



**FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**LA DANZA COMO MEDIO DE EXPRESIÓN
CORPORAL Y SUS BENEFICIOS PARA LOS
ALUMNOS DENTRO DEL AULA. PROPUESTA DE
INTERVENCIÓN EN UN AULA DE EDUCACIÓN
PRIMARIA**

**TRABAJO FIN DE GRADO
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTOR/A: ELENA OSORNO ALONSO

TUTOR/A: FRANCISCO ABARDÍA COLÁS

CURSO ACADÉMICO: 2024/2025

*A mis padres y hermano por acompañarme en todas mis etapas y poner en valor mi
educación, por ser el pilar de mi vida.*

*A mis alumnos y profesora de prácticas por poner su granito de arena y ayudarme a
amar esta profesión.*

RESUMEN

El presente TFG muestra el desarrollo de una fundamentación teórica en la que se busca demostrar los diferentes beneficios que aporta incluir la Expresión Corporal y la danza en las prácticas de Educación Física dentro de las aulas. Pone en el foco del estudio el cuerpo del alumno como medio que favorece el desarrollo integral de la persona.

Además, se presenta una Unidad Didáctica en la que se trabajan los beneficios de la danza a través de distintos tipos de cuerpo. Dicha Unidad Didáctica cuenta con cinco sesiones destinadas al tercer ciclo de la Educación Primaria, concretamente al curso de 6º.

PALABRAS CLAVE

Danza, emociones, expresión corporal, inclusión, postura corporal, comunicación, creatividad, cooperación, improvisación, Educación Primaria, salud, sentimientos, cultura, propuesta didáctica, Educación Física, Lenguaje Corporal.

ABSTRACT

This Final Project presents the development of a theoretical foundation that seeks to demonstrate the various benefits of including Body Expression and dance in Physical Education classrooms. It focuses on the student's body as a means of promoting holistic development.

In addition, it presents a Teaching Unit that explores the benefits of dance through different body types. This Teaching Unit consists of five sessions aimed at the third cycle of Primary Education, specifically the 6th grade.

KEY WORDS

Dance, emotions, body language, inclusion, body posture, communication, creativity, cooperation, improvisation, primary education, health, feelings, culture, teaching approach, physical education, body language.

ÍNDICE

1	INTRODUCCIÓN	5
2	JUSTIFICACIÓN	6
3	OBJETIVOS	9
4	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	10
4.1	INTRODUCCIÓN A LA EXPRESIÓN CORPORAL.....	10
4.1.1	Expresión corporal en E.F. y sus beneficios para la salud	11
4.2	INTRODUCCIÓN A LA DANZA COMO MEDIO DE EXPRESIÓN CORPORAL	13
4.3	CUERPO	15
4.3.1	Espacio y tiempo	17
4.3.2	Comunicación y colaboración	19
4.3.3	Creatividad	22
4.3.4	Emociones	23
5	PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	25
5.1	JUSTIFICACIÓN	25
5.2	CONTEXTUALIZACIÓN.....	25
5.3	TEMPORALIZACIÓN.....	26
5.4	OBJETIVOS.....	26
5.4.1	Generales.....	26
5.4.2	Específicos	27
5.5	CONTENIDOS.....	27
5.6	METODOLOGÍA.....	29
5.7	DESARROLLO DE LAS SESIONES.....	31
5.8	EVALUACIÓN	41
6	CONCLUSIONES	42
7	BIBLIOGRAFÍA	44
8	ANEXOS.....	48

1 INTRODUCCIÓN

La idea de seleccionar la Expresión Corporal y la danza como tema principal para el TFG y para el desarrollo de la propuesta didáctica nace por la vocación casi a partes iguales por el mundo de la danza y el mundo de la docencia.

Mi ambición por la danza me ha hecho querer adquirir más información sobre ella y sobre cuál es la mejor forma de aplicarlo al mundo de la Educación Primaria. Sin embargo, no solo quería obtener más información, sino, mediante el presente TFG pretendo hacer conocer los beneficios de la Danza y la Expresión corporal dentro y fuera de la educación reglada.

Para comenzar a desarrollar este TFG lo primero será plantear los objetivos que quiero llegar a conseguir con él, de esta forma puedo establecer una comparación de donde empiezo y a donde quiero llegar.

Seguido esto realizaré una justificación del porqué de la selección del tema para el desarrollo del TFG. Para ello me apoyaré en algunas citas que introduzcan brevemente el tema y me ayuden a justificar, así como en algunas vivencias personales.

En tercer lugar, comienza el que, en principio, es el apartado más denso, la fundamentación teórica. En esta parte me dedicaré a realizar una búsqueda bibliográfica, citas, datos, informes... que den sentido y sustenten el trabajo, es el apartado en el cual se recopila toda la información que va a servir de precedente e introducción a la propuesta didáctica.

He desarrollado una propuesta de intervención o propuesta didáctica de Expresión Corporal y danza dirigida al tercer ciclo de la Educación Primaria, principalmente a los alumnos que se encuentran en el 6º y último curso de la etapa. Esta propuesta está basada en la adquisición de conocimientos de los diferentes tipos de cuerpos en la clasificación ofrecida por Abardía Colás (2010).

Por último, se exponen las conclusiones extraídas de realizar una investigación sobre la Expresión Corporal y la danza y sus beneficios para el alumnado dentro del aula de Educación Física con el posterior planteamiento de una propuesta didáctica. También se relata la biografía empleada.

2 JUSTIFICACIÓN

Después de conocer la etapa de Educación Primaria desde dos puntos de vista distintos, como alumna de dicha etapa y como estudiante de la misma con fines de ejercer como maestra en la mención de Educación Física, he podido observar la necesidad de otorgar más importancia y tiempo a la Expresión Corporal.

La elección de la temática del presente trabajo nace de la frustración de conocer y haber experimentado alguno de los numerosos beneficios de la Expresión Corporal y observar cómo en la cotidianidad de muchos centros se le resta importancia pese a todo lo que esta puede aportar tanto al alumnado común como a los alumnos con necesidades especiales.

Como bailarina siempre he tenido una visión muy positiva de la expresión corporal, más concretamente de la danza que es en la rama de la expresión corporal céntrica del desarrollo de este trabajo. Sin embargo, desde que he cursado las asignaturas de Potencial Educativo de lo Corporal y Expresión Corporal ambas en 3º de carrera he entendido en la importancia de centrarnos no solo en lo más evidente sino también en todos los contenidos que podemos transmitir y la forma de hacerlo. Estas dos asignaturas me han ayudado a comprender la expresión corporal y la danza más allá de como una persona que las pone en práctica sino como una persona que las entiende y es capaz de transmitírselas a otras personas de la forma correcta.

La expresión corporal y la danza ofrecen un marco amplio de beneficios dentro del aula, así como una amplia gama de posibilidades de actuación. Tal y como afirma Patricia Stokoe, bailarina argentina, a través de la danza y la expresión corporal los niños toman conciencia de su propio cuerpo lo que les ayuda a conocerse mejor ayudando al funcionamiento del mismo en el desempeño de sus actividades diarias y favoreciendo una actitud postural correcta.

A través de la danza los alumnos se ven en la posibilidad de mostrar sus sentimientos y emociones a través de ciertos movimientos y expresiones faciales ayudando a establecer una mejor comunicación entre iguales y con el profesor dentro del aula y favoreciendo a su vez, directa e indirectamente, la cooperación, sin dejar de lado la autonomía y la resolución de problemas entre los mismos.

Personalmente, y tras haberlo vivido en persona, considero la expresión corporal y la danza como una oportunidad que debe ofrecerse a los alumnos para conocerse a sí mismos

y experimentar con sus propias emociones y sentimientos. A lo largo de mi carrera como estudiante la danza me ha aportado estabilidad, rutina y motivación, además de todos los beneficios tanto para mi salud física como para mi salud mental.

Asimismo, la danza es una buena técnica para trabajar la improvisación la cual nos pone en contacto con nuestra propia imaginación ayudándonos de esta forma a explorar y explotar al máximo la creatividad realizando innumerables movimientos innovadores, lo cual también nos conecta con la música.

Durante el segundo cuatrimestre del presente curso escolar he realizado mi segundo y último periodo de prácticas en el cual, las horas que no eran de Educación Física estaba reasignada con la clase 6º. La profesora tutora de este curso empleaba el baile y la expresión corporal como método para conectar con los alumnos, sobre todo aquellos que acababa de conocer. Ella plantea que cuando has de enfrentarte a una clase nueva a principio de cursos o has de hacer una sustitución tienes que buscar la forma de conectar con los alumnos y conseguir comunicarte con ellos para que la clase funcione y el baile es una gran oportunidad de hacerlo a través de la música pues los alumnos se encuentran en un estado de relajación y diversión. Además, de esta forma brindaba a los alumnos la oportunidad de desconectar empleando el movimiento después de muchas horas trabajando los contenidos establecidos en el currículo. Es decir, se emplea la danza a modo de cuña motriz. Observar estas prácticas en varios momentos a lo largo del curso ayuda a comprender el privilegio de poder trabajar esta disciplina no sólo en Educación Física sino también en el aula. Consideremos la danza como una forma de trabajar la interdisciplinariedad y la transversalidad dentro del aula, algunos ejemplos de ellos son la Educación Física, Música, Matemáticas...

Es importante destacar la forma en la que mediante prácticas empleando la música y la danza podemos favorecer la inclusión de alumnos con necesidades espaciales aprovechando la conexión que se crea a través de ella favoreciendo las relaciones alumno-alumno y alumno-profesor.

A medida que ha ido evolucionando el currículo de Educación Primaria la Expresión Corporal ha ido tomando más protagonismo principalmente a través de la danza. No es hasta la llegada de la LOE cuando la danza se hace hueco en el currículo de Educación Primaria a través de la asignatura de Educación Física pues, aunque la LOGSE empezó a reglarla y ofertar formación como una enseñanza de régimen especial y dentro de las

enseñanzas artísticas, solo podía cursarse de forma extraescolar en conservatorios o similares.

Con la actual ley de educación, Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, la expresión corporal queda recogida dentro del Bloque E de contenidos *“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.”* Relacionándose directamente con la ayuda que nos presta la expresión corporal para conocer la herencia cultural de distintas regiones y contextos.

Para concluir todo lo anterior y dar respuesta al posterior marco teórico se desarrollará una propuesta didáctica con 8 sesiones para trabajar con el tercer ciclo de la etapa de Educación Primaria. Siendo este el elegido por la realización del Prácticum II en esta etapa. Para comenzar se han planteado los siguientes objetivos:

3 OBJETIVOS

A continuación, se citan los objetivos generales sobre los que se sustenta este TFG y que marcan lo que quiero llegar a conseguir con el mismo.

1. Conocer y comprender ampliamente los conceptos de expresión corporal y danza.
2. Demostrar porqué es beneficioso tratar el tema de la danza en las clases de educación física en la etapa de Educación Primaria.
3. Entender el cuerpo como medio de aprendizaje dándole valor dentro de las clases de Educación Física.
4. Aprender a emplear la danza como método para favorecer la comunicación y la cooperación entre alumnos y con el profesor dentro del aula.
5. Entender la danza como una forma de establecer conexión con el alumnado.
6. A partir del marco normativo, realizar una propuesta educativa que dé respuesta a una unidad didáctica sobre expresión corporal enfocado al ámbito de la danza.

4 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 INTRODUCCIÓN A LA EXPRESIÓN CORPORAL

Durante muchos años la expresión corporal ha sido tema olvidado dentro del sistema educativo, no es hasta la LOGSE cuando empiezan a reglarse este tipo de enseñanzas y hasta la LOE cuando se empieza a incluir dentro del currículo de Educación Física, pues antes se entendía únicamente como una enseñanza artística. Para comenzar a hablar sobre la Expresión Corporal dentro del área de Educación Física es preciso tener una definición de la misma que nos haga comprender el tema que estamos tratando.

No hay una única y correcta definición de expresión corporal. Han sido muchos los autores que a lo largo de la historia han definido el concepto de Expresión Corporal en función de su concepción de la misma o del objetivo que querían llegar a conseguir con su planteamiento.

Hablar de expresión corporal significa hablar de Patricia Stockoe pues creó una danza al alcance de todos a partir de la expresión corporal. Pedagoga, coreógrafa y bailarina argentina impulsora de la Expresión Corporal-Danza. Según el artículo *Expresión Corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar con un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo cuerpo* redactado por Inmaculada García Sánchez, Raquel Pérez Ordás y África Calvo Llunch de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, Patricia Stokoe asegura que la Expresión Corporal supone tomar conciencia del propio esquema corporal, lograr su progresiva sensibilización y aprender a utilizar el cuerpo plenamente para lograr la exteriorización de ideas y sentimientos (Stokoe, 1994; Stokoe & Schächter, 1994).

Romero (1999) pone el objetivo de la Expresión Corporal, en lo estético, en expresar y comunicar a través del cuerpo, el sentimiento y el movimiento.

Arteaga (2003) entiende la Expresión Corporal como, a través de los gestos, posturas corporales y miradas una forma, ya no solo de comunicar sino también de expresar y crear. Definición que se complementa con esta otra que nos ofrece anteriormente Motos, T. (1983), “El ser humano tiene la necesidad de expresarse y comunicarse”

Comprendiendo la expresión corporal desde el punto de vista de las corrientes planteadas por los distintos autores mencionados anteriormente observamos que la mayoría

comparten la importancia de poner en el centro de la misma el propio ser, en tomar conciencia de nuestro propio cuerpo y aprender a expresar las emociones y sentimientos a través de este. Es decir, hablan de la expresión corporal como un fin para la comunicación sin necesidad de emplear las palabras. Cada ser debe ser capaz primero de conocerse a sí mismo y contemplar sus posibilidades para luego desarrollar la capacidad de transmitir de forma correcta y completa.

Por lo tanto y haciendo alusión a todo lo anterior, podemos utilizar la Expresión Corporal como una capacidad o herramienta más para comunicarnos que, analizando todos sus beneficios y características, se convierte a su vez en un elemento clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

4.1.1 Expresión corporal en E.F. y sus beneficios para la salud

Una vez hemos tratado unas pinceladas de la Expresión Corporal en general vamos a concretar más en sus beneficios atendiendo a lo que se señala de ella en el currículo de Educación Primaria. Es decir, sin tratar tanto punto por punto que viene en la ley, vamos a dejar de lado, en este apartado, la Expresión Corporal como enseñanza artística para fundamentar sobre ella desde el punto de vista de la Educación Física.

Sacando como conclusión del apartado anterior que el beneficio principal de la Expresión Corporal se resume en el desarrollo integral del ser, podemos comenzar a abordar la Expresión Corporal con fines educativos integrándola en la Educación Física Escolar.

Contreras (1991) achaca el hecho de que la Expresión Corporal y la Danza sean evitadas dentro del ámbito educativo a la falta de información y formación que se lleva arrastrando respecto a estas desde hace tiempo.

Dentro de la Educación Física es muy complicado entender la Expresión Corporal puesto que como hemos comentado con anterioridad no se entendía está dentro del currículo de EF sino era contemplada como una enseñanza artística.

Distintos autores no solo han aportado definiciones de la Expresión Corporal acordes con el desarrollo de la actividad física sino que además, aportan distintas ideas que tratan de hacer comprender más allá de su mera importancia también el beneficio de la misma.

(Motos Teruel, 1983) “conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo humano como elemento de lenguaje y que permiten la revelación de un contenido de naturaleza psíquica” (p. 51). Entendemos que estas técnicas que indica motos es imprescindible trabajarlas en la

escuela ayudando al desarrollo integral de los alumnos y ofreciendo posibilidades y recursos de expresión del lenguaje.

Siguiendo esta misma línea, “el lenguaje corporal, a través de las actividades de la Expresión Corporal de la Educación Física, urge que sea estimado y desarrollado en nuestro alumnado” (Archilla, 2013).

Además, si resumimos los cinco puntos clave de los que nos habla Archilla (2013), la Expresión Corporal Educativa tiene como objetivo la expresión de las emociones y pensamientos a través del lenguaje corporal poniendo en valor el propio cuerpo y desarrollando un estilo propio potenciando la creatividad y la imaginación.

Hernández y Rodríguez (1997) indican “la importancia de trabajar la persona íntegra, es decir, su inteligencia, su cuerpo, sus actitudes, su afectividad y sus valores con los que se mueve en la vida. Y esto se puede hacer con la Expresión Corporal” (p.27).

Ortiz (2002) habla de la Expresión Corporal como una oportunidad de potenciar el conocimiento y el desarrollo del Lenguaje Corporal a través de técnicas que de forma espontánea y creativa utilizan el cuerpo y el movimiento contribuyendo al desarrollo integral del individuo. A partir de aquí podemos empezar a adentrarnos en la Expresión Corporal en el ámbito educativo dejando de lado las antiguas concepciones de emplearla solo en las enseñanzas artísticas y enfocándonos en la Educación Física.

Todos estos autores coinciden en emplear distintas técnicas, como el cuerpo y el movimiento para el desarrollo íntegro de la persona, dejando de lado el lenguaje verbal para comunicar a través de, valga la redundancia, el cuerpo en movimiento.

De esta misma forma, Ortiz (2002) va más allá y no se centra solo en tratar la Expresión Corporal y sus beneficios para el individuo, sino, la introduce en la educación dentro de la actividad física: “la expresión corporal hace referencia a un cuerpo y a una actividad física totalmente diferente a la del paradigma clásico de la Educación Física que potencia el carácter, la disciplina, el esfuerzo, el sudor y la técnica” (p.29).

Desde la concepción Educativa de la misma, la Expresión Corporal es

“El ámbito de conocimiento, como contenido de Educación Física que investiga y experimenta las posibilidades corporales y la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, y cuyo fin

último es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo como eje globalizador e integrador es el nexo de unión entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. Su fin está en el propio proceso expresivo.” (Rueda, 2004)

El cuerpo es el eje central de la Expresión Corporal en Educación Física, se debe destacar no tanto el producto final sino los procesos pues es en ellos dónde reside el verdadero aprendizaje, partiendo de los intereses del alumnado dando respuesta a sus necesidades y fortaleciendo su autonomía.

Empezamos a poner en el centro de la Expresión Corporal con fines educativos el propio cuerpo. García Monge y Bores Calle (2003) nos hablan de distintos tipos campos de comunicación corporal o distintos tipos de cuerpos centrándonos sobre todo en el “cuerpo vivencial”, el “cuerpo texto” y el “cuerpo escénico” para entender como multifuncional la capacidad expresivo-comunicativa del cuerpo conectándolo con el espacio, el tiempo y las relaciones.

Siguiendo esta línea, Abardía Colás (2014), habla del cuerpo vivencial como elemento clave de la misma atribuyéndole la esencia propia de las personas. A través del cuerpo vivencial podemos describir todo lo que un ser está viviendo y está expresando. Dentro de esta clasificación, el autor destaca más tipos de cuerpo que además están interconectados: “Cuerpo Perceptivo Espacial-Temporal, Cuerpo Hedonista, Cuerpo Comunicativo, Cuerpo Creativo, Cuerpo Colaborativo-Cooperativo, Cuerpo Introyectivo y Cuerpo Emocional”. Emplearemos alguno de estos cuerpos para dar sentido al resto de puntos de este marco teórico.

4.2 INTRODUCCIÓN A LA DANZA COMO MEDIO DE EXPRESIÓN CORPORAL

De igual forma que hemos hecho con Expresión Corporal es preciso encontrar una definición de danza. Sin embargo, debemos encontrar una definición de danza que se adapte al objetivo y a la intención de la misma en la escuela.

La RAE define bailar como “*Bailar, o ejecutar movimientos con el cuerpo, los brazos y los pies al compás de una pieza musical*”. Esta definición nos habla de la danza como una secuenciación de movimientos con fines estéticos, sin ir más allá, puesto que no sería del todo concreta.

Son diversos los autores que definen danza desde una visión meramente antropológica en la cual el sujeto realiza movimientos pautados y guionizados por un ritmo en un espacio determinado. Curt Sachs (1944) en su obra *“Historia de la danza”*, se enfoca en un punto de vista antropológico, haciendo real hincapié en, como el propio nombre de la obra indica, la historia de la danza puesta esta ayuda a comprender el verdadero significado de la misma principalmente como una manifestación cultural.

En concordancia con la corriente de Sachs, Ruso (2003b) entiende la danza como universal por su presencia a lo largo de la historia, además la define como motora, polimórfica, polivalente y compleja. Dicho autor pone en juego la danza conjugando la expresión y la técnica y señalando su uso tanto individual como colectivo.

La danza viene cargada de una gran influencia social y cultural cambiante a lo largo de la línea del tiempo, lo cual puede no solo transformar la forma de entenderla, sino también la forma de ponerla en práctica, de expresarla.

Resultaría incorrecto fijarse solo en la parte estética de la danza si no, tal y como indica Sachs (1944), debemos buscar el privilegio expresivo y comunicativo de la misma, así como sus beneficios. Por lo tanto, cuando hablamos de danza no solo nos interesan sus fines estéticos o motores, es necesario profundizar más.

“El hombre precisa comunicar sus emociones, las cuales, a través de los gestos, toman su vida y su forma.” (Robinson, 1992b).

Hablar de sentimientos está directamente relacionado con la necesidad de expresarlos y empezamos a tratar la danza como un medio de Expresión Corporal. Una vez que el individuo es consciente de lo que siente es necesario expresarlo.

En la misma línea, Roth (1994) entiende la danza como: *“...la forma más inmediata de expresar los ritmos esenciales del cuerpo; es espontánea, universal”*.

Un ser necesita expresar lo que siente. Los gestos son los encargados de mostrar ese sentimiento, son el lenguaje del cuerpo que siente y el cuerpo que transmite. Los gestos son un medio de comunicación entre dos personas que transmite mensajes antes de llegar a utilizar el lenguaje oral.

Nuestro objetivo a lo largo de este TFG es encontrar los beneficios que nos aporta la danza como un medio de Expresión Corporal dentro de la escuela. A lo largo de la historia

son diversos los autores que han realizado clasificaciones de la danza y han empezado a tratarla dentro de una dimensión educativa.

García (1997) nos habla de cuatro dimensiones en las que podemos clasificar el arte universal de la danza: dimensión de ocio, dimensión artística, dimensión terapéutica y dimensión educativa. García centra la dimensión educativa en la búsqueda de ciertos logros escolares a través de la danza.

En su obra “*La danza en la escuela*” Ruso (2003b) comenta distintas formas de danza citando la clasificación de Willem (1985): danza de base, danza moderna y danza académica, entendiendo esta última como el equilibrio perfecto entre técnica, profesionalidad y cuerpo.

Ambas organizaciones, aunque aportan distintas dimensiones de la danza coinciden y destinar una de ellas a la educación. Para conseguir el desarrollo de una educación integral a través de la danza, es acertado, encontrando un equilibrio, trabajar de la mano de todas sus formas, puesto que todas aportan beneficios al individuo.

4.3 CUERPO

A lo largo de este marco teórico hemos mencionado en varias ocasiones la importancia del ser, la importancia de que cada individuo tome conciencia de sí mismo. Es evidente que hablar de Expresión Corporal es hablar de cuerpo lo que nos ayuda a crear una relación directa entre cuerpo y danza. “*El cuerpo humano constituye la materia prima de la danza*”. (Alberto Dallal 2007).

Gardner (1983) citado por Armstrong (1999), propone 8 inteligencias múltiples entre las que se encuentra la inteligencia cinético corporal, la cual habla del control de nuestro propio cuerpo para la expresión de ideas y sentimientos integrando habilidades físicas.

Desde este punto, establecemos el cuerpo como el elemento principal en el proceso de enseñanza-aprendizaje, pero para ello hay que darle sentido y entender sus funciones, beneficios y posibilidades desde distintos puntos de vista. Pese a esto, no cualquier punto de vista es válido pues estamos hablando del cuerpo a través de la danza como medio de Expresión Corporal, buscando los fines expresivos, transmisivos y comunicativos en beneficio del alumno.

Podríamos calificar de imposible que el alumno entienda el cuerpo desde los fines expresivos sin que antes conozca su propio cuerpo y sus posibilidades. Establecemos como primordial el autoconocimiento, conocimiento del propio ser. Abardía Colás (2014) habla del autoconocimiento como una unión de la Existencia contigo mismo a través del yo corporal, conecta lo exterior con lo interior. Además, cabe destacar que lograr esa conciencia corporal supone el conocimiento de los límites y posibilidades de cada persona.

Es apropiado establecer el cuerpo como una forma más de comunicación pues además no es un elemento cualquiera sino es el más importante dentro de la comunicación no verbal. El cuerpo en sí mismo es capaz de comunicar, es capaz de transmitir. “...*el hombre es a la vez emisor e intermediario, ya que el medio de expresión es el cuerpo humano*”. (Wigman 2002).

Sin embargo, sería insuficiente tener cuerpo y expresar con él si no se le adjudica un sentido a todo ese movimiento. Escudero (2013), en su tesis doctoral refleja la necesidad de buscar un intérprete para lo que estamos expresando, de lo contrario, el cuerpo se mueve “*pero no más que eso*”.

Son muchos los autores que a lo largo de la historia han puesto el foco de la danza en el movimiento del cuerpo o por lo menos han gran parte de sus definiciones en ello. Recuperan las palabras de Wigman entendemos el cuerpo como la base elemental de la danza, sin embargo, dicho autor niega que el movimiento del cuerpo por sí solo sea danza tal y como la conocemos.

Por lo tanto, tras estas últimas afirmaciones volvemos al punto de partida, para convertir el movimiento del cuerpo en danza es necesario dotarle de significado para de esta forma cargarle también con un gran contenido expresivo.

García Monge y Bores Calle (2003) entienden como multidimensional la capacidad expresivo-comunicativa del cuerpo. Como ya comentamos en el apartado 4.1.1. del presente TFG dichos autores nos presentan tres dimensiones claras de Expresión Corporal: “*cuerpo vivencia*”, “*cuerpo texto*” y “*cuerpo escénico*”. A través de estos campos nos ofrecen información y estrategias para dotar de significado a los movimientos realizados por el cuerpo.

A partir de esta clasificación Abardía Colás (2014) pone el foco en el “*Cuerpo Vivencial*” y lo define como “*la esencia de uno mismo*” e indica que en función de la capacidad de uno mismo para transformarla puede llegar a convertirse en “*cuerpo texto*” o “*cuerpo escénico*” teniendo en cuenta el resto de cuerpo existentes dentro de la mencionada clasificación.

Por lo tanto, concluimos que para una correcta Expresión Corporal dentro de la Educación Física Escolar es importante poner el foco en el cuerpo del alumno dotándole de las estrategias necesarias para que construyan un significado completo de su cuerpo. Además, deben entender que para poder hablar de danza no solo vale realizar movimientos con el cuerpo, sino que deben cargarlos significado para que sean comunicativos y expresivos.

Para continuar con el resto de apartados utilizaré la clasificación de cuerpo ofertada por Abardía Colás (2023) en la asignatura “*Expresión y Comunicación Corporal*”.

4.3.1 Espacio y tiempo

Todos y cada uno de los cuerpos que se van a mencionar tienen relación entre sí pues entendemos todos ellos a través del cuerpo vivencial. Pese a que todos entre ellos se complementa es importante comenzar hablando de las habilidades perceptivo-espaciales y perceptivo-temporales pues deben verse incluidas en todos y cada uno de los cuerpos que se trabajen.

Según la clasificación de Abardía Colás (2014) incluimos el espacio-tiempo dentro del cuerpo perceptivo espacial. No podemos empezar hablar ni del espacio ni del tiempo sin antes mencionar la proxemia, que, según los apuntes de la asignatura *Expresión y Comunicación Corporal* ofrecida por Abardía Colás (2023) se trata de la disciplina que se encarga de estudiar todo lo relacionado con el espacio.

La RAE define espacio como “*capacidad de un terreno o lugar*”. Al desarrollar una actividad de Expresión Corporal, concretamente de danza en este caso, es inevitable ocupar un espacio a la vez que es inevitable que ese espacio influya en nuestros movimientos, así como en la capacidad de realización de los mismos.

No podemos hablar de Expresión Corporal sin hablar de espacio puesto que, el espacio, se describe como uno de los elementos fundamentales dentro de la danza. “*En el espacio*

concurren las combinaciones de los otros 7 elementos de la danza” (Alberto Dallal, 2007).

Aunque no sería correcto generalizar que el espacio es el elemento más importante de la danza este tiene una gran influencia en la Expresión Corporal puesto que no solo va a afectar en los desplazamientos que podamos realizar sino también en la amplitud de nuestras expresiones, en ambos casos estamos realizando variaciones en el espacio. Si una persona se encuentra realizando dos movimientos en dos espacios de diferentes tamaños en los que en uno los movimientos son muy amplios y en el otro más reducidos observamos como lo que expresa/transmite ya no es lo mismo.

Abardía Colás (2023), en los apuntes mencionados anteriormente propone tres tipos de espacio: próximo, íntimo y lejano. Esto nos brinda la oportunidad de hablar de las relaciones y las agrupaciones las cuales en función de cómo sean influyen también en la forma de expresarse del individuo.

Cunningham (2013) relaciona directamente el tiempo del espacio sin poder dividir un elemento del otro. Existen diversas formas en las que se puede hablar sobre el tiempo, sobre todo desde la parte física entendida como ciencia, de hecho, partimos de este punto para relacionarlo con el espacio.

Siguiendo con la corriente de Cunningham (2013) empezamos a establecer relaciones entre el espacio-tiempo y el ritmo. Esta autora habla de una estructura tiempo, en la cual libera a la música en el espacio y la conecta con la danza. A partir de esta estructura podemos relacionar los intervalos de tiempo en un espacio creando de esta forma una estructura rítmica. El tiempo queda encadenado al ritmo.

Guzmán (2014) expone tres conjuntos de espacios-tiempos propios de la danza: *“creados por el lugar en el que se realiza”*, *“creados por la duración y las cualidades de la obra coreográfica”* y *“creados por el o los bailarines”*. Dependiendo del tipo de espacio-tiempo en el que nos encontramos se crean distintos comportamientos que influyen directamente en la forma de un ser de expresarse.

Volvemos entonces a lo que se mencionaba al principio del apartado, para que el estudiante pueda entender y llevar a cabo plenamente el resto de cuerpos primero debe ser consciente del espacio que le rodea ajustándose a los distintos cuerpos establecidos,

en Expresión Corporal, experimentará con el movimiento del cuerpo para adquirir esta información.

4.3.2 Comunicación y colaboración

A lo largo de este apartado se entenderán la comunicación y la colaboración en aula a través del cuerpo de forma conjunta. Sin embargo, debido a que se trata de distintos conceptos es preciso comprenderles por separado para posteriormente establecer su relación. Por lo tanto, para poder dar mayor sentido a dicho aparato, comenzaremos con el *“cuerpo comunicativo”*.

“La comunicación es el proceso mediante el cual el emisor y el receptor establecen una conexión en un momento y espacio determinados para transmitir, intercambiar o compartir ideas, información o significados que son comprensibles para ambos” (Thompson, 2008). Podemos emplear esta definición para empezar a entender el concepto de comunicación. Adaptando la Expresión Corporal a la anterior definición de comunicación ponemos al cuerpo como el emisor, encargado de a través de los movimientos y de la gestualidad empleada de transmitir o expresar diferentes emociones, sentimientos o pensamientos a un intérprete que en este caso sería el receptor.

Es sencillo entonces hablar de comunicación no verbal desde este punto que hemos marcado pues si en una comunicación verbal el medio empleado sería el lenguaje oral, en una comunicación no verbal se recurriría, como su propio nombre indica, a comunicarse a través de los recursos comunicativos del cuerpo, empleando el lenguaje corporal.

Valenti (2006) habla de la interacción entre la capacidad representativa del lenguaje y el carácter rítmico de la música como la posibilidad de contar relatos empleando la expresión corporal. *“La danza es el primer impulso de comunicar, de expresar, existe mucho antes del lenguaje hablado”* (Valenti, 2006). Dicha autora pone en valor el significado de la danza como medio de comunicación, dejando atrás la mera concepción de esta como estética o artística pues como señala, mucho antes de comunicarnos mediante el lenguaje oral ya se hacía mediante la Expresión Corporal.

Abardía Colás (2023) dentro de los apuntes de la asignatura *“Expresión y Comunicación Corporal”*, establece códigos, diferentes formas de comunicarnos dentro del lenguaje corporal, que favorecen el diálogo corporal, es decir, la interacción de las personas.

Sin embargo, dentro de una comunicación no verbal a través de la danza como medio de expresión corporal existen factores que hacen que tanto esta como sus elementos puedan variar. Más allá de caer en la redundancia de la relación que tengas con la persona receptora, la cual influye, vamos a ir más allá y vamos a hablar de la proxémica.

De esta forma enlazamos este punto con el anterior pues dependiendo del espacio en el que se está dando la situación de comunicación y dependiendo de la distancia entre emisor y receptor van a variar tanto la amplitud de los gestos como de los movimientos del emisor.

Según Martínez (2016), la comunicación desde la expresión es el diálogo interno del artista y para ello es importante el autoconocimiento de cada persona. Todo proceso de comunicación comienza dentro de cada persona, pues cada ser tiene una capacidad de análisis y de asociación de ideas para la posterior interpretación con lo que ya sabemos (autoconocimiento) y expresión de las mismas, lo que hace diferente la comunicación de las personas en función de los individuos implicados en ellas.

Llegados a este punto podemos empezar a tratar el “*cuerpo colaborativo*” pues, aunque no se destine una Unidad Didáctica completa a este tema es necesario tratarlo y trabajarlo en todas y cada una de las unidades que propongamos durante el curso.

A lo largo de este apartado utilizaremos a menudo tanto el término de cooperación como el término de comunicación, sin embargo, ¿es lo mismo hablar de cooperación que de comunicación? ¿es lo mismo hablar de aprendizaje cooperativo que de aprendizaje comunicativo?

Tanto Johnson y Johnson (2001) como Suárez (2004) hablan de cooperación como la estrategia de crear grupos para fomentar que trabajen juntos y de esta forma potenciar su proceso de aprendizaje. Sin embargo, Dillenburger (1999) y Gros y Adrián (2004), emplean el término colaborar como una situación de interacción entre una o más personas para la resolución de un conflicto o para realizar un aprendizaje común.

Son diversos los autores que se han pronunciado respecto a este tema. A día de hoy cada uno ha aportado sus definiciones, pero no se ha llegado a nada concreto pues mientras que algunos autores son postulan por marcar una diferencia entre ellas hay otros que deciden tratar estos términos como sinónimos y trabajar con ellos de esta forma, por lo que, a lo largo del presente trabajo vamos a trabajar con ellos de forma indistinta.

El motivo de tratar la cooperación o colaboración dentro del apartado de la comunicación reside en la necesidad de esta última para poder llevar a cabo de forma correcta la primera, es decir, precisamos de una correcta comunicación entre los miembros de un grupo para que sean capaces de cooperar y colaborar entre ellos. La cooperación o comunicación entre alumnos favorece la empatía y el feedback entre ellos a través de una comunicación positiva.

Una vez más entran en juego los agentes de la comunicación no verbal. Empleando la gestualidad, la expresión y los movimientos corporales se puede establecer comunicación entre dos personas o más ayudando así

Por ende, se demuestra que la comunicación y la cooperación o colaboración son complementarias y no se puede trabajar una dejando de lado otra pues debemos llevarlas a cabo a la vez para un aprendizaje completo.

A través de los agentes de la comunicación no verbal la danza nos ofrece diferentes estrategias para trabajar en cuerpo colaborativo. Abardía (2023) en los apuntes de la asignatura “*Expresión y Comunicación Corporal*” nos habla de tres herramientas clave:

- Coreografía: coordinación de movimientos en la que los miembros de un mismo grupo deben colaborar para que el resultado de esta sea satisfactorio.
- Bailes grupales: a diferencia de en la coreografía, los movimientos no tienen por qué ser coordinados, pero se necesita la unidad del grupo empleando el movimiento del cuerpo y su gestualidad.
- Espacio-tiempo: dentro de un grupo se ha de tomar conciencia tanto del espacio personal sin olvidar que el resto de los miembros también tienen el suyo y no debe invadirse.

La comunicación y la colaboración del alumnado van dados de la mano en el proceso de enseñar y aprender con cuerpo. El docente debe comunicar y enseñar con cuerpo mucho antes de hacerlo con el lenguaje oral pues de esta forma facilita el desarrollo del aprendizaje de los alumnos.

Una correcta comunicación en el aula proporciona un buen clima de aula y, por lo tanto, un buen ambiente de trabajo estableciendo vínculos positivos entre los alumnos y beneficiando positivamente al cumplimiento de los objetivos por parte de todos los alumnos.

4.3.3 Creatividad

Indagando en la historia de la Expresión Corporal y la danza dentro del currículo de Educación Primaria hemos observado como no siempre se ha encontrado dentro de los contenidos de Educación Física, sino que también tiene y ha tenido su lugar en las enseñanzas artísticas.

Davis y Scott (1992) citado por Esquivas (2001, pp. 2-7) hablan de la creatividad como una mezcla de procesos o atributos nuevos para el creador. La Expresión Corporal experimenta con el movimiento, las emociones, la comunicación y la gestualidad de formas que no había conocido antes, de esta forma manifiesta su capacidad creativa.

Esto nos lleva a plantearnos la danza también a través de un enfoque creativo. Siguiendo la línea de los tipos de cuerpos planteados por Abardía Colás nos encontramos dentro del cuerpo creativo. El cuerpo para expresarse precisa de imaginación y esta imaginación se encuentra dentro de la capacidad creativa de cada individuo. Esta capacidad creativa nos ayuda a conectar con nuestro cuerpo permitiendo ampliar nuestro autoconocimiento.

De esta forma el cuerpo se convierte en un agente creativo que descubre nuevas formas de actuación dejando atrás su zona de confort, es decir, se aleja de solo trabajar lo que ya conoce de la forma que ya conoce.

Durán (1991) comenta que la creatividad ha de fomentarse empleando diversas técnicas y elementos como puede ser la interacción con diversos materiales aportando a estos un significado, improvisación a través de distintos ritmos y músicas, invención de diversos gestos y movimientos... sin olvidarnos de la importancia de la proxemia, presente en todos los cuerpos mencionados.

El maestro especialista es el encargado de poner en juegos todas estas técnicas y elementos dentro de sus sesiones o unidades didácticas de expresión corporal. Creando un ambiente de confianza en el aula que ayuda a impulsar el trabajo colaborativo y el buen ambiente dentro del grupo.

Por lo tanto, entendemos la creatividad como una parte fundamental de la danza y la Expresión Corporal pues permite a los estudiantes comunicar sus pensamientos, sentimientos y emociones buscando dentro de sí y reflejando su autenticidad.

4.3.4 Emociones

Las personas a menudo nos vemos reflejados en nuestros propios sentimientos y emociones que vienen dados por las situaciones en las que nos vemos envueltos. Dichas emociones y sentimientos nos afectan a la hora de comportarnos y por lo tanto las expresamos y percibimos a través de distintos agentes como la gestualidad y el cuerpo.

En varias de las definiciones sobre la expresión corporal que hemos tratado en el presente TFG, sus correspondientes autores, ponían en valor las emociones del ser y la necesidad de expresarlas. Recuperando alguna de ellas Robinson (1992b) indica que cualquier persona necesita expresar sus emociones y sentimientos a través de gestos. Archilla (2013) centra la expresión corporal en los sentimientos y las emociones de un ser. *“Las emociones y la expresión corporal están intrínsecamente vinculadas, ya que nuestras emociones se manifiestan a través de nuestro cuerpo”* (Fuchs, 2004).

Si bien es cierto, cada persona tiene una forma individual y única de percibir y expresar las emociones, lo cual se puede asociar a diversos factores que rodean al individuo y por los cuales se ve condicionado, ya sean factores internos o externos uno mismo.

Por lo tanto, los niños como seres son personas que siente y se expresan. Se considera importante comenzar a tratar estos contenidos en las primeras etapas de la Educación Primaria por la complejidad que se puede producir en los alumnos para entender en estos contenidos, pero debe mantenerse a lo largo de toda su formación. Bisquerra (2012) habla de la educación emocional con el objetivo de desarrollar competencias emocionales que den respuesta a las necesidades sociales no atendidas en el currículo.

Abardía Colás, habla del *“cuerpo emocional”* como herramienta para identificar y canalizar las emociones. En muchas ocasiones hemos escuchado la expresión de que *“somos seres emocionales”* lo cual nos lleva a la conclusión de la necesidad de hacer un buen uso de las emociones. Dicho autor habla de la canalización de la energía como la transformación de las emociones para que estas sean positivas.

La gestualidad y el movimiento del cuerpo consiguen junto con la intensidad de los mismos y la percepción tiempo-espacial el alumno exprese sus energías y las contagie al resto de sus compañeros. La capacidad de conocer y comprender las emociones, no solo de uno mismo sino también de los demás, es conocida como inteligencia emocional Salovey y Mayer (1990).

La función del docente de E.F. en expresión corporal es validar las emociones de los alumnos para, de esta forma, generar en ellos autoconocimiento y aumento de la autoestima. Sin embargo, para poder entender sus emociones primero tienen que conocerlas, tomar conciencia de ellas. Identifican la emoción y lo que les produce canalizándola. Se debe guiar al alumnado para canalizar las emociones a través del cuerpo pues este les ofrece las herramientas necesarias para conseguirlo.

Concluimos entonces que, para lograr el desarrollo integral del cuerpo de los escolares se debe tener en cuenta el factor emocional de los mismos y la expresión del mismo a través del cuerpo. El docente adquiere un papel fundamental en este proceso pues debe guiar al alumno validando sus emociones para que a través del cuerpo no solo las exprese, sino que aprenda a identificar y percibir las de la gente que le rodea.

5 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 JUSTIFICACIÓN

Una vez expuestos y analizados los contenidos de la fundamentación teórica puedo pasar a realizar y desarrollar la propuesta didáctica. Con el desarrollo de la unidad didáctica se pretende que los alumnos conozcan los beneficios de tratar la Expresión Corporal en el aula y de esta forma acabar con los estereotipos relacionados con la educación que rodean a esta temática.

Además, se pretende realizar una enseñanza en la que el cuerpo del alumno tome el protagonismo durante las sesiones y de esta forma, no solo que el escolar aprenda con cuerpo, sino que el docente enseñe con él.

De forma secundaria y complementaria, durante mi estancia en el centro de prácticas propuse un cuestionario opcional a los alumnos en el cual el tema principal era la danza. Tras observar los resultados de alguno de los niños que contestaron que no fueron todos, ya que como he comentado era opcional, he observado como el desinterés por la Expresión Corporal y la danza viene provocado principalmente por la desinformación de las posibilidades de actuación y la desinformación en cuanto a sus beneficios. Sin embargo, muchos de ellos estaban de acuerdo en darle una oportunidad al tema.

A lo largo de esta propuesta se comentará el contexto, contexto real en el que he desarrollado la asignatura del Prácticum II pues, aunque no he llevado a cabo la propuesta didáctica allí si me ha servido como fuente de inspiración. Además, se expondrán la temporalización, los objetivos tanto generales como específicos, los contenidos, la metodología empleada, el desarrollo de las sesiones y la evaluación.

5.2 CONTEXTUALIZACIÓN

Es preciso contextualizar esta propuesta didáctica en el mismo centro que realicé el cuestionario mencionado en la justificación, mi centro de prácticas de la mención.

El Colegio Marista Castilla se encuentra situado en el centro de la ciudad Palencia ayudando así a que los alumnos acudan caminando al centro. De forma generalizada las familias del centro tienen un nivel socio-económico alto.

Perteneciente a la provincia de Marista Compostela las etapas de Educación Infantil y Primaria son de titularidad concertada. Su fundador es Marcelino Champagnat y con su pedagogía se promueve una educación cristiana y basada en valores.

Esta intervención está planteada para una clase de 25 alumnos de 6º de Primaria, entre los cuales 14 son niñas y 11 son niños repartidos equitativamente contando con la otra clase del mismo curso. Entre estos 25 alumnos encontramos una alumna con discapacidad motora en todo su lado izquierdo y llegando hasta el cerebro, pero sin llegar a afectar a su desarrollo de aprendizaje y sin requerir necesidades educativas especiales.

5.3 TEMPORALIZACIÓN

Según lo reflejado en el *DECRETO 38/22* las horas lectivas de la asignatura de Educación Física para el 6º curso de Educación Primaria son dos horas y media a la semana. Esta unidad didáctica, incluyendo la evaluación de la misma se llevará a cabo en 5 sesiones que resultarían un total de ocho horas y media lectivas.

Estas sesiones comenzarán el martes 8 de octubre y finalizarán el 22 de octubre desarrollándose en sus correspondientes días según lo reflejado en el horario del curso: los martes una hora y los viernes una hora y media.

Dicha propuesta se plantea en el primer trimestre, concretamente en el mes de octubre, esto es debido a que a través de los contenidos los alumnos van a adquirir conciencia del espacio en el que se encuentran consiguiendo la familiarización con el mismo, además se pretende que los alumnos sientan unidad como grupo y adquieran habilidades de trabajo en grupo. Este sería un buen punto de partida para desarrollar el resto de las unidades didácticas del curso con un buen clima de trabajo en clase y con un grupo unificado en el que se conocen y respetan los unos a los otros.

5.4 OBJETIVOS

5.4.1 Generales

De acuerdo con el *DECRETO 38/2022*, de 29 de septiembre, por lo que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León se han seleccionado los siguientes objetivos generales de etapa para trabajar en la presente unidad didáctica:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor (p. 48356).
- Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan (p. 48357).
- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal (p. 48363).

5.4.2 Específicos

- Comprender la importancia y los beneficios de la Expresión Corporal en las prácticas del día a día y en las clases de Educación Física eliminando de esta forma los estereotipos propios de la sociedad.
- Adquirir conciencia del propio cuerpo, de su capacidad de movimiento y de las posibilidades expresivas que este ofrece para tomar un mayor control y dominio del mismo.
- Conocer el mundo de la danza como un medio de Expresión Corporal y las posibilidades que esta ofrece en el desarrollo del aprendizaje.
- Desarrollar percepción del espacio-tiempo a través del movimiento del cuerpo.
- Mejorar las expresiones faciales atendiendo a lo que se quiere transmitir a través de una correcta y consciente gestualidad.
- Desarrollar habilidades de cooperación y trabajo en grupo favoreciendo la comunicación entre iguales mejorando su capacidad de escucha y adquiriendo dotes de liderazgo.
- Potenciar la imaginación y la creatividad a través de la improvisación del movimiento y la gestualidad produciendo un aumento de la autoestima y la autoconfianza.
- Desarrollar habilidades de expresión emocional conociendo su importancia.

5.5 CONTENIDOS

A continuación, desarrollaremos los contenidos, organizados en bloques, que se pretenden adquirir con la presente unidad didáctica en concordancia con lo regido en el

DECRETO 38/22, de 29 de septiembre, por lo que se establece la ordenación y el currículo de la educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

BLOQUE A. Vida activa y saludable.

- Salud mental: Consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.

BLOQUE B. Organización y gestión de la actividad física.

- Valoración del esfuerzo personal en la actividad física y confianza en sus propias posibilidades.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor, con autonomía y creatividad.

BLOQUE C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal (Conciencia y control del cuerpo. Interiorización y organización funcional del propio cuerpo: anticipación efectora.); Equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio); temporal (simultaneidad y sucesión de acciones; organización temporal del movimiento ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles; direccionalidad del espacio; dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos).

BLOQUE D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

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

BLOQUE E. Manifestación de la cultura motriz.

- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. Diferentes técnicas expresivas.
- 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.
- Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de navidad, festivales de final de curso, conmemoraciones, exhibiciones, proyectos interdisciplinares, etc...

BLOQUE G. Información, digitalización y comunicación.

- Vocabulario específico del área.
- Interacción oral adecuada en contextos informales, escucha activa, asertividad y empatía con las intervenciones de los demás.
- Producción escrita con orden, estructura y limpieza adecuada.
- Expresión y valoración de necesidades, vivencias y emociones.

5.6 METODOLOGÍA

A lo largo de este apartado desarrollaré a metodología que se va a emplear en esta unidad didáctica, así como una explicación del producto final que se va a realizar que, aunque no es el objetivo principal de la propuesta es necesario conocer.

La metodología que se va a emplear es la técnica del puzzle de Aronson, impulsada por Elliot Anderson en 1971. La técnica del puzzle de Aronson (TPA de ahora en adelante) se basa en el aprendizaje cooperativo en la cual el profesor hace de guía y el alumno es el protagonista de su propio aprendizaje. Dicha técnica suele aplicarse en etapas altas de la educación, sin embargo, puede ser adaptada al contexto de la Educación Primaria. Para explicar en que consiste la técnica lo dividiremos en distintos pasos según viene recogido en el artículo *“La técnica puzzle de Aronson: descripción y desarrollo”* (Martínez y Gómez, 2010):

1. Se explica al alumnado la sesión que se va a desarrollar, tanto la temática como el funcionamiento de la misma. El grupo debe ser consciente de las normas que ha de seguir, así como de la temática que se va a llevar a cabo. La idea es que el alumnado trabaje de forma autónoma.
2. Creación de “*los grupos base*”: el grupo puede tener un total de cuatro o cinco componentes, cada uno de ellos elegirá un subtema, proporcionado por el profesor, del tema general. En nuestro caso el tema principal es la danza y los subtemas los distintos tipos de cuerpos.
3. Formación de “*los grupos de expertos*”: los grupos de expertos crean con los miembros de los diferentes grupos que han elegido el mismo subtema. Este es el momento en que cada uno de los miembros adquieren información sobre su tema para posteriormente contárselo a su grupo base.
4. Cada miembro vuelve a su grupo base: cada integrante expone al resto de compañeros la información sobre la que se ha hecho experto para que todos conozcan todas las temáticas y elaboren el producto final que tendrán que exponer delante del resto de la clase.
5. Evaluación: la evaluación se realizará a través de la ejecución de una coreografía en la cual se tienen que ver incluidos todos los cuerpos trabajados.

Cada alumno deberá realizar durante toda la unidad didáctica un diario de campo en el que recogerá sus observaciones, aprendizajes, análisis, reflexiones... Este diario, además de servir a los alumnos como fuente de recogida de información para la posterior puesta en común será también una de las formas de evaluación individual sobre la unidad didáctica.

La estructura de las sesiones durante toda la unidad didáctica será la propuesta por Vaca y Varela (2008), es decir, estará dividida en: *momento de encuentro*, *momento de construcción del aprendizaje* y *momento de despedida*.

Lo que se busca conseguir con esta metodología es un estilo de enseñanza-aprendizaje por indagación, se lanza una curiosidad y mediante la investigación guiada, de forma colaborativa, se crea el aprendizaje realizando una posterior evaluación y autoevaluación. Al trabajar con grupos pequeños los alumnos desarrollan diferentes habilidades sociales, así como un incremento de la responsabilidad y la autonomía aumentando el compromiso a través del respeto. Es decir, el docente es el protagonista en el proceso de enseñanza-

aprendizaje siendo el propio constructor de sus aprendizajes, el maestro hace de guía en el proceso.

Aunque los escolares sean los encargados de crear sus propios aprendizajes, el docente es el encargado de ofrecerles todas las herramientas necesarias para conseguirlo pues debe asegurarse de crear una enseñanza que de respuesta a todas las necesidades y los intereses del contexto en el que se encuentra. Debe asegurarse de generar esos momentos de duda en el aula que dan lugar a la expresión e indagación de los alumnos, habiendo seleccionado previamente la información con la que van a trabajar o las fuentes de donde van a obtener dicha información pues no todo vale. Los estudiantes no se hacen ellos mismo protagonistas de su propio aprendizaje sino es el docente el que facilita este rol.

5.7 DESARROLLO DE LAS SESIONES

A continuación, expondré el desarrollo de las cinco sesiones que se van a llevar a cabo a lo largo de esta unidad didáctica. Todas ellas se llevarán a cabo en el gimnasio del colegio puesto que por sus características es el mejor espacio para desarrollar estos contenidos. Los materiales se irán indicando en el desarrollo de cada sesión ya que pueden ser cambiantes además de elegidos por los alumnos por lo que algunos de ellos pueden ser una incertidumbre.

SESIÓN 1
<i>Momento de encuentro.</i> Se trata de la primera sesión por lo que más importante y principal es presentar la unidad didáctica a los alumnos. Les comentaremos que durante esta unidad nos acercaremos a la expresión corporal, sobre todo, a través de la danza. El primer paso será realizar una lluvia de ideas por lo que en un corro el docente juntará a los alumnos formando parejas y les otorgará un par de minutos para comentar entre ellos todo lo que saben a cerca de la Expresión Corporal y su relación con la danza. Posteriormente lo pondrán en común en voz alta.
<i>Momento de construcción del aprendizaje.</i> Esta sesión no está tan relacionada con la actividad física sino con centrar al alumno en los contenidos y la forma que se va a tener de trabajar los mismos, para a ello vamos a comenzar nombrando cinco distintos tipos de cuerpos uno por uno, para, en

voz alta ir construyendo una idea general de todos. Sin embargo, antes de la puesta en común y la recogida de los datos por escrito, les explicaremos el diario de campo que van a tener que completar durante toda la unidad, todos los días van a tener que escribir que han hecho, sus reflexiones, análisis, actividades... va a ser su principal fuente de recogida de información.

Los cuerpos que se van a trabajar en la unidad didáctica son:

- Cuerpo perceptivo espacial.
- Cuerpo comunicativo.
- Cuerpo colaborativo.
- Cuerpo creativo.
- Cuerpo emocional.

Dedicaremos pocos minutos por cuerpo pues la idea de esta sesión es aportar una idea general de cada uno para saber de qué tratan y lo que se quiere conseguir con ellos, una pequeña definición, la principal adquisición de información se realizará en las próximas dos sesiones de forma colaborativa y a través de actividades en los grupos de expertos. Daremos paso a la explicación del desarrollo de la unidad didáctica y del producto final.

- Primero el docente creará los grupos base según considere conveniente. Este es el grupo con el cual van a tener que poner en común toda la información y van a tener que crear el producto final para la posterior exposición. Cada miembro va a ser experto en un subtema, es decir, en un tipo de cuerpo que deben repartirse entre ellos.
- El siguiente paso va a ser la creación de los grupos de expertos, es decir, todos los alumnos que van a recibir información sobre el mismo subtema se juntarán para ir familiarizándose entre ellos antes de comenzar con sus actividades al día siguiente.

Antes de pasar al momento de despedida, se realizará una única actividad que servirá como primera toma de contacto con la expresión corporal. Además, les explicaremos que esta será la actividad que realizaremos a modo de calentamiento en el resto de sesiones.

- Actividad: mientras suena una canción (*véase anexos II*) el maestro irá mencionando en voz alta distintos nombres de los alumnos para que realicen distintos movimientos y el resto de la clase les imite.

Momento de vuelta a la calma.

Cuando llega el final de la clase se da la indicación a los alumnos de volver a sentarse en la posición del principio de la sesión, todos en corro. En este momento se va a hacer una reflexión en común para que los alumnos expresen como se han sentido durante la práctica del día y que expectativas tienen con respecto a la nueva unidad didáctica. Será unos dos o tres alumnos los que lo comenten en voz alta por lo que el profesor debe ser el encargado de decidir quién lo hace anotándolo en algún sitio para asegurarse que a lo largo de la sesión participen todos y cada uno de los estudiantes.

Materiales:

- Diario de campo
- Altavoz con música.

SESIÓN 2

Momento de encuentro.

El momento de encuentro comienza con la llegada al gimnasio por parte de los alumnos. Lo primero que harán será sentarse en corro en el centro de la sala, para comentar en dos minutos con el compañero que se hizo en la sesión anterior, posteriormente se pondrá en común con toda la clase. En esta sesión este momento es importante pues sirve para refrescar la metodología que se va a emplear ya que les puede causar confusión. Podemos extendernos más en esta parte puesto que la sesión dura más con respecto a la anterior.

Momento de construcción del aprendizaje.

La primera parte de esta sesión será el calentamiento, para el que usaremos la actividad final de la sesión anterior con otra canción (véase *anexos I*).

Una vez finalizado el calentamiento volverán a sentarse en el centro de la clase para la explicación del transcurso de la misma, recordar todos los grupos, tanto los base como los de expertos y los subtemas elegidos. Se hará la división de los grupos y llevarán consigo su cuaderno de campo para anotar todo. Una vez que lleguen a la zona reservada para cada grupo de expertos encontrarán un papel en el que estarán reflejadas las actividades que van a realizar. Aunque cada grupo se especialice en un tipo de cuerpo y realice actividades acordes a él es posible que muchas de ellas sean

transversales al resto de cuerpos y puedan emplearse para ambas situaciones.

Actividades:

- **Cuerpo perceptivo espacial:**
 1. Se reproducirán varias canciones con distintos cambios de velocidad en su ritmo, los alumnos deben realizar movimientos libremente, si la velocidad es más rápida los movimientos serán más pequeños, si la velocidad es más lenta los movimientos son más rápidos, por lo tanto, estos movimientos van pautados.
 2. Para la siguiente actividad vamos a usar el mismo esquema que en la anterior. Vamos a reproducir distintas canciones con distintos cambios de velocidad esta vez la amplitud de los movimientos de los alumnos va a ser la que ellos consideren, deben experimentar y probar distintos movimientos en las distintas velocidades. Después deberán analizar en su cuaderno de campo que tipo de movimientos son más adecuados para los distintos cambios de velocidad.
- **Cuerpo comunicativo:**
 1. En el primer ejercicio todos trabajan a la vez. Sin emplear el lenguaje oral, solo a través del cuerpo en movimiento, uno de los miembros del grupo tiene que interpretar el mensaje “cambiamos de posición” y lograr que el resto de los compañeros, que estarán fijos en su sitio realicen esa acción. Todos los miembros del grupo pasarán por todos los roles.
 2. Entre los miembros del grupo formarán distintas parejas, para ponerse una persona frente a otra. Una de las personas de la pareja tiene que ir realizando movimientos para que la otra persona les vaya imitando. A través de la mirada la persona que está creando los movimientos tiene que ser capaz de comunicarse con su compañero haciéndole ver la dirección que va a tomar o la rapidez o fluidez con la que va a realizar dichos movimientos.
- **Cuerpo colaborativo:**
 1. La tarea principal de este primer ejercicio va a ser crear una serie de ritmos con dos condiciones, la primera que todos los miembros del grupo deben crear un ritmo distinto y la segunda que dichos ritmos deben hacerse empleando únicamente el cuerpo. Una vez que cada uno ha creado su propio

ritmo deberán ponerse de acuerdo para juntarles y mezclarles y crear una única combinación de ritmos.

2. Para esta segunda actividad es necesario retomar la anterior pues van a tener que crear una combinación de ritmos además de la que ya tienen. Una vez que ya tienen los dos combos de ritmos dos personas van recrear uno de ellos mientras que las otras dos personas tienen que crear movimientos corporales a su ritmo sin improvisar, después cambiarán los roles y utilizarán el otro combo.

- **Cuerpo creativo:**

1. El primer ejercicio ejercicio de cuerpo creativo tratará de que todos los alumnos de este grupo de expertos se taparán los ojos con una venda. Se pondrá una canción para que todos la escuchen y realicen distintos movimientos de forma improvisada, movimientos que impliquen todo el cuerpo. Deberán describir en el diario de campo cual es el combo de movimientos que han realizado.
2. La segunda actividad es similar a la anterior, sin embargo, esta vez estarán con los ojos destapados y se encontrarán frente al espejo para realizar sus movimientos. También deberán escribir en el diario de campo cuales son los movimientos que les han surgido y que diferencia encuentran con respecto al ejercicio anterior.

- **Cuerpo emocional:**

1. Los alumnos se encontrarán con dos botes llenos de papeles escritos, uno de los botes contendrá un mensaje y el otro una emoción. La persona que se va a encargar de hacer la representación coge un papel del bote en el que se encuentran las emociones y lo leerá sin decírselo a nadie, el resto de compañeros del grupo cogerán un papel del otro bote, pero esta vez leerán el mensaje en alto para que todos se enteren. El compañero que tiene la emoción tendrá que representar el mensaje expresando dicha emoción para que los compañeros adivinen de cual se trata.
2. En la siguiente actividad cada persona se enfrenta al espejo realizando distintas emociones haciendo uso tanto del cuerpo como de la gestualidad, deben encontrar la mejor forma de representarla. Anotarán las emociones

que mejore representen en su diario de campo. Para finalizar las representarán delante de los compañeros y estos tendrán que adivinarlas.
<i>Momento de vuelta a la calma.</i> En el momento de vuelta a la calma los alumnos volverán al centro de la clase, todos juntos y se sentarán al lado de su grupo de expertos. Tendrán 10 minutos para considerar lo que crean oportuno con respecto a la sesión en dos partes, una entre todos los compañeros y otra individual. Para finalizar, los alumnos que indique el docente compartirán en alto como se han sentido con respecto a la sesión del día teniendo en cuenta todas las dinámicas que se han realizado.
<i>Materiales:</i> • Ordenadores portátiles que permitan a los alumnos poner la música indicada por el profesor. • Espejo. • Diario de campo.

SESIÓN 3
<i>Momento de encuentro.</i> La forma de comenzar la sesión será la misma que en las anteriores, en el centro de la clase, recordaremos lo que se ha realizado en la sesión anterior, sin embargo, esta vez, cada grupo de expertos contará unas pinceladas acerca de como fue su sesión sin llegar a profundizar en las actividades. Por otro lado, se explicará que la sesión va a seguir el mismo esquema que la anterior.
<i>Momento de construcción del aprendizaje.</i> El momento de construcción del aprendizaje comenzará con la actividad de calentamiento que se emplea durante esta sesión de manera rutinaria buscando la cohesión de grupo y la pérdida de la vergüenza por parte de los alumnos. Una vez realizado el calentamiento cada alumno se juntará con su grupo de expertos en su zona del gimnasio correspondiente. Sin embargo, esta vez encontrarán solo una actividad debido a la reducción de tiempo de media hora con respecto de la actividad anterior. Lo importante no es que los alumnos realicen muchas actividades, sino que ejecuten y entiendan bien las que están llevando a cabo.

Actividades:

- **Cuerpo perceptivo espacial:**
 1. Cada alumno va a elegir y crear una combinación de movimientos, en un principio va a poder emplear todo el espacio que necesite. Después el espacio se va a ir delimitando o agrandando y el cuerpo debe adaptar sus movimientos a las nuevas circunstancias.
- **Cuerpo comunicativo:**
 1. Cada miembro del grupo va a escribir en un papel como se siente en ese momento, les van a juntar todos, les van a mezclar para no saber de quien es quien y después les van a extender en el suelo. Después, a través del cuerpo en movimiento y su gestualidad facial deberán representar lo que han escrito, entre todos deben adivinar lo que el compañero está intentando transmitir.
- **Cuerpo colaborativo:**
 1. Para esta actividad el grupo debe trabajar entero a excepción de una persona, que será el que indique las órdenes. Esta vez se va a incorporar un objeto a la actividad, un globo. El objetivo del grupo es conseguir que el globo no se caiga al suelo, pero se van a encontrar con un inconveniente, ellos van a estar bailando mientras que el compañero que está indicando las órdenes les va a decir movimientos que tienen que realizar. Todos los integrantes pasarán por todos los roles.
- **Cuerpo creativo:**
 1. Cada persona del grupo va a crear una combinación de movimientos. Una vez esté hecha deberán incorporar un pañuelo de la forma que consideren, pero adjudicándole un sentido, no vale que el pañuelo esté en el mismo sitio durante toda la secuencia. Después, se incorporarán distintos ritmos o músicas a las que también deben adaptarse.
- **Cuerpo emocional:**
 1. Para esta actividad es preciso que realicen parejas. Una persona de la pareja va a dejar su cuerpo recto, fácil de manejar, y va a decir una emoción en alto para que el compañero, el escultor, de forma a su expresión facial y a su cuerpo de tal forma que se vea reflejada esa emoción. La palabra en alto puede ser sustituida por situaciones expresivas o canciones.

<i>Momento de vuelta a la calma.</i> Los alumnos van a regresar al centro de la clase y, como en la sesión anterior se les ofrecerá unos minutos para escribir en su diario de campo, tanto de forma individual como grupal. Luego tendrán cinco minutos para hablar con su grupo que tal han funcionado todos juntos, si han sido capaces de trabajar en equipo para lograr los objetivos y como se han sentido al respecto, también pueden comentar alguna anécdota. El docente será el encargado de guiar la puesta en común para que se respeten los turnos y se de la oportunidad de participar a todos los escolares.
<i>Materiales:</i> • Ordenadores portátiles que permitan a los alumnos poner la música indicada por el profesor. • Espejo. • Folios. • Globos. • Pañuelos • Diario de campo.

SESIÓN 4
<i>Momento de encuentro.</i> Para el momento de encuentro de esta sesión se dedicará un poco más de tiempo que en otras sesiones puesto que hay que hablar a cerca del cambio de dinámica. Una vez todos los alumnos se encuentren en el centro del gimnasio se empezará a recordar lo llevado a cabo en la sesión anterior. Una vez finalizado esto se les explicará como se va a desarrollar esta nueva clase puesto que van a volver a sus grupos base.
<i>Momento de construcción del aprendizaje.</i> Una vez comenzado el momento de construcción de los aprendizajes lo primero es calentar de la misma forma que en las sesiones anteriores, ya está establecido como rutina. Una vez ha finalizado el calentamiento cada alumno se junta con el resto de compañeros del grupo base.

1. Comparten en voz alta las experiencias, análisis y reflexiones detallados en el diario de campo, así como lo más importante que el resto de compañeros necesita saber sobre el cuerpo en el que les ha tocado especializarse. Es importante que cada grupo establezca un portavoz para que guíe los turnos y marque los tiempos.
2. Los alumnos de cada grupo, estando de acuerdo todos y cada uno de ellos elegirán una de las canciones del calentamiento para llevar a cabo su coreografía. Podrán utilizar el tiempo de la canción que consideren oportuno siempre y cuando sea el suficiente para que todos los cuerpos se vean reflejados en él.
3. Creación de la coreografía entre todos los miembros del grupo. Cada alumno debe ocuparse de que su cuerpo se vea reflejado en esa coreografía, pues es uno de los aspectos que se va a evaluar.
4. Recogida de todo el proceso en el diario de campo.
5. Las coreografías deben quedar completadas en esta sesión.

Momento de vuelta a la calma.

Reunidos una vez más en el centro del gimnasio los alumnos comentarán en dos minutos lo que el profesor les va a indicar para su posterior puesta en común. Sin embargo, esta vez lo harán mediante un ejercicio de metacognición para trabajar la asociación de ideas: *¿si fueseis un animal que animal seríais en función de cómo os habéis sentido en esta clase?*

Materiales:

- Ordenadores portátiles que permitan a los alumnos poner la música indicada por el profesor.
- Espejo.
- Material que consideren necesario utilizar en su coreografía.
- Diario de campo.

SESIÓN 5

Momento de encuentro.

Los alumnos se introducirán en la última sesión de la unidad.

Como es habitual antes de comenzar el momento de construcción del aprendizaje todos los alumnos se reunirán en el centro del gimnasio para recordar los elementos principales de la sesión en la que nos encontramos y la última sesión llevada a cabo. Además, se expondrá la metodología que se va a llevar a cabo para la correcta exposición de las coreografías.

Momento de construcción del aprendizaje.

La construcción del aprendizaje comienza con el calentamiento rutinario.

1. Esta sesión se basará en la exposición al profesor y al resto de la clase de las coreografías creadas en los distintos grupos base.
2. Se les proporcionará 10 minutos al finalizar el calentamiento para que recuerden la coreografía y organicen como va a ser la exposición.
3. Se les asignará turnos para exponer elegidos a sorteo y antes de comenzar con la representación cada grupo debe presentarse en uno o dos minutos. Dicha presentación puede ser llevada a cabo por todos los miembros del grupo o únicamente por el portavoz.
4. Una vez todos los grupos ha hecho sus coreografías cada alumno cuenta con unos minutos para volver a reflejar sus reflexiones tanto grupales como individuales en su diario de campo.

Momento de vuelta a la calma.

Es el último momento de vuelta a la calma de la sesión por lo que llevará más tiempo que en los anteriores. Primero se hará el rutinario momento de compartir las reflexiones en alto con el resto de la clase, al ser la última sesión dichas reflexiones pueden ser más extensas.

Por último, los alumnos rellenarán sus hojas de autoevaluación y coevaluación.

Materiales:

- Ordenadores portátiles que permitan a los alumnos poner la música indicada por el profesor.
- Espejo.
- Material que consideren necesario utilizar en su coreografía.
- Diario de campo.

5.8 EVALUACIÓN

En la etapa de la Educación Primaria la evaluación es un proceso indispensable, esta evaluación debe realizarse de manera continua para así realizar un correcto seguimiento de la evolución del aprendizaje del alumnado. Hay muchas formas de llevar a cabo esta evaluación.

El proceso de evaluar al alumnado consiste en realizar una recogida de información en cuanto a su desempeño durante un curso, unidad didáctica, proyecto, sesión... esta información va a servir para posteriormente ser analizada e interpretada de tal forma en que las necesidades del alumnado queden cubiertas. Es decir, no se trata de poner un número al alumno al final de esta, se trata de dar respuesta a sus necesidades, de reforzar o modificar diferentes aspectos para que el aprendizaje sea completo.

Al igual que se busca que el aprendizaje sea completo la evaluación también debe serlo por lo que se realizará de diferentes formas: autoevaluación, coevaluación y evaluación por parte del profesorado.

- Autoevaluación: la autoevaluación de cada alumno será a través de unas tablas en las cuáles vendrán establecidos unos ítems. Al lado de esos ítems aparecerán unos números que el alumnado deberá marcar en función de cómo considere siendo 1 nunca y 5 siempre (*Véase anexos II*). Esta tabla se completará al final de la última sesión de la unidad didáctica.
- Coevaluación: esta se desarrollará a lo largo de la última sesión. Después de que un grupo termine su coreografía se emplearán unos minutos para que el resto de los grupos complete una tabla como la mencionada en el apartado de autoevaluación (*véase anexos III*).
- Evaluación por parte del profesorado: esta evaluación es la más importante y la que más peso conlleva por lo que se realizará de distintas formas. La primera de ellas será la observación directa durante todas las sesiones, una vez hemos realizado la observación registraremos la información obtenida para poder analizarla y ofrecer retroalimentación a los alumnos, la información se recogerá en una ficha con los objetivos de la sesión marcando “conseguido o no conseguido” (*véase anexos IV*). Por último, se recogerán los diarios de campo a los alumnos para observar si su proceso de enseñanza-aprendizaje ha evolucionado positivamente.

6 CONCLUSIONES

Tras realizar el TFG sobre la danza como medio de Expresión Corporal y sus beneficios para los alumnos dentro del aula extrayendo unas conclusiones a través de una reflexión realizada en base a los objetivos propuestos, no tanto a los de la propuesta didáctica sino a los planteados al principio del trabajo que establecen más relación con la fundamentación teórica.

Comenzaba los objetivos estableciendo una amplia búsqueda de información que ayudase a clarificar los conceptos de Expresión Corporal y Danza para intentar crear una definición de los mismos. Para ello, consultamos las definiciones de varios autores para concluir en una que se adecuase más a las características y necesidades del presente trabajo. Entendimos la danza como un medio de Expresión Corporal, que, sobre todo, a través del cuerpo, aportaba tanto beneficios como estrategias al alumnado. Esto llevó a poner en el centro tanto de la expresión corporal como de la danza, el cuerpo del individuo y la forma de trabajar con él.

Siguiendo en línea con el párrafo anterior, la Expresión Corporal y la danza más allá de solo abordar el desarrollo físico de los alumnos fomenta habilidades cognitivas, emocionales y sociales en el alumnado, así como la inclusión y el trabajo en equipo dentro del aula. Además de tratar esas habilidades, también ofrece al alumno reforzar su autoestima trabajando la creatividad y tomando conciencia corporal.

Otra de las conclusiones que se extrae de este trabajo con el siguiente objetivo es el cuerpo como elemento comunicativo principalmente de la comunicación no verbal. Resulta fundamental en el desarrollo integral de los alumnos que conozcan su cuerpo y las posibilidades que este le ofrece a lo largo de su proceso de enseñanza aprendizaje. Es primordial poner el cuerpo en el centro de la enseñanza, sobre todo, hablando de Expresión Corporal. Por esto, una vez se cumplimentó el apartado de “cuerpo” se utilizó como hilo conductor o parte trocal para el desarrollo del resto de los apartados de la fundamentación teórica.

De esa necesidad de darle sentido al cuerpo, nace la necesidad de comunicar y expresar con él. De esto trataba el siguiente objetivo. Al comunicar y expresar con cuerpo, las personas, no solo ponen en conocimiento de los demás lo que están sintiendo o lo que están pensando, sino que dan respuesta y se adaptan a los distintos contextos y espacios.

Es a través del cuerpo que conseguimos conectar con el resto de individuos, educar con cuerpo y aprender con cuerpo.

Esta línea que hemos tomado nos conecta directamente con el penúltimo de los objetivos, entender la danza como un medio de conexión del alumnado. Si hemos establecido la danza como un necesario medio de comunicación no verbal entre iguales entendemos que a su vez crea una conexión entre esas personas que se encuentran en una situación de comunicación, además, la danza funciona en muchas ocasiones como un medio de desinhibición ayudando a perder la vergüenza y creando un buen ambiente de trabajo en el aula, creando relaciones y, por lo tanto, creando conexiones entre alumnos y profesores.

El último objetivo era desarrollar una propuesta de intervención que diese respuesta a la fundamentación teórica previa. He comprobado que la función principal del docente es mantenerse en una constante formación pues su labor no reside solo en planificar. Es cierto que planificar es una labor importante pero el mundo de la educación evoluciona y el docente debe hacerlo con ello. Es importante aprender acerca de diferentes metodologías y formas de trabajo que den respuesta a todos los tipos de contexto que podemos encontrarnos.

Para finalizar, la elaboración del presente proyecto, me ha aportado la experiencia de introducirme más en el papel del maestro especialista. He podido ampliar más los conocimientos que ya tenía a cerca de la Expresión Corporal y la danza ayudándome a situarlos dentro del Currículo de la Educación Primaria. Conectando la teoría con la práctica he comprendido la necesidad e importancia de establecer una estrecha relación entre ellas. La educación evoluciona y por lo tanto el docente debe hacerlo de forma paralela formándose constantemente.

Este trabajo ha sido el broche final que cierra de forma perfecta cuatro años de formación académica complementados con periodos de prácticas que nos sitúan en el papel del maestro de Educación Primaria.

7 BIBLIOGRAFÍA

- Abardía Colás, F. (2014). *Pedagogía Corporal Meditativa. La METASESSION como recurso para una Expresión Corporal Consciente*. Palencia: Re-Quality SL.
- Abardía Colás, F. (2023). *Apuntes inéditos asignatura "Expresión y Comunicación Corporal"*. Facultad de Educación de Palencia, Campus universitario de Palencia "La Yutera".: Universidad de Valladolid.
- Armstrong, T., Rivas, M. P., Gardner, H., & Brizuela, B. (1999). *Las inteligencias múltiples en el aula*. Buenos Aires: Manantial.
- Archilla, M.T. (2013). Dificultades del profesorado de Educación Física con los contenidos de Expresión Corporal en Secundaria. Tesis doctoral. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Arteaga, M. (2003). *Fundamentos de la Expresión Corporal. Ámbito pedagógico*. Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower, 100-105.
- Contreras, J. (1991). El sentido educativo de la investigación. *Cuadernos de Pedagogía*, 196, 61-67.
- Cunningham, M. (2013). Espacio, tiempo y danza. CAIRON 12 Revista de Estudios de Danza. Cuerpo y Arquitectura, Aula de Danza Estrella Casero-Universidad de Alcalá, 2009. Trad. Amparo Ecija.
<https://static1.squarespace.com/static/5af3e8b970e8028433434baf/t/5e828f43fa582949ecb69129/1585614661857/ESPACIO%2C+TIEMPO+Y+DANZA+MERCE+CUNINGHAM.pdf>
- Dallal, A. (2007). *Los elementos de la danza*. UNAM, Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.
- Durán, L. (1991). La creatividad en la danza. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 36(144), 65-69.
- Escudero, M. C. (2013). *Cuerpo y danza: Una articulación desde la educación corporal [en línea]*. Trabajo final de posgrado. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En Memoria Académica. Disponible en: <http://www.memoria.fahce.unip.edu.ar/tesis/te.894.pdf>
- Fuchs, T. (2004). *Body memory and the unconscious*. *Psychoanalysis and history*, 6(1), 107-123.
- García, H. (1997). *La danza en la escuela*. Barcelona: Inde.

- García Monge, Alfonso y Bores Calle, Nicolás (2003). “La expresión corporal en la Educación Física obligatoria: ideas para organizar el contenido y la práctica.” <https://www.expresiva.org/AFYEC/7Articulos.htm>
- García Ruso, H. M. (2003). *La danza en la escuela*. INDE.
- García Sánchez, I., Pérez Ordás, R., & Calvo Lluch, Á. (2013). *Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo*. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (23), 19-22. ISSN: 1579-1726. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732289004>
- Guzmán, Adriana. (2014). Danza: creación de tiempos. *Alteridades*, 24(48), 35-45. Recuperado en 08 de mayo de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-70172014000200004&lng=es&tlng=es.
- Hernández, V. y Rodríguez, P. (1997). *Expresión Corporal con Adolescentes*. Madrid: CCS.
- Kalmar, D. (2005). *Qué es la expresión corporal. A partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe*. Buenos Aires: Lumen.
- Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE), de 3 de octubre de 1990, publicada en el Boletín Oficial del Estado el 4 de octubre de 1990.
- Sánchez Sanchez, G. (2023). La enseñanza de la expresión corporal y la danza educativa en el sistema universitario español. *Aula*, 29, 11–20. <https://doi.org/10.14201/aula2023291120>
- Ley Orgánica de Modificación de la Ley Orgánica de Educación (LOMLOE), número 3/2020, publicada en el Boletín Oficial del Estado el 23 de diciembre de 2020.
- Martínez, H. P. (2016). La danza. ¿Comunicación y comprensión a través del cuerpo en movimiento? *Brocar: Cuadernos de investigación histórica* (40), 269-293.
- Martínez, J. y Gómez, F. (2010) *La técnica puzzle de Aronson: descripción y desarrollo*. En Arnaiz, P.; Hurtado, M^a.D. y Soto, F.J. (Coords.) *25 Años de Integración Escolar en España: Tecnología e Inclusión en el ámbito educativo, laboral y comunitario*. Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo.

- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal: teoría, técnica y práctica*. Teruel: Humanitas.
- Ortiz Camacho, M.M. (2002). *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada, Grupo Editorial Universitario.
- Pastor-Prada, R., Vicente-Nicolás, G., López-Melgarejo, A.M. & López-Núñez, N. (2022). Danza educativa en el aula actual: percepción y formación de los docentes en Primaria y Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(1), 79-91.
- Real Academia Española (RAE). *Diccionario de la Lengua Española*. Recuperado de <http://www.rae.es/>
- Robinson, J. (1992b). *El niño y la danza*. Barcelona. Ed. Mirador.
- Romero, R. (1999). La expresión y comunicación corporal desde el ámbito de la educación física: elementos, características y enfoque globalizador de la misma. En Linares, D., Zurita, F., & Iniesta, J. A. (Eds.), *Expresión y comunicación corporal en Educación Física*. Granada: Asociación para el desarrollo de la Comunidad Educativa en España y Grupo Editorial Universitario.
- Roth, G. (1994). *Enseñanzas de una chamán urbana. La curación por el movimiento*. Barcelona: Planeta.
- Rueda, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física. En E. Castillo, M. Díaz. *Expresión Corporal en Primaria* (pp. 11-29) Huelva: Servicio de publicaciones Universidad de Huelva.
- Salovey, P., y Mayer, JD (1990). Inteligencia Emocional. *Imaginación, Cognición y Personalidad*, 9 (3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG> (Trabajo original publicado en 1990)
- Serrano, M. T. E. (2004). Creatividad: definiciones, antecedentes y aportaciones. *UNAM*, 5(1).
- Stokoe, P. Schächter, A. (1967). *La Expresión Corporal y el niño*. Buenos Aires. Ed. Ricordi Americana.
- Thompson, I. (2008). Definición de comunicación. Obtenido de PromonegocioS.net: <https://www.promonegocios.net/comunicacion/definicion-comunicacion.html>
- Vaca, E. M. y Varela, F. M.S. (2008). “Motricidad y aprendizaje. El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)”. Barcelona: GRAÓ.

Willem, L. (1985). La Danse dans L'Education-une Enrichissement ou une Mode, en
Ludens. ISEF-UTL vol.9 n°4

Wigman, M. (2002). *El lenguaje de la danza*. Del Serval Ediciones.

8 ANEXOS

ANEXOS I: LISTADO DE CANCIONES EMPLEADAS

Canciones del calentamiento:

1. Shut Up and Dance. Walk the moon.
<https://www.youtube.com/watch?v=6JCLY0Rlx6Q>
2. Billie Jean. Michael Jackson.
https://www.youtube.com/watch?v=Zi_XLOBDo_Y
3. Yo quiero bailar. Sonia y Selena.
https://www.youtube.com/watch?v=HVqaoSb9lEU&list=RDHVqaoSb9lEU&start_radio=1
4. Cuando hables con él. Aitana.
<https://www.youtube.com/watch?v=yxGhRK2Hth4>
5. Malamente. Rosalía.
<https://www.youtube.com/watch?v=Rht7rBHUXW8>

ANEXOS II: TABLA DE AUTOEVALUACIÓN

ÍTEMS	1	2	3	4	5
Me he mostrado interesado por las explicaciones y las actividades propuestas por el profesor.					
He ayudado a mis compañeros en los momentos que lo han necesitado.					
He puesto de mi parte para que el comportamiento de la clase fuese el adecuado en todo momento.					
He trabajado en equipo con mis dos grupos de trabajo para lograr el objetivo.					
He respetado los distintos momentos de cada clase, así como los turnos de palabra					
He participado en los momentos de puesta en común positivamente y aportando la información que se solicitaba.					
Esta unidad me ha enseñado para conocer mejor mi cuerpo y sus posibilidades de movimiento.					

He aprendido a reconocer mis emociones y expresarlas a través del movimiento del cuerpo y los gestos faciales.					
He sido capaz de adaptarme al tiempo y al espacio marcados por el profesor.					
He conseguido crear y experimentar nuevos movimientos con el cuerpo para añadirlos a la coreografía.					

ANEXOS III: TABLA DE COEVALUACIÓN

ÍTEMS	1	2	3	4	5
Utilizan el cuerpo como elemento principal de la coreografía.					
Controlan y utilizan diferentes espacios del gimnasio en la coreografía, no se mantienen estáticos.					
Adaptan sus movimientos a la velocidad de la música.					
El grupo se muestra unido y coordinado en todo momento, todos los miembros participan.					
Se comunican y ayudan entre los miembros del grupo.					
Muestran movimientos originales y creativos. Incluyen objetos de forma coherente en la coreografía.					
Expresan sus emociones de acuerdo con lo que la música y la coreografía transmiten.					

ANEXOS IV: TABLA DE EVALUACIÓN DOCENTE

ÍTEMS	CONSEGUIDO	NO CONSEGUIDO
Ha mostrado interés y se ha mantenido activo durante las explicaciones.		
Se ha mostrado activo en los momentos de trabajo en grupo, tanto en los grupos base como en los grupos de expertos, escuchando a sus compañeros y aportando ideas que favorecían positivamente al ejercicio.		

Ha participado activamente en los momentos de expresión de sentimientos y lo ha hecho de forma correcta empleando el método y las palabras adecuadas.		
Ha mantenido un buen comportamiento favoreciendo así un buen clima de aula.		
Consigue identificar y emplear en las sesiones de E.F. sobre Expresión Corporal los cinco tipos de cuerpo mencionados en el aula.		
Ha hecho un uso correcto del diario de campo registrando las distintas reflexiones tanto diarias como las exigidas por el profesor y anotando en todo momento las emociones que experimenta.		
Ha colaborado creativamente a la elaboración de la coreografía aportando y experimentando pasos nuevos.		
Ha desarrollado habilidades de expresión emocional conociendo la importancia de hacerlo.		
Ha aportado positivamente a la creación de la coreografía grupal.		
Representa la coreografía grupal de forma predispuesta y con una actitud positiva.		