánchez, B., y Coterón, J. (2012). *Metodología expresiva en educación física: Integración cuerpo-mente y desarrollo emocional*. Editorial Paidotribo.

Sierra, J. (2001). *Creatividad y expresión corporal en la educación física*. Editorial Paidotribo

Torrents, C., Castaner, M., & Anguera, M. T. (2013). La creatividad motriz en la educación física. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 30, 43-56. Recuperado de <https://revistas.um.es/motricidad>

Valverde, E. (2024). *Prácticum II. Memoria de prácticas*.

Zabalza, M. A. (2011). *Diarios de clase: Un instrumento de investigación y desarrollo profesional*. Narcea Ediciones.

14. Anexos

Anexo 1: Escala de valoración de actitudes y escala de valoración para comprobar la adquisición de conocimientos. Por grupos de trabajos.

Sesión 3:

Nombre: Grupo 1	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Entiende los contenidos tratados a lo largo de la situación de aprendizaje de manera clara y sabe qué está trabajando.		X		
Muestra una actitud respetuosa ante el mismo y hacia el resto de los compañeros.		X		
Escucha las explicaciones de la maestra en silencio y con una actitud respetuosa.		X		
<p>Observaciones:</p> <p>A diferencia de las primeras sesiones y comentándolo con el maestro se pudo observar cómo los alumnos estaban más motivados a la hora de realizar las actividades. De igual manera empezaron a respetar su propio cuerpo, como el de los demás compañeros. Escuchando y respetando las opiniones de los demás.</p>				

Nombre: Grupo 2	Muy bien	Bien	Regular	Insuficiente
El alumno muestra coordinación en sus movimientos.			X	
El alumno tiene la capacidad para realizar sus				

movimientos y gestos de manera original, con flexibilidad y fluidez.			X	
El alumno cambia sus expresiones faciales y corporales para coincidir con las distintas situaciones planteadas.			X	
El alumno crea movimientos originales y creativos durante las actividades.		X		
El alumno experimenta de manera adecuada con diferentes ritmos y velocidades en sus movimientos.		X		
El alumno participa activamente en las actividades grupales		X		
El alumno respeta su propio cuerpo y el de los demás.			X	
<p>Observaciones:</p> <p>En rasgos generales, la coordinación les costaba un poco y lo único que realizaban eran movimientos tras movimientos sin ningún criterio. Con ayuda del maestro y mía íbamos ofreciéndoles ayuda para que lo que realizaran tuviera una dirección hasta el producto final.</p>				

Sesión 5:

Nombre: Grupo 3	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Entiende los contenidos tratados a lo largo de la situación de aprendizaje		X		

de manera clara y sabe qué está trabajando.				
Muestra una actitud respetuosa ante el mismo y hacia el resto de los compañeros.			X	
Escucha las explicaciones de la maestra en silencio y con una actitud respetuosa.			X	
Observaciones:				
A lo largo que avanzaban las sesiones, iban coordinándose con mayor facilidad lo que hacía que se sintieran más a gusto a la hora de realizar las actividades propuestas, esto hizo que la parte práctica se realizara bien, pero les costaba respetar las opiniones de sus compañeros, lo que suponía que la mayor parte de la clase se la pasaran discutiendo.				

Nombre:	Muy bien	Bien	Regular	Insuficiente
El alumno muestra coordinación en sus movimientos.			X	
El alumno tiene la capacidad para realizar sus movimientos y gestos de manera original, con flexibilidad y fluidez.			X	
El alumno cambia sus expresiones faciales y corporales para coincidir con las distintas situaciones planteadas.			X	

El alumno crea movimientos originales y creativos durante las actividades.		X		
El alumno experimenta de manera adecuada con diferentes ritmos y velocidades en sus movimientos.		X		
El alumno participa activamente en las actividades grupales			X	
El alumno respeta su propio cuerpo y el de los demás.			X	
Observaciones: El maestro y yo pudimos observar que el tema les motivaba pero el no ser escuchados por el resto de sus compañeros les desmotivaba a querer realizar las actividades.				

Sesión 6:

Nombre:	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Entiende los contenidos tratados a lo largo de la situación de aprendizaje de manera clara y sabe qué está trabajando.		X		
Muestra una actitud respetuosa ante el mismo y hacia el resto de los compañeros.			X	
Escucha las explicaciones de la maestra en silencio y			X	

con una actitud respetuosa.				
<p>Observaciones:</p> <p>Al igual que en otras sesiones, las actividades bien, pero los alumnos se desmotivaban porque no tenían la libertad de decir lo que pensaban o querían porque el resto de los compañeros del grupo no les hacían caso. El maestro y yo intentábamos mediar e incluso se paraba la clase para tratar este tema, pero ha sido algo que ha ido de la mano en todas las sesiones.</p>				

Nombre:	Muy bien	Bien	Regular	Insuficiente
El alumno muestra coordinación en sus movimientos.		X		
El alumno tiene la capacidad para realizar sus movimientos y gestos de manera original, con flexibilidad y fluidez.		X		
El alumno cambia sus expresiones faciales y corporales para coincidir con las distintas situaciones planteadas.			X	
El alumno crea movimientos originales y creativos durante las actividades.		X		
El alumno experimenta de manera adecuada con diferentes ritmos y velocidades en sus movimientos.		X		

El alumno participa activamente en las actividades grupales			X	
El alumno respeta su propio cuerpo y el de los demás.			X	
<p>Observaciones:</p> <p>Las coreografías al final salieron bien en la mayor parte de los grupos, estaban coordinados y todos sabían los pasos que tenían que realizar. El inconveniente se produjo antes en la creación de la muestra y en los ensayos, ya que no todos podían decir lo que opinaban ya que había un grupo de alumnos que eran los líderes y se realizaba lo que decían, eso desmotivó.</p>				

Anexo 2: Diario de campo.

SESIÓN 1

- Al introducir la situación de aprendizaje y el tema de EC los alumnos no sabían bien cómo actuar ya que era algo nuevo para ellos y nunca lo habían hecho.
- Al introducir coreografía los niños no se sentían muy agusto y no estaban motivados a realizar las actividades.
- La 1ª actividad se realizó de manera adecuada y todos los alumnos participaron.
- La 2ª act. al introducir material, se motivaron pero estaban distraídos jugando con ello lo que costaba mantener la atención.
- La 3ª act. participaban bien al principio pero al estar por grupos no todos participaban, otros daban ideas y no se les tomaba en cuenta, otros no sabían qué hacer. Fue un caos aunque al final se consiguió llegar a algo.

SESIÓN 2

- (los alumnos estaban motivados, sobre todo los niños).
- La 1ª act. se desarrolló adecuadamente aunque había niños que al parar la música no tenían muy claro qué es lo que tenían que hacer o que "pose" hacer. En la variante la actividad se desarrolló de mejor manera.
 - La 2ª act. es muy parecida a un juego que habían realizado en otras ocasiones lo que no les resultó complicado coger la dinámica. Si es cierto, que no sabían cómo reflejar la emoción que querían por lo que necesitaban de mi ayuda.
 - 3ª act.: Al ser parecido a lo segundo se realizó de manera adecuada. Al principio con mi ayuda y luego ya fueron capaces solos.

SESIÓN 3

- Al ver que en la sesión 2 las emociones y la manera de expresarlas se complicaba, se decidió una actividad a trabajarla.
- 1ª act → se realizó de manera adecuada. Al finalizar el juego se realizó una pequeña asamblea donde se habló de cada uno de las emociones.
 - 2ª act → fue una de las act. que más le gusto ya que con el material que ellos quisieron podían darle la utilidad que quisieran, esto hizo que después entre distintos alumnos crearan cosa chulas y a raíz de su imaginación.
 - 3ª act → Era parecido a la 2ª act. y sin ellos sabían muchos alumnos de adelantaron a ella. Se fomentó mucho la creatividad y la imaginación de los alumnos y crearon obras muy trabajadas y con mucho ingenio.

SESIÓN 4

- Los niños dejaron de estar motivados ya que lo único que querían era jugar al fútbol por lo que se notaba mucho que había que tirar de ellos para que realizaran las actividades de manera adecuada y sin quejas. Para ello decidí presentarme la act. de manera divertida para llamar la atención.
- 1ª act.: Se presentó de manera muy divertida lo que hizo que se sintieran motivados y con ganas de realizarlo.
 - 2ª act.: Se volvió a introducir la coreografía lo que desarrolló un poco pero considero que la manera en la que se presentó les motivó a realizarlo.
 - 3ª act.: Al ser ellos solos los que tenían que crear una representación - coreográfica estaban motivados aunque se produjeron conflictos, falta de repeto...

SESIÓN 5

El gimnasio pasó a ser una sala de museo consiguiendo que los alumnos se motivaran.

La primera actividad salió bien pero no resultó muy motivadora por lo que ellos mismos adaptaron la actividad, mezclando todo lo que habían visto en sesiones anteriores. Hubo clara emoción con movimiento y ritmo lo que usó que estuvieran más enfocados en la actividad.

Al modificar la actividad hizo que hubieran menos tiempo para explicar la 2ª act.

La 2ª actividad consiste en un concurso de baile ^{que se realizó en la 6ª sesión} para ello debían haber 3 grupos, se eligieron 3 capitane y de ahí se fueron formando los grupos. Esto produjo muchos conflictos ya que había gente que no se quería juntar o quería ponerse con sus amigos, etc. Esto hizo que se tuviera que parar la actividad y hablar sobre los conflictos que se estaban produciendo.

SESIÓN 6

Esta última sesión consistió en juntar todo lo que se había realizado durante las sesiones anteriores.

Debían realizar una coreografía, como en la sesión anterior se produjeron conflictos durante todo lo que

o nivel técnico todos los grupos lo realizaban de manera adecuada pero a la hora de respetar a los demás compañeros y sus opiniones se produjo el conflicto.

Cuando ~~ambos~~ todos los grupos

mostraron delante de sus compañeros la coreografía se les felicitaro pero se realizó una alabanza donde se les dio del mal comportamiento que habían tenido.

Anexo 3: Contenidos del currículo.

CONTENIDOS DE ÁREA
<p>Bloque A</p> <p>A. Vida activa y saludable:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental). Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. – Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <p>Bloque B</p> <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás. – Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. Uso correcto de materiales y espacios. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. - Interés por mejorar la competencia motriz y valoración del esfuerzo personal en la actividad física. Confianza en sus propias posibilidades. <p>Bloque C</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>

- Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición n de persecución y de interacción con un móvil. Percepción y estructuración espacio-temporal del movimiento: coordinación de trayectorias: intercepción y golpeo-intercepción; coordinación de las secuencias motrices propias con las de otro, con un objetivo común. Iniciativa y autonomía en la toma de decisiones: resolución de situaciones motrices con varias alternativas de respuesta que impliquen la coordinación espacio-temporal.

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Intervención de las partes del cuerpo en el movimiento. Definición de la lateralidad: reconocimiento de la izquierda y la derecha en los demás y en los objetos. Coordinación dinámica general y segmentaria. Control del cuerpo en relación con la actitud postural, con la tensión y la relajación. Control de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio variando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad. Interiorización de las posibilidades y limitaciones motrices de las partes del cuerpo.

- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos. Control y dominio del movimiento. Resolución de problemas motrices que impliquen selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas, complejas y de sus combinaciones.

Bloque D

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.

- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas y adopción de una actitud crítica.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego.

Bloque E

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples: espontaneidad y creatividad en el movimiento expresivo.
- 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 y coreografías sencillos)
- Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.