



Universidad de Valladolid



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

Facultad de Educación y Trabajo Social

Grado en Educación Primaria, Mención en Educación Física

TRABAJO FIN DE GRADO

**“LA PRESENCIA DE LAS EMOCIONES EN
ACTIVIDADES RÍTMICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL”**

AUTORA: Mónica de Frutos Velázquez

TUTOR: Antonio Fraile Aranda

FECHA: JUNIO DE 2018

RESUMEN

El presente TFG tiene como finalidad conocer y analizar las emociones que experimenta el alumnado de cuarto de Educación Primaria (9-11 años) a la hora de realizar actividades rítmico- expresivas en la clase de Educación Física, así como comprobar el conocimiento de los mismos sobre en concepto de Expresión Corporal. Para poder realizar este estudio se ha contado con la participación de 73 alumnos y alumnas del CEIP Ponce de León, situado en la ciudad de Valladolid.

Apoyándome en los resultados obtenidos tras la recogida de información a través de cuestionarios, me centraré en analizarlos y valorarlos para poder dar a conocer las emociones que experimentan distintos grupos según el género y la edad (repetidores y no repetidores).

PALABRAS CLAVE

Baile, Educación Física, emociones, emociones placenteras y displacenteras, Expresión Corporal, ritmo.

ABSTRACT

The purpose of this TFG is to know and analyze the emotions experienced by students in the fourth year of Primary Education (9-11 years) at the time of carrying out academic activities of rhythm and expression in the Physical Education class, as well as to check the knowledge about the concept of Corporal Expression. In order to carry out this study, 73 students participated from the CEIP Ponce de León, located in the city of Valladolid.

With the results obtained through the collection of information through several questionnaires, I will focus on the analysis and assess to be able to knowing the emotions experienced by different groups according to gender and age (repeaters and non-repeaters).

KEY WORDS

Dance, Physical Education, emotions, pleasurable and unpleasant emotions, Body Expression, rhythm.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. VINCULACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO.....	5
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
3.1. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL AL TÉRMINO DE EXPRESIÓN CORPORAL.....	11
3.2. TRATAMIENTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LAS DIFERENTES LEYES EDUCATIVAS ESPAÑOLAS.....	12
3.3. POSIBILIDADES DE LA EXPRESIÓN CORPORAL DENTRO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	13
3.3.1. CONTENIDOS DE EXPRESIÓN CORPORAL.....	13
3.4. EL BAILE Y LA DANZA.....	16
3.5. LAS EMOCIONES.....	17
3.6. EL ESQUEMA CORPORAL.....	17
3.6.1. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL.....	18
3.6.2. DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL.....	18
3.6.3. ELEMENTOS INTEGRANTES DEL ESQUEMA CORPORAL.....	20
4. METODOLOGÍA Y DISEÑO.....	23
4.1. INTRODUCCIÓN.....	23
4.2. CONTEXTO EDUCATIVO.....	23
4.3. MUESTRA.....	23
4.4. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	24
4.5. INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS.....	24
5. RESULTADOS.....	25
6. DISCUSIÓN.....	37
7. CONCLUSIONES.....	40
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
9. ANEXOS.....	44

1. INTRODUCCIÓN

Introducción

El TFG que presento a continuación tiene como finalidad analizar y conocer las emociones que están presentes en el alumnado de un centro educativo a la hora de realizar actividades rítmico expresivas durante la clase de Educación Física. Para poder llevarlo a cabo, el alumnado ha informado sobre las posibilidades que su cuerpo presenta para alcanzar un mayor autoconocimiento corporal y, por consiguiente, para reconocer las emociones que residen en cada uno de ellos a la hora de realizar actividades rítmico-expresivas.

Para realizar este estudio se contó con la participación de 73 alumnos/as del CEIP Ponce de León, situado en la calle Padre Francisco Suarez 14-16 (zona centro), con edades comprendidas entre los 9 y 11 años. Para la recogida de datos se aplicaron dos cuestionarios con objeto de conocer la idea inicial que tenían acerca del concepto de Expresión Corporal y las emociones que se presentan en diferentes momentos en las sesiones de clase en relación con el ritmo y el baile durante las clases de Expresión Corporal. Finalmente, he analizado todos los resultados obtenidos y los he comparado según las edades (si son repetidores o no) y el género.

Justificación del tema elegido

La elección del tema del TFG parte de la idea de hacer algo orientado a la Expresión Corporal. Luego, dentro de este tema, estuve indecisa a la hora de decidir hacia donde enfocarlo. Tras pensarlo y hablarlo con mi tutor acabé decidiendo enfocarlo hacia el ritmo y el baile. Pero no quería quedarme solo en eso, por lo que acabé conectándolo con el tema emocional y de los sentimientos.

Mi mayor motivación al decidir trabajar este tema ha sido principalmente poder favorecer la expresión de las emociones en la escuela a través de actividades que no suelen ser habituales en las clases de Educación Física, aunque estén cada vez más presentes en el currículo.

Objetivos

A continuación, redactaré los objetivos que he tratado de alcanzar en este TFG y por consiguiente marcaré la meta lograda en este proyecto.

Objetivo general:

- Conocer las emociones que están presentes en el alumnado de Educación Primaria, del centro objeto de estudio, a la hora de realizar actividades rítmicas de Expresión Corporal tras analizarlas y contrastarlas.

Objetivos específicos:

- Conocer y contrastar la información obtenida sobre el conocimiento de la Expresión Corporal y sobre las emociones a través de un cuestionario.
- Posibilitar que el alumnado pueda auto-conocerse mejor a partir de poder expresar sus emociones.
- Potenciar la creatividad motriz a través de la Expresión Corporal como ayuda en ese proceso de autoconocimiento.
- Analizar si existen diferencias a nivel de género y edad respecto al desarrollo de las emociones experimentadas en las clases de Educación Física.

2. VINCULACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO

Según el REAL DECRETO 1939/2007 de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, he considerado conveniente a la hora de realizar este TFG valorar la adquisición de las competencias generales obtenidas con la realización del mismo. Estas competencias son las siguientes:

1. Que los estudiantes manifiesten la posesión de conocimientos y fluidez necesarias en el momento de desenvolverse en un área de estudio como es la Educación, ya que se parte de la base de la educación secundaria general, y normalmente se encuentra a un nivel que, apoyándose en libros de texto avanzados, incluye también varios aspectos que implican conocimientos procedentes del progreso de su campo de estudio. Esta competencia se basará en la comprensión para la aplicación práctica de:

- a. Aspectos básicos y principales de terminología educativa.
 - b. Características sociológicas, psicológicas y pedagógicas, con carácter fundamental, del alumnado en las diferentes etapas de las enseñanzas del sistema educativo.
 - c. Contenidos curriculares, objetivos y criterios de evaluación, y de un modo individual los que conforman el currículo de Educación Primaria.
 - d. Nociones y procedimientos empleados en la práctica educativa
 - e. Diferentes técnicas de enseñanza-aprendizaje.
 - f. Fundamentos básicos de las diferentes disciplinas que componen el currículum.
 - g. Estructura y composición de los sistemas educativos.
2. Saber aplicar los conocimientos adquiridos a su trabajo o vocación de manera profesional y poseer las competencias necesarias para demostrar que pueden defender mediante argumentos y la resolución de problemas cualquier situación dentro de su área de estudio (la Educación). Esta competencia se centrará en desarrollar las habilidades que formen a la persona titulada para ser capaz de:
- a. Identificar, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.
 - b. Analizar de manera crítica y argumentar la toma de decisiones en contextos educativos.
 - c. Integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos y cualquier situación adversa, principalmente mediante procedimientos colaborativos.
 - d. Coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio, con la finalidad de crear una cultura de trabajo interdisciplinar partiendo de objetivos centrados en el aprendizaje.
3. Desarrollar la capacidad de reunir e interpretar datos importantes (normalmente dentro del área de estudio) para emitir juicios junto a una reflexión sobre temas sociales, científicos o éticos. Esta competencia se concretará en desarrollar diferentes habilidades que lleven a la persona titulada a estar capacitada para:

- a. Interpretar los datos obtenidos de las observaciones en contextos educativos con el fin de juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.
 - b. Reflexionar acerca del sentido y la finalidad de la praxis educativa.
 - c. Utilizar procedimientos fiables y verídicos de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas online.
4. Desarrollar estrategias para transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado, con el fin de transmitir un contexto más exacto y verídico posible. Esta competencia conlleva el desarrollo de las habilidades:
 - a. De comunicación oral y escrita en el nivel C1 en Lengua Castellana, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
 - b. De comunicación oral y escrita en el nivel B1 en una o más lenguas extranjeras, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
 - c. De comunicación a través de Internet y, en general, utilización de herramientas multimedia para la comunicación a distancia.
 - d. Interpersonales, asociadas a la capacidad de relación con otras personas y de trabajo en grupo, empatizando y aportando sus conocimientos.
5. Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para realizar estudios posteriores con un alto grado de autonomía. Esta competencia conlleva el desarrollo de:
 - a. La capacidad de actualización de los conocimientos en el ámbito socioeducativo.
 - b. La adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de toda la vida.
 - c. El conocimiento, comprensión y dominio de metodologías y estrategias de autoaprendizaje.

- d. La capacidad para iniciarse en actividades de investigación.
 - e. El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.
6. Desarrollar un compromiso ético como profesionales que potencie la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad entre mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas discapacitadas y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos. El desarrollo de este compromiso se concretará en:
- a. El fomento de valores democráticos, especialmente en los de tolerancia, solidaridad, de justicia y de no violencia y en el conocimiento y valoración de los derechos humanos.
 - b. El conocimiento de la realidad intercultural y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad hacia diferentes grupos sociales y culturales.
 - c. La toma de conciencia del derecho de igualdad de trato y de oportunidades entre hombres y mujeres, en particular mediante la eliminación de la discriminación de la mujer, sea cual fuere su circunstancia o condición, en cualquiera de los ámbitos de la vida.
 - d. El conocimiento de medidas que garanticen y hagan efectivo el derecho a la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad.
 - e. El desarrollo de la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar la discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación racial, contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

Si nos centramos en la competencia específica del área de Educación Física, he de destacar las habilidades de:

1. Conocer y comprender de manera fundamentada el potencial educativo de la Educación Física y el papel que desempeña en la sociedad actual, de modo que se desarrolle la capacidad de intervenir de forma autónoma y consciente en el

contexto escolar y extraescolar al servicio de una ciudadanía constructiva y comprometida. El desarrollo de esta competencia conlleva:

- a. Conocer y valorar el propio cuerpo y sus posibilidades motrices.
- b. Conocer el desarrollo psicomotor de 6 a 12 años.
- c. Conocer el significado de la imagen del cuerpo, de las actividades físicas y su evolución histórico-cultural.
- d. Conocer los fundamentos biológicos y fisiológicos del cuerpo humano, así como los procesos de adaptación al ejercicio físico y su relación con la salud, higiene y la alimentación.
- e. Conocer las capacidades físicas y los factores que determinan su evolución ontogénica y saber aplicar sus fundamentos técnicos específicos.
- f. Conocer y dominar los fundamentos y las técnicas de la iniciación deportiva.
- g. Conocer y dominar los fundamentos de la expresión corporal y la comunicación no verbal.
- h. Conocer y analizar el papel del deporte y de la actividad física en la sociedad contemporánea y su influencia en distintos ámbitos sociales y culturales.
- i. Conocer tipologías básicas de instalaciones y de material simbólico y funcional relacionados con la actividad física.
- j. Conocer los aspectos que relacionan la actividad física con el ocio y la recreación para establecer las bases de utilización del tiempo libre: teatro, danza, deportes, salidas, etc.

2. Saber transformar el conocimiento y la comprensión de la Educación Física en procesos de enseñanza y aprendizaje adecuados a las diversas e impredecibles realidades escolares en las que los maestros han de desarrollar su función docente. El desarrollo de esta competencia conlleva:

- a. Dominar la teoría y la didáctica específica de la E.F., los fundamentos y las técnicas de programación del área y diseño de las sesiones, así como las estrategias de intervención y de evaluación de los resultados.

- b. Saber diseñar procesos de enseñanza aprendizaje adaptadas al desarrollo psicomotor de los niños.
- c. Saber utilizar el juego motor como recurso didáctico y como contenido de enseñanza.
- d. Dominar las estrategias y recursos para promover hábitos saludables, estableciendo relaciones transversales con otras áreas del currículo.
- e. Saber detectar dificultades anatómico funcionales, cognitivas y de relación social, a partir de indicios corporales y motrices.
- f. Relacionar la actividad física con las distintas áreas que configuran el currículo de primaria, incidiendo en el desarrollo de la creatividad y las distintas manifestaciones expresivo-comunicativas.
- g. Saber aplicar al contexto de la E.F. escolar los conocimientos básicos sobre las nuevas tecnologías de la información y comunicación.
- h. Saber aplicar los fundamentos y las técnicas de las actividades físicas en el medio natural.
- i. Orientar la actividad física que se desarrolla en el centro, en horario escolar y extraescolar, promoviendo la escuela como un entorno activo y saludable

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

A continuación, paso a presentar una aproximación conceptual del termino de Expresión Corporal. Continuaré viendo a grandes rasgos la evolución de este término en las ultimas leyes educativas como son: la LOGSE, la LOE y la LOMCE e indagaré en las posibilidades de la Expresión Corporal dentro de la Educación Física centrándome en sus contenidos (cuerpo, espacio, ritmo y tiempo). También revisaré los términos de baile y danza, sobre la presencia de las emociones en la Educación Física y concluiré con una aproximación al término de Esquema Corporal y su desarrollo.

3.1. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL AL TÉRMINO DE EXPRESIÓN CORPORAL

La Expresión Corporal forma parte de nuestras vidas y está muy presente en nuestro día a día. Aunque no seamos conscientes de ello, con nuestro cuerpo y nuestras acciones estamos continuamente transmitiendo información sobre nosotros a través de movimientos o gestos a la hora de socializarnos o interactuar con otras personas.

Con el paso de los años, este término ha alcanzado un mayor impacto y una mayor relevancia en el ámbito educativo y, más concretamente, en la asignatura de Educación Física. Para adentrarnos en el tema de la Expresión Corporal, vamos a destacar una serie de definiciones que nos introduzcan el tema en cuestión:

- Según la RAE (Real Academia de la Lengua Española) es la *“Técnica de interpretación basada en gestos y movimientos, en la que el actor se abstiene de recurrir a la palabra”*
- Para De Andrés (1993, p.11) *“la Expresión Corporal no es más que la capacidad del cuerpo para manifestarse “como es” ante el mundo exterior con un lenguaje propio (el lenguaje del cuerpo) que viene configurado por gestos, expresiones faciales, movimientos, posturas y cambios posturales, etc.”*
- Si nos centramos en la definición de la Expresión Corporal en términos educativos, para Sierra (2001, p.33) la Expresión Corporal es el *“contenido de la Educación Física caracterizado por la aceptación, búsqueda, concienciación, interiorización y utilización del cuerpo y de todas sus posibilidades para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como por un marcado objetivo de creatividad”*

Recogiendo las definiciones dadas por distintos autores, podemos concluir que la Expresión Corporal es una forma de comunicación no verbal en la cual las personas se expresan a través de su cuerpo al mundo exterior.

3.2. TRATAMIENTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LAS DIFERENTES LEYES EDUCATIVAS ESPAÑOLAS

La Expresión Corporal no siempre ha tenido la importancia que tiene actualmente para la Educación Física. Para su inclusión en el currículo ha tenido que recorrer un largo camino. Según Pelegrín (1996, p.346) *“Hacia 1970 existe una ebullición de distintas tendencias experimentales en la Expresión Corporal; en ese momento abriendo la escuela a la creatividad, se incluye en el currículum en la Reforma Educativa de 1970, en los planes de formación de educadores de Educación Física”*

Como señala Sierra (1997), la Expresión Corporal aparece en el currículo por primera vez como contenido de la entonces llamada Expresión Dinámica en la Ley de 1970 (LGE: 14/1970) para preescolar y E.G.B.

Es a partir de esta Ley cuando la Expresión Corporal adquiere un mayor protagonismo, puesto que en un primer momento estaba relacionada con el área de Expresión Dinámica y más concretamente con el ritmo. A partir de la implementación de la Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE) recogida en el BOE nº 238, de 4 de octubre de 1990, la Expresión Corporal pasará a tener una mayor importancia en el sistema educativo español. Con esta ley pasará a formar parte de un bloque de contenidos nuevo dentro del área de Educación Física.

Con el paso del tiempo, los docentes asumen la importancia que tiene la Expresión Corporal en las aulas y esto se verá reflejado en la nueva implementación de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) plasmada en el BOE nº 106, de 4 de mayo de 2006. En esta Ley se plasmará la necesidad y la importancia de aplicar la Expresión Corporal en Educación Primaria, y más concretamente en Educación Física. Esto se ve reflejado en que dicha Ley, no solo porque se centra en trabajar una serie de contenidos específicos, sino también en cuanto al desarrollo de competencias básicas que el alumnado debe adquirir en su etapa educativa.

Finalmente, con la consolidación de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) plasmada en el BOE nº 295, de 10 de diciembre de 2013, aparecerá un nuevo bloque de contenidos sobre las actividades físico

artísticas/ expresivas. Con ello se ve que con el paso de los años y de distintas leyes educativas, la Expresión Corporal ha ido haciéndose un hueco cada vez más grande en el ámbito de la Educación Física.

3.3.POSIBILIDADES DE LA EXPRESIÓN CORPORAL DENTRO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Dentro de la Expresión Corporal, podemos hacer un desglose de posibilidades o contenidos que se pueden llevar a la práctica. A continuación, pasaremos a adentrarnos en estos contenidos.

3.3.1. CONTENIDOS DE EXPRESIÓN CORPORAL

Según Laban (1984), se determinan los elementos para llevar a la práctica en la Expresión Corporal respondiendo a una serie de preguntas:

- ¿Qué es lo que se mueve?: EL CUERPO
- ¿Dónde se mueve?: EN EL ESPACIO
- ¿Cuándo se mueve?: EN EL TIEMPO
- ¿Cómo se mueve?: CON RITMO

3.3.1.1.CUERPO

A lo largo del tiempo, el concepto de cuerpo se ha definido a partir de la tensión generada entre dualistas y monistas. Los dualistas siempre se han centrado en separar lo material (cuerpo) de lo inmaterial (mente) y los monistas por el contrario siempre han considerado que el cuerpo es una unidad indisoluble. Por ello a la hora de tener que buscar una definición de este concepto se aprecia su complejidad.

Según Sierra (2007), la Educación Física siempre se ha apoyado en el cuerpo como principal referente, ya que gracias a su movimiento siempre ha podido ejercer y ha ejercido su influencia, pero llevándolo al lado contrario o lo que es lo mismo teniendo como referente al cuerpo-máquina y el movimiento eficaz, y quitándole asimismo de

cualquier posibilidad de acercamiento intelectual al conocimiento, dando importancia al hacer por hacer, sin reflexión alguna, sobre todo por parte del discente, fortaleciendo el dualismo atávico.

3.3.1.2.RITMO

Para Vallejo (1984, p.37): *“El ritmo natural se encuentra en todo ser humano; no se enseña, se revela, es intuitivo”*. El ritmo se vincula al ámbito musical, así entre el ritmo musical y el movimiento hay una estrecha relación que hace que influya este concepto en otro tipo de prácticas corporales (deporte, actividad física, etc.). Por ello el concepto de ritmo viene dado de la organización del movimiento humano. Por ejemplo, encontramos ritmo en la sucesión de horas, días, semanas, estaciones del año, etc. El ser humano experimenta el ritmo por medio del movimiento y a su vez adquiere consciencia de ellos por medio del lenguaje y de instrumentos.

Analizando los distintos tipos de definiciones, el ritmo está precedido por una serie de contenidos como son:

- La velocidad de movimiento.
- El hacer uso de la palabra como un soporte rítmico del movimiento.
- Utilizar diferentes instrumentos.
- Descubrir el ritmo interno.
- Crear ritmos para expresar situaciones y emociones.
- Interiorizar y reproducir aspectos temporales.
- Realizar improvisaciones rítmicas.
- Descubrir timbres a partir de instrumentos y de la voz.

3.3.1.3.ESPACIO

Este término tiene multitud de definiciones, pero desde mi punto de vista la que más se aproxima al espacio dentro de la Expresión Corporal es la dada por Fernández (2003), en la cual destaca que el espacio es el medio en el cual realizamos desplazamientos. Este está delimitado por sucesos y por sujetos en el que cada persona ordena sus percepciones

según el vínculo que tenga con el medio que le rodea, realizando siempre un continuo feedback.

Todo movimiento precisa de un espacio concreto para ser ejecutado. Al hablar de espacio, podemos hacer una distinción de dos categorías:

- Espacio próximo: Es la zona espacial inmediata que rodea al cuerpo, también denominada “kinesfera”.
- Espacio general: Es toda aquella área espacial disponible para realizar movimiento.

También encontramos una serie de subcomponentes que se clasifican por:

- Direcciones (delante, atrás, a los lados, hacia arriba, hacia abajo)
- Niveles en función del centro de gravedad (alto, medio, bajo)
- Trayectorias que describen los movimientos en el espacio (en el suelo, aéreos, rectos, curvos, zig-zag, en bucle, en ángulo)
- Dimensiones o tamaño del espacio para realizar movimientos (grande, pequeño)

3.3.1.4. TIEMPO

Como veníamos hablando antes, el movimiento se realiza en un espacio concreto. A esto se añade que dicho movimiento siempre se desarrolla durante un periodo de tiempo determinado. El término primordial que puede definir correctamente este apartado es el de Temporalidad. Esta podría definirse según Trigo (2002) como un aspecto más del sistema perceptivo. En este la importancia recae en el oído y en el sentido kinestésico, el cual nos permite conocer el tiempo, la sucesión, el ritmo y su medida.

El tiempo se puede clasificar según cual sea su estructuración:

- Estructuración métrica: Se basa en la regularidad de las pulsaciones (pulsación, acento, medida, patrón rítmico, tempo)
- Estructuración no métrica: Se basa en términos de velocidad (rápido, lento, acelerado, retardado)

3.4.EL BAILE Y LA DANZA

Como señala Castañer (2002, p. 6) *“Dentro de la Expresión Corporal, la danza nos abre la posibilidad de crear, con gestos del cuerpo, un mensaje estético cargado de emoción y de ideas”*. Se puede entender la Expresión Corporal como un tipo de “lenguaje del silencio”. Dentro de la Educación Física es donde este tipo de lenguaje tiene una mayor relevancia y es desde donde nos podemos adentrar más a la idea de “lenguaje corporal” al emplear formas expresivas como la danza o el baile.

Los términos danza y baile suelen aparecer vinculados y designar una misma realidad. Si por ejemplo tenemos en cuenta las definiciones dadas por la DRAE, al buscar el término danza nos deriva directamente en el de baile. Si tuviéramos que hacer una distinción entre ambos términos como dice Vicente y otros (2010, p. 42) *“hablaremos de la danza cuando nos referimos a la adquisición de una técnica y manejo de un lenguaje expresivo-corporal y de danza de o baile cuando hablamos de una coreografía o forma/estilo de bailar determinada”*

Para que la danza y el baile alcancen una dimensión educativa, García (1997, p.24) destaca una serie de funciones que las caracterizan a la hora de alcanzar la dimensión educativa y a la hora de permitir el desarrollo integral de los niños:

- De conocimiento, tanto de sí mismo como del entorno próximo.
- Anatómico-funcional.
- Lúdico-recreativa.
- Catártica y hedonista.
- Cultural.
- Afectiva, comunicativa y de relación.
- Estética y expresiva.

Las aportaciones de la danza y el baile a las distintas dimensiones del ser humano a lo largo del tiempo no han tenido las repercusiones deseadas en el ámbito de la educación. Algunos de los posibles motivos pueden ser la consideración como una práctica exclusivamente femenina, la falta de información y formación del profesorado, la falta de medios o recursos, etc. Aún queda un gran camino por recorrer para incluir la danza y el baile de forma consistente en el currículo.

3.5.LAS EMOCIONES

Las emociones son uno de los rasgos que más han perdurado con el paso de los años en el ser humano, son parte de nuestro desarrollo como especie. Esta palabra proviene del latín “emovere”, que literalmente sería “mover afuera”. En multitud de ámbitos de la Educación Física no es muy habitual el favorecer la expresión de las emociones y sentimientos, y mucho menos se ha parado a pensar en ello a la hora de educar.

Por otro lado: *“En la enseñanza actual se focaliza toda la atención sobre los procesos conscientes, y los procesos inconscientes rara vez son tenidos en cuenta. Son estos sin embargo los que nos parece tienen una mayor importancia en el resultado real y duradero de la educación”* (Lapierre y Aucouturier, 1985, p.127)

Por un lado, según Bisquerra (2003), el aprendizaje emocional hoy en día es considerado de gran importancia por algunos movimientos de índole social tanto en la vida cotidiana como en el ámbito escolar. El conocerse a uno mismo y ser consciente de las emociones que experimentamos nosotros o los demás, sus motivos y sus causas son aspectos que cada vez interesan más a los docentes.

Sería de gran importancia fomentar que se desarrolle el autocontrol emocional en las escuelas, y con esto quiero decir que los alumnos y alumnas sean capaces de manifestar y reconocer de forma apropiada emociones que experimenten ellos mismos y los demás. No existen emociones buenas ni malas, todas cumplen una función adaptativa y son necesarias en nuestras vidas y en la evolución del ser humano.

3.6.EL ESQUEMA CORPORAL

Como recoge la expresión Esquema Corporal, esto representa el esquema o imagen que tenemos sobre nuestro propio cuerpo. Pero esta definición no se queda solo en eso, ya que aborda otras cuestiones sobre las que indagaremos más adelante.

3.6.1. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL

La correcta adquisición del Esquema Corporal en los niños de infantil y primaria favorece un adecuado desarrollo motor, puesto que es la base para adquirir los diferentes tipos de aprendizajes, así como para construir su propia personalidad y su forma de relacionarse con los demás. Hoy en día, la educación del Esquema Corporal es un proceso continuo y positivo que a los niños les aporta un amplio grado de control, seguridad, eficacia y autonomía acerca de sus conductas. Para adentrarnos más en este concepto podemos ver que diversos autores han definido el Esquema Corporal como:

- *“El Esquema Corporal es una necesidad; se constituye según las necesidades de la actividad. Es el resultado y la condición de las justas relaciones entre el individuo y el medio”* (Wallon 1970, p. 72)
- *“La organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con los datos del medio exterior”* (Picq y Vayer, 1977, p.15)
- Para Le Boulch (1970, p. 28), es una *“intuición de conjunto o un conocimiento inmediato que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o en movimiento en relación con sus diferentes partes y, sobre todo, en relación con el espacio y los objetos que nos rodean”*.

Podemos considerar por consiguiente al Esquema Corporal como: una imagen mental que tenemos acerca de nuestro cuerpo tanto en estático como en movimiento, en relación de sus partes entre ellas y con el entorno que nos rodea.

3.6.2. DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL

Recabando información acerca de la evolución o desarrollo del Esquema Corporal encontramos que hay diversos autores que distinguen diferentes etapas en el descubrimiento del Esquema Corporal.

Le Boulch (1970) señala tres etapas en la evolución del Esquema Corporal, en las cuales se muestra una gran influencia piagetiana:

- Etapa del cuerpo vivido. Esta etapa va hasta aproximadamente los tres años de edad. En ella el niño comienza a descubrir su propio cuerpo, lo delimita en relación a las personas y los objetos. Las experiencias las adquiere en relación al entorno que le rodea y se inicia a través de la relación afectiva que mantiene con su madre.
- Etapa de discriminación perceptiva (3-7 años). En esta etapa se comienzan a desarrollar las percepciones y el control corporal a través de la educación sensorial. El niño ya va tomando consciencia de las experiencias sensoriales y va interiorizándolas.
- Etapa del cuerpo representado en movimiento (7-11/12 años). En esta etapa el niño elabora definitivamente su propio Esquema Corporal. Es capaz de realizar una representación mental de su propio cuerpo en movimiento puesto que ya ha desarrollado la orientación del cuerpo en el espacio y ha adquirido una imagen global de la postura y de la percepción de detalles de situaciones segmentarias de las partes de su cuerpo.

Por otro lado, Vayer (1985, p.23) dividió la elaboración del Esquema Corporal en cuatro etapas:

1. Periodo maternal. Este periodo va hasta aproximadamente los dos años de edad. Se pasa de los primeros reflejos a la marcha y a las primeras coordinaciones motrices a través del diálogo tónico entre la madre y el hijo.
2. Periodo global de aprendizaje y del uso de sí (2-5 años). En este periodo la prehensión se va haciendo cada vez más precisa. La motricidad y la cinestesia le permiten que conozca cada vez más su cuerpo y, por lo tanto, que haga una utilización cada vez más diferenciada y precisa de este.

3. Periodo de transición (5-7 años). En este periodo el niño pasa de tener una visión globalizada a ser capaz de realizar una diferenciación y análisis. Por lo tanto, el niño desarrolla su propio control postural y respiratorio y afianza su propio concepto de lateralidad.
4. Elaboración definitiva del Esquema Corporal. En este último periodo el niño desarrolla las diversas capacidades de aprendizaje y de relación con el mundo que le rodea. En este momento ya se podría decir que posee los elementos para conquistar su propia autonomía.

3.6.3. ELEMENTOS INTEGRANTES DEL ESQUEMA CORPORAL

Existe una gran cantidad de elementos que integran el Esquema Corporal, pero desde mi punto de vista los más representativos son los siguientes:

- Conocimiento del propio cuerpo. Tener un mayor conocimiento de nuestro propio cuerpo es de gran importancia puesto que este es el principal medio de relación que tenemos con el mundo exterior que nos rodea. Tiene una gran importancia el hecho de que el niño conozca las diferentes partes de su cuerpo y sus posibilidades para llegar a tener un correcto control y conocimiento de este mismo.
- Equilibrio. Otro elemento integrante del Esquema Corporal es el equilibrio, cuya relación tiene que ver más con el control tónico-postural puesto que este es el que facilita el equilibrio corporal. Una definición que nos acercaría más a este término es la dada por Contreras (1998) donde el equilibrio se define como el mantenimiento postural a través de correcciones que omitan las variaciones que puedan darse tanto de forma exógena como endógena.

Podemos hacer una fácil clasificación del equilibrio:

- Equilibrio reflejo: Propio del mantenimiento de la postura
- Equilibrio automático: Propio de los movimientos automatizados para la vida cotidiana.

- Equilibrio voluntario: Propio de una acción motriz programada. Existe una distinción entre el equilibrio estático (sin desplazamiento), el dinámico (con desplazamiento y oposición al centro de gravedad) y el de reequilibración o post-movimiento (detención del cuerpo en una posición estática tras haberse ejecutado una posición dinámica)
 - Equilibrio con objetos: Puede darse en estático o en movimiento.
- Respiración. El aprendizaje y la adquisición de una correcta respiración es esencial desde edades muy tempranas puesto que de esta forma se puede llegar a tener un mejor conocimiento corporal y disminución de la tensión muscular, haciendo así que se establezca un equilibrio emocional. Según Rubial y Serrano (2001) podemos clasificar los distintos tipos de respiración:
- Respiración alta o clavicular
 - Respiración media torácica o intercostal
 - Respiración baja, diafragmática o abdominal
 - Respiración completa

La educación respiratoria consiste en la toma de conciencia del acto respiratorio y de sus fases:

- Inspiración: Tomar aire.
 - Espiración: Sacar el aire.
 - Apnea: Mantener dentro el aire tras realizar una máxima inspiración.
 - Disnea: Mantenimiento sin aire tras realizar una máxima espiración
- Relajación. A partir de Le Boulch (1984), la relajación tiene como objetivo la mejora de la toma de conciencia del propio cuerpo y, por consiguiente, de sus segmentos corporales. En el ámbito educativo, la relajación no busca solamente liberar tensiones, sino que supone un medio para que los niños mejoren su control del tono muscular y su organización del esquema corporal, a través del conocimiento de las sensaciones que los diferentes segmentos le aportan, su respiración y el adoptar posturas más equilibradas.

Para trabajar correctamente la relajación se deben dar unas condiciones adecuadas: una sala adecuada, que los alumnos estén cómodos y tranquilos, que haya silencio a la hora de realizarlo y las normas sean simples y que la presencia del maestro sea lo más discreta posible.

- La lateralidad. Tiene un papel muy importante en la estructuración del Esquema Corporal y en la orientación espacio-corporal. A partir de la definición de la RAE *“Preferencia espontánea en el uso de los órganos situados al lado derecho o izquierdo del cuerpo, como los brazos, las piernas, etc.”*

A la hora de hacer una clasificación, podemos distinguir dos tipos de lateralización más comunes (integrales), y los que se dan en menos número de ocasiones (no integrales):

- Lateralizados integrales: Predomina un costado corporal. Entre ellos se distinguen:
 - Diestros: Predomina el lado derecho sobre el izquierdo al realizar la mayoría de acciones motrices.
 - Zurdos: Predomina el lado izquierdo sobre el derecho.

- Lateralizados no integrales:
 - Zurdo falso
 - Diestro falso
 - Diestro contrariado
 - Ambidiestro
 - Lateralidad cruzada

4. METODOLOGÍA Y DISEÑO

4.1.INTRODUCCIÓN

Como se muestra en el título de este TFG, voy a tratar de analizar las emociones que residen en los alumnos y alumnas de un centro educativo a la hora de realizar actividades rítmico expresivas en clase. Comenzaré hablando brevemente del contexto del estudio, seguido de la muestra de alumnos con la que he trabajado, mostrando el diseño de la intervención, los instrumentos de recogida de datos y finalmente los resultados obtenidos.

4.2.CONTEXTO EDUCATIVO

El centro en el que voy a llevar a cabo esta observación es el CEIP Ponce de León, situado en la calle Padre Francisco Suarez 14-16 de Valladolid. Es un centro que se sitúa en pleno centro de la ciudad, paralelo al conocido Paseo Zorrilla. Los alumnos y alumnas provienen de familias de nivel medio-alto, donde podemos encontrar variedad de razas y culturas distintas entre ellos. El curso que ha sido objeto de este estudio es 4º de Educación Primaria.

El principal motivo por el que he decidido realizar el estudio en este centro ha sido por la realización de las prácticas de Educación Física en el mismo (Prácticum II).

El número de alumnos de estas clases es de 24-25 alumnos. En las tres clases no se da ningún caso de diversidad, por lo que en estas sesiones no ha sido necesario actuar ante ello.

4.3.MUESTRA

En este estudio participan un total de 73 alumnos del CEIP Ponce de León, con edades comprendidas entre los 9 y 11 años

En la tabla de a continuación se puede apreciar la distribución y clasificación de los alumnos que participan en este estudio, diferenciando las clases y el género:

CURSO	Niños	Niñas	Total
4ºA	11	14	25
4ºB	12	12	24
4ºC	10	14	24
Total	33	40	73

Podemos ver que el 55% son mujeres y el 45% hombres. A su vez destacar que, de todos estos alumnos y alumnas, 11 de ellos son repetidores.

4.4.DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En el momento de realizar el estudio que he planteado acerca de las emociones que han experimentado los alumnos y alumnas en actividades de Expresión Corporal, he puesto en práctica una Unidad Didáctica de cinco sesiones en las que he combinado actividades de ritmo y baile. Cada semana se realizaban dos sesiones, cada una de estas de 1 hora de duración. Estas actividades se encuentran recogidas en el apartado de anexos (ANEXO 1), dentro de las cinco sesiones realizadas.

4.5.INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS

Con el fin de obtener tanto datos como valoraciones para llevar a cabo este estudio, he utilizado como instrumentos de recogida dos cuestionarios donde he plasmado una serie de preguntas e ítems relacionados con la presencia de las emociones a la hora de realizar actividades rítmico-expresivas en clase.

El primero de ellos (ANEXO 2) es un cuestionario inicial con preguntas de elaboración propia y con un cuestionario sobre las percepciones socio-emocionales experimentadas durante las clases de Educación Física (Gil-Madrona y Martínez, 2016). Este cuestionario solo se ha utilizado antes de empezar la primera sesión para ver con que ideas previas partían los alumnos y alumnas acerca de la Expresión Corporal y que emociones creían que iban a experimentar a lo largo de las cinco sesiones programadas.

El segundo cuestionario (ANEXO 3), contaba con diez emociones placenteras y sus contrarias (displacenteras), en las cuales los alumnos y alumnas debían indicar que emociones habían experimentado a lo largo de la sesión y en qué grado. Este cuestionario se les pasaba tras acabar cada sesión.

5. RESULTADOS

CUESTIONARIO INICIAL

Para comenzar mis sesiones decidí pasar un cuestionario para conocer las ideas con las que parten los alumnos/as y sobre qué piensan que van a experimentar en las sesiones posteriores (ANEXO 2).

En el cuestionario inicial realizado a los alumnos de las tres clases, en primer lugar, les pregunté sobre el concepto de Expresión Corporal. Según lo recogido la mayoría de ellos no sabían decir que es o a que me refería con ese término. Un pequeño grupo tendía a hacer una definición algo encaminada a lo que decía el propio nombre, escribiendo frases como “expresarse con el cuerpo o a través de él” o diciendo directamente que con ello me refería a “bailar” o “hacer ballet”.

Con esta información comprobé la poca importancia que estos alumnos daban a la Expresión Corporal dentro de las aulas y, más concretamente, de la asignatura de Educación Física, donde según el currículo de Educación Primaria este término viene englobado en un gran bloque: Actividades físicas artístico-expresivas.

En segundo lugar, respondieron al cuestionario sobre las percepciones socio-emocionales que ellos creerían experimentar en las sesiones a realizar. Antes de esto y al ver lo poco que sabían acerca de la Expresión Corporal, les expliqué de qué se trataba y más concretamente sobre el contenido a trabajar: el ritmo y el baile.

El cuestionario constaba de dieciséis emociones placenteras y de trece emociones displacenteras. Debían ser contestadas en una escala del 1 al 4 donde 1 significaba (nada

de acuerdo en que experimentarían esa emoción) y 4 (que estaban muy de acuerdo en que experimentarían esa emoción). De los resultados de las tres clases extraje la siguiente información:

Atendiendo a los resultados obtenidos (Figura 1), diferenciando niños y niñas, pude ver que las niñas fueron algo más positivas que los niños a la hora de considerar que las emociones que experimentarían en estas sesiones serían placenteras, puesto que la media sobre 4 de ellas es (3,15) y la de ellos (2,88).

Por el contrario, los niños consideran que experimentarían más emociones displacenteras que las niñas, aunque por muy poco, puesto que su media es de un (1,52) sobre 4 y la de las niñas (1,41).

RESULTADOS DEL CUESTIONARIO INICIAL (1-4)			
	<i>MEDIA</i>		<i>MEDIA</i>
Emociones placenteras en niños	2,88	Emociones placenteras en niñas	3,15
Emociones displacenteras en niños	1,52	Emociones displacenteras en niñas	1,41
Emociones placenteras en repetidores	2,94	Emociones placenteras en No Repetidores	3,04
Emociones displacenteras en repetidores	1,43	Emociones displacenteras en no repetidores	1,44

Figura 1: Promedio de los resultados obtenidos en el cuestionario inicial.

Si atendemos también a los alumnos repetidores y no repetidores, se pudo ver que los segundos tienen expectativas algo más positivas que sus compañeros y compañeras repetidores, puesto que los primeros tienen de media un 3,04 y los segundos un 2,94.

Por el contrario, sobre si creen que sus emociones serán displacenteras ambos piensan parecido, donde los no repetidores tienen una media de 1,44 y los repetidores de 1,43.

CUESTIONARIO SOBRE LAS EMOCIONES

A lo largo de tres semanas he realizado las cinco sesiones programadas de mi sesión a los alumnos/as de las tres clases de 4º de Educación Primaria. Tras cada una de ellas, cinco minutos antes de acabar la clase, les pasaba un cuestionario en el cual debían contestar qué emociones habían sentido en la sesión realizada. El cuestionario constaba de 10 emociones placenteras y sus 10 emociones displacenteras contrarias (ANEXO 3).

Tras recoger los resultados de las cinco sesiones señalo una visión global de las emociones experimentadas por todas las clases, seguido por una comparación entre niños/niñas y finalizando con una comparación entre repetidores y no repetidores.

RESULTADOS DE LOS CUESTIONARIOS DE LAS 5 SESIONES

Atendiendo a la recogida de datos y el posterior análisis de las categorías de respuesta seleccionadas, se muestra que la mayor parte de las emociones experimentadas por los alumnos/as han sido placenteras y positivas en las cinco sesiones realizadas de Expresión Corporal.

Todo esto se puede ver en la Figura 2, en la cual el número de alumnos que dice haber experimentado emociones placenteras es mayor que el número de alumnos que dice lo contrario y con ello haber experimentado emociones displacenteras o negativas.

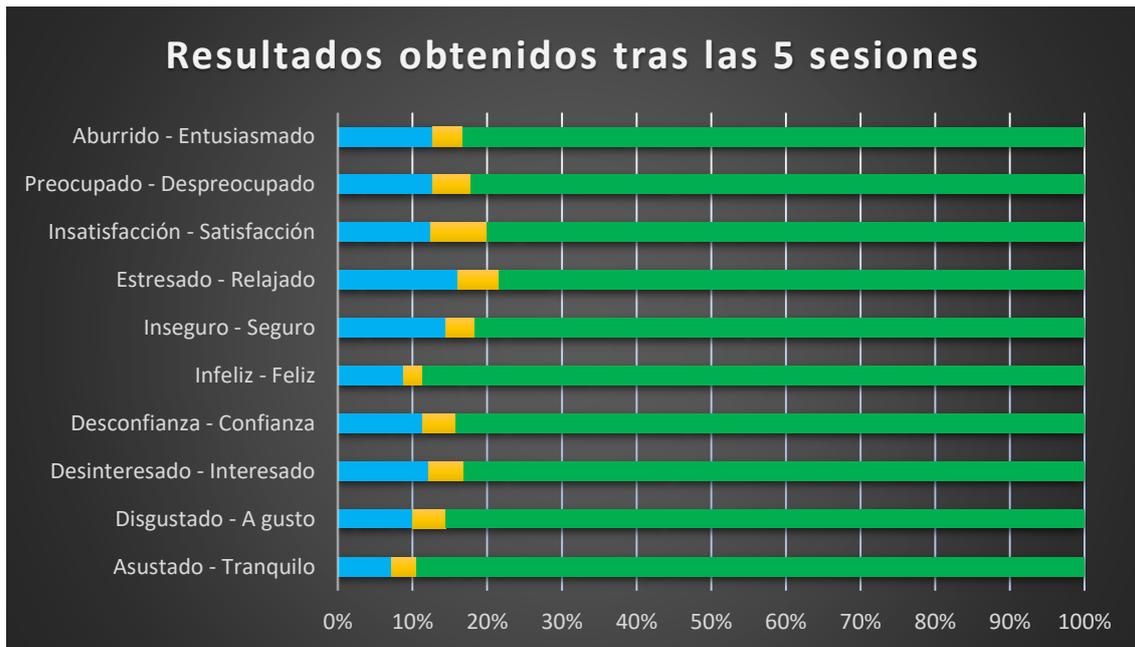


Figura 2: Resultados obtenidos tras las 5 sesiones.

- Azul: Emociones displacenteras.
- Amarillo: Emociones neutras.
- Verde: Emociones placenteras.

Recogiendo los datos de todos los alumnos y alumnas que han experimentado durante las 5 sesiones emociones positivas o placenteras, el porcentaje oscila entre un 89,47% de aquellos y aquellas que se han sentido “tranquilos/as” (algo, bastante o muy tranquilos/as) y el 78,40% de aquellos y aquellas que se sienten “relajados/as” (algo, bastante o muy relajados/as).

Por otro lado, atendiendo a los datos recogidos acerca de las emociones experimentadas negativas o displacenteras, estas han oscilado entre el 16,07 % de aquellos y aquellas que se han sentido “estresados/as” (algo, bastante y muy estresados/as) y el 7,2% de aquellos y aquellas que se han sentido “asustados/as” (algo, bastante y muy asustados/as).

Si nos centramos en las emociones experimentadas en mayor grado en las cinco sesiones realizadas, como se ve en la Figura 3, los porcentajes más altos corresponden a “tranquilo” con un 89,47%, seguido de “feliz” con un 88,64% y “a gusto” con un 85,60%. Por el otro lado, las emociones con los porcentajes más bajos, pero aun así elevados han sido “relajado” con un 78,40%, seguido de “satisfacción” con un 80,06% y “seguro” con un 81,71%.

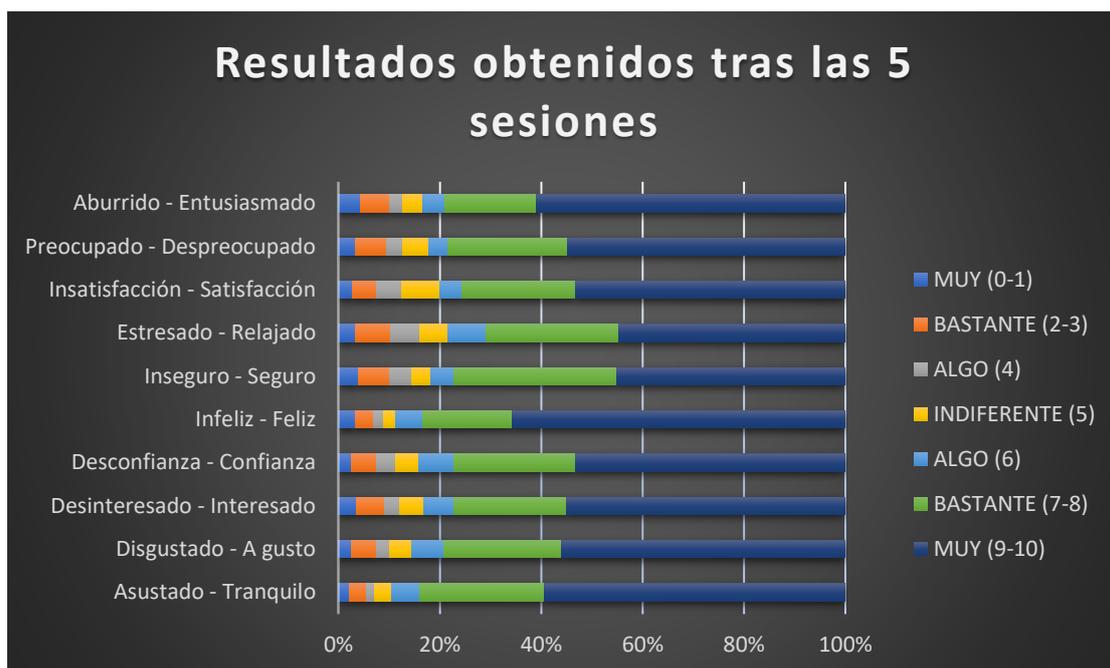


Figura 3: Resultados obtenidos tras las 5 sesiones

COMPARACIÓN DE LOS RESULTADOS: NIÑOS Y NIÑAS EN LAS 5 SESIONES

A continuación, realizo una comparación entre los resultados obtenidos por los niños y las niñas de las tres clases en las que realicé el estudio.

Atendiendo a la recogida de datos y el posterior análisis de las categorías de respuesta seleccionadas, se muestra que tanto alumnos como alumnas se aprecia, en su mayoría, a lo largo de las cinco sesiones un predominio de emociones placenteras (Figuras 4 y 5).

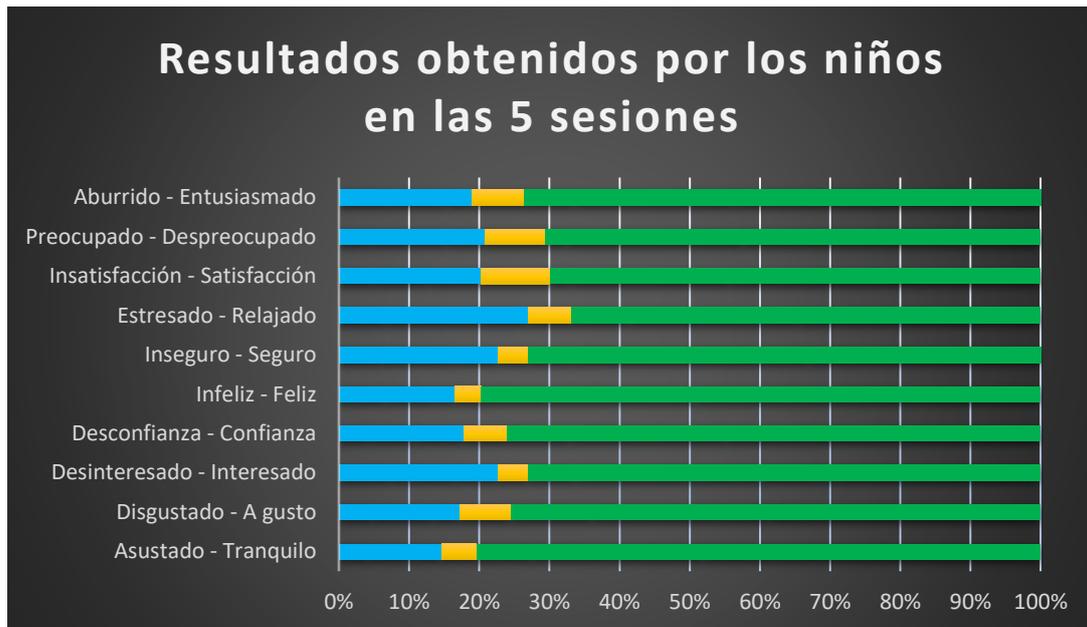


Figura 4: Resultados obtenidos por los niños en las 5 sesiones.

- Azul: Emociones displacenteras
- Amarillo: Emociones neutras
- Verde: Emociones placenteras.

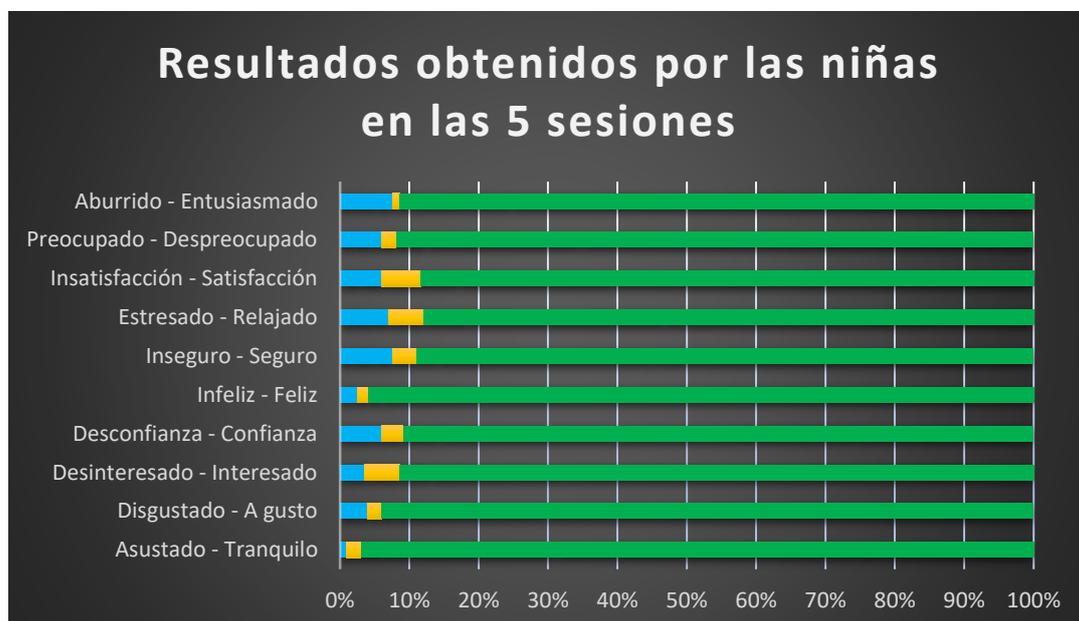


Figura 5: Resultados obtenidos por las niñas en las 5 sesiones.

- Azul: Emociones displacenteras
- Amarillo: Emociones neutras
- Verde: Emociones placenteras.

Partiendo de esto y haciendo una comparación entre niños y niñas, podemos comprobar que los primeros han tenido un porcentaje más bajo de emociones positivas o placenteras experimentadas que las segundas (figura 6), donde estos han obtenido un 73,87% de media por los 91,77% de media de las niñas.

A su vez, si nos fijamos en las emociones displacenteras obtenidas, comprobamos que los niños han experimentado mayores emociones negativas que las niñas, puesto que ellos han obtenido un 19,88% de media frente al 5,15% de las niñas. Los porcentajes de alumnos y alumnas que se han posicionado en un lugar neutro han sido el 6,26% de los niños frente al 3,08% de las niñas.

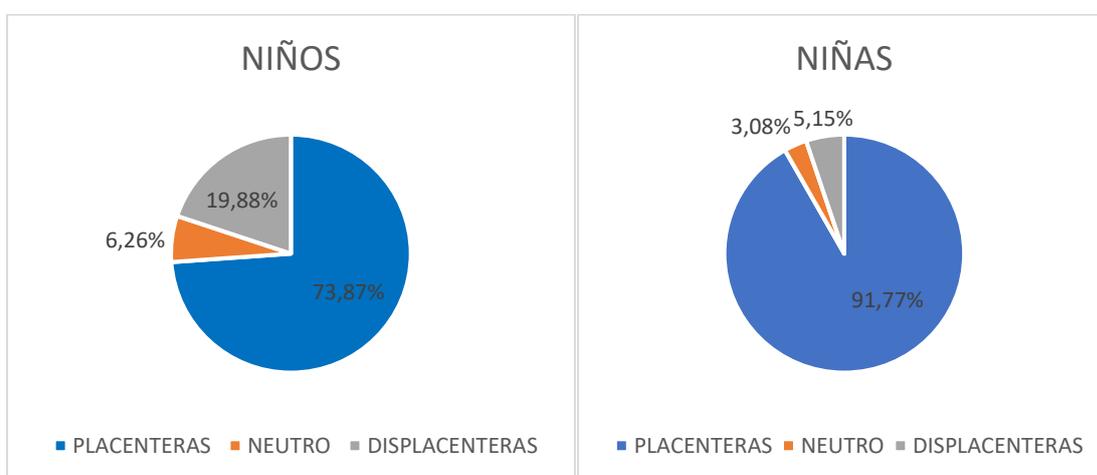


Figura 6: Resultados obtenidos de niños y niñas en las 5 sesiones.

En la figura 4 se puede comprobar que entre las emociones placenteras que más destacan los niños encontramos una amplia diferencia puesto que estas oscilan entre un 80,37% de aquellos que se han sentido “tranquilos” (algo, bastante o muy tranquilos) y un 66,87% de aquellos que se han sentido “relajados” (algo, bastante o muy relajados).

Por el contrario, si nos centramos en las emociones experimentadas por las niñas en estas sesiones, podemos ver en la figura 5 una mayor estabilidad emocional ya que sus emociones positivas o placenteras oscilan entre un 96,97% de aquellas que se han sentido “tranquilas” (algo, bastante o muy tranquilas) y el 87,88% de aquellas que se han sentido “relajadas” (algo, bastante o muy relajadas).

Por otro lado, atendiendo a los datos recogidos acerca de las emociones experimentadas negativas o displacenteras de los alumnos, podemos comprobar que estos oscilan entre

un 26,99% de aquellos que se han sentido “estresados” (algo, bastante o muy estresados) y un 14,72% de aquellos que se han sentido “asustados” (algo, bastante o muy asustados).

Por el contrario, atendiendo a las emociones negativas o displacenteras experimentadas por las alumnas en estas sesiones, nos encontramos que los porcentajes oscilan entre un 7,58% de aquellas que se han sentido “inseguras y aburridas” (algo, bastante o muy inseguro/ aburrido) y un 1,01% de aquellas que se han sentido “asustadas” (algo, bastante o muy asustadas).

Si nos fijamos en las emociones experimentadas en mayor grado en las cinco sesiones (Figuras 7 y 8), los porcentajes más altos de los niños corresponden a “tranquilo” con un 80,37%, seguido de “feliz” con un 79,75% y “confianza” con un 76,07%. Por el contrario, las emociones experimentadas en mayor grado por las niñas han sido “tranquila” con un 96,97%, seguido de “feliz” con un 95,96% y “a gusto” con un 93,94%.



Figura 7: Resultados obtenidos por los niños en las 5 sesiones

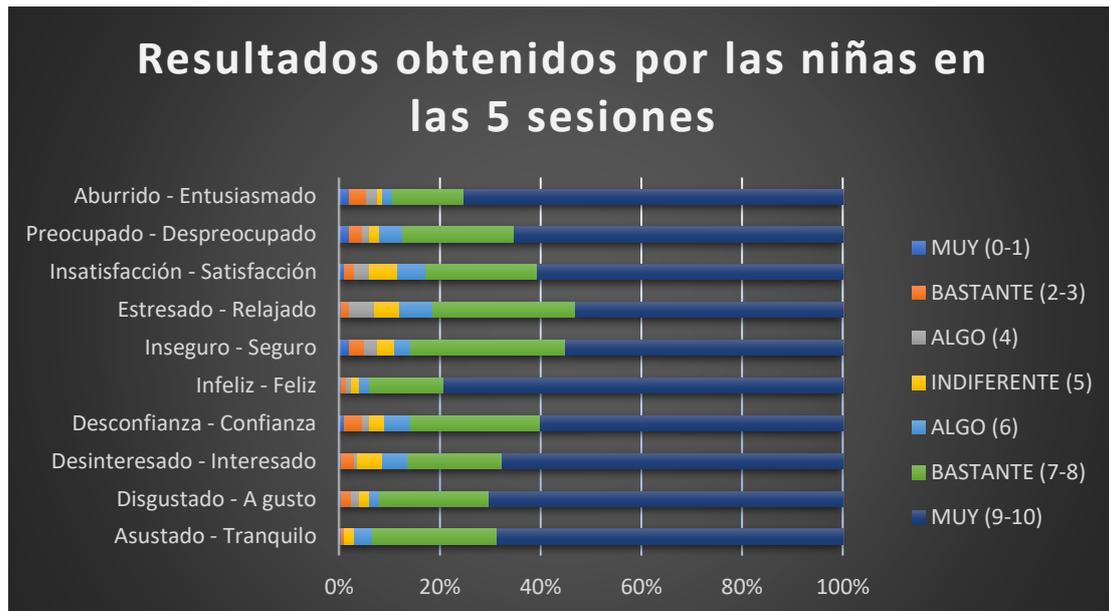


Figura 8: Resultados obtenidos por las niñas en las 5 sesiones.

COMPARACIÓN DE LOS RESULTADOS: REPETIDORE Y NO REPETIDORES EN LAS 5 SESIONES

A continuación, pasaré a realizar una comparación entre los resultados obtenidos por los alumnos y alumnas repetidores y no repetidores de las tres clases en las que realicé el estudio.

Atendiendo a la recogida de datos y el posterior análisis de las categorías de respuesta seleccionadas, se muestra que tanto alumnos repetidores como no repetidores han experimentado en gran medida a lo largo de las cinco sesiones realizadas emociones placenteras (Figuras 9 y 10).

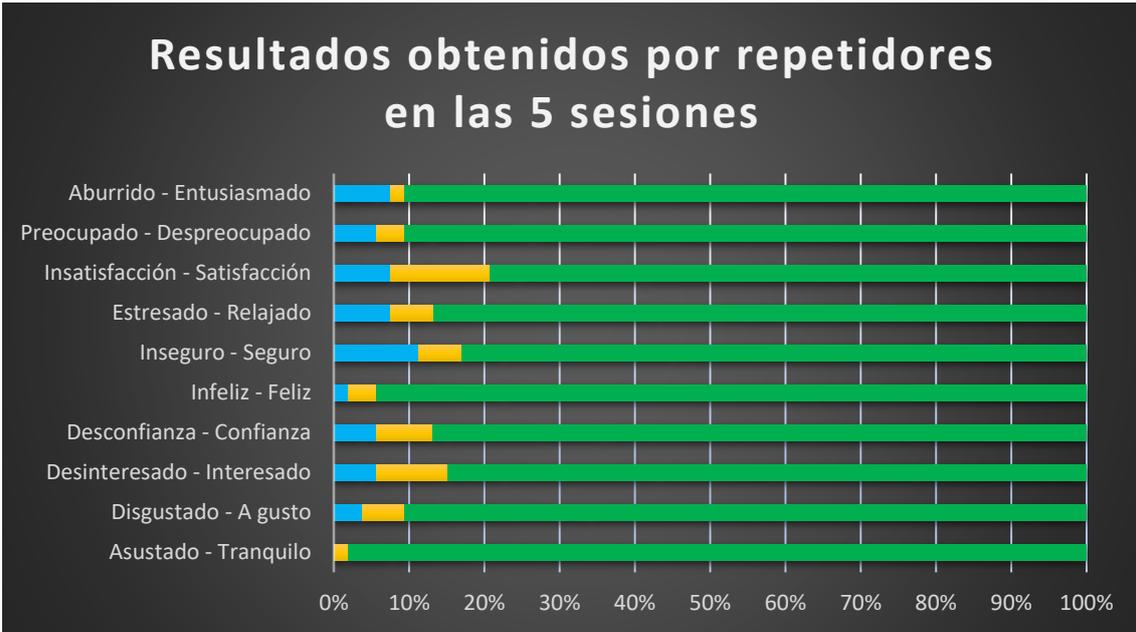


Figura 9: Resultados obtenidos por repetidores en las 5 sesiones.

- Azul: Emociones displacenteras
- Amarillo: Emociones neutras
- Verde: Emociones placenteras.



Figura 10: Resultados obtenidos por no repetidores en las 5 sesiones.

- Azul: Emociones displacenteras
- Amarillo: Emociones neutras
- Verde: Emociones placenteras.

Partiendo de esto y haciendo una comparación entre repetidores y no repetidores, podemos comprobar que los primeros han tenido un porcentaje más alto de emociones positivas o placenteras experimentadas que los no repetidores (como se puede ver en las figuras 11), donde los repetidores han obtenido un 88,49% de media por los 82,86% de media de los no repetidores.

A su vez, si nos fijamos en las emociones displacenteras obtenidas, los repetidores han experimentado menos emociones negativas que los no repetidores, puesto que los primeros han obtenido un 5,66% de media frente al 12,86% de los no repetidores. Los porcentajes de alumnos y alumnas repetidores y no repetidores que se han posicionado en un lugar neutro han sido el 5,85% de los repetidores frente al 4,29% de los no repetidores.

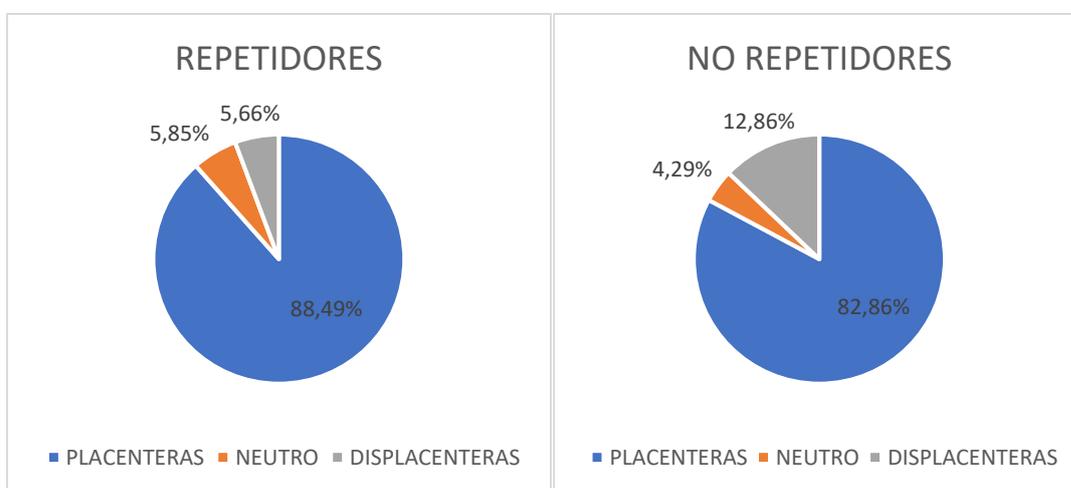


Figura 11: Resultados obtenidos de repetidores y no repetidores en las 5 sesiones.

En la figura 9 se puede comprobar que entre las emociones placenteras que más destacan de los repetidores oscilan entre un 98,11% de aquellos que se han sentido “tranquilos” (algo, bastante o muy tranquilos) y un 79,25% de aquellos que se han sentido “satisfechos” (algo, bastante o muy satisfechos).

Por el contrario, si nos centramos en las emociones experimentadas por los no repetidores en estas sesiones, podemos ver en la figura 10 cierta diferencia puesto que sus emociones positivas o placenteras oscilan entre un 87,99% de aquellos que se han sentido “tranquilos” (algo, bastante o muy tranquilos) y el 76,95% de aquellos que se han sentido “relajados” (algo, bastante o muy relajados). Por otro lado, sobre las emociones experimentadas negativas o displacenteras de los repetidores, estos oscilan entre un

11,32% de aquellos que se han sentido “inseguros” (algo, bastante o muy inseguros) y un 0,00% de aquellos que se han sentido “asustados” (algo, bastante o muy asustados).

Por el contrario, atendiendo a las emociones negativas o displacenteras experimentadas por los no repetidores en estas sesiones, nos encontramos que los porcentajes oscilan entre un 17,53% de aquellos que se han sentido “estresados” (algo, bastante o muy estresados) y un 8,44% de aquellos que se han sentido “asustados” (algo, bastante o muy asustados).

Si nos fijamos en las emociones experimentadas en mayor grado en las cinco sesiones (Figuras 12 y 13), los porcentajes más altos de los repetidores corresponden a “tranquilo” con un 98,11% y a “feliz” con un 94,34%. Por el contrario, las emociones experimentadas en mayor grado por los no repetidores han sido “tranquilo” con un 87,99% y “feliz” con un 87,66%.

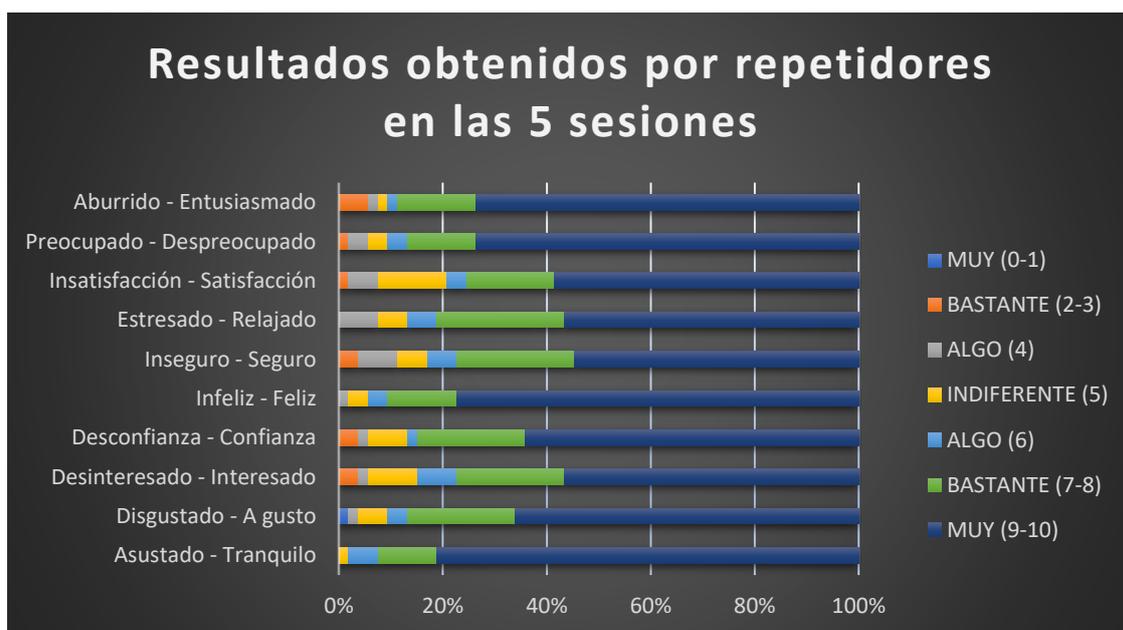


Figura 12: Resultados obtenidos por repetidores en las 5 sesiones.



Figura 13: Resultados obtenidos por no repetidores en las 5 sesiones.

6. DISCUSIÓN

A continuación, en este apartado me centraré en buscar las conexiones y comparar los resultados obtenidos tras las sesiones con distintos autores o estudios referentes a este tema. Para ello partiré del objetivo general: Conocer las emociones que están presentes en el alumnado de Educación Primaria, del centro objeto de estudio, a la hora de realizar actividades rítmicas de Expresión Corporal tras analizarlas y contrastarlas. Para luego analizar los objetivos específicos que parten de ese objetivo general.

En primer lugar, planteé el objetivo de conocer y contrastar la información obtenida sobre el conocimiento de la Expresión Corporal y sobre las emociones a través de un cuestionario. Esta información fue recogida a través de dos cuestionarios sencillos los cuales me sirvieron para ser conocedora de los conocimientos iniciales de los alumnos sobre la Expresión Corporal y sobre las emociones experimentadas en las distintas sesiones.

A partir de los resultados obtenidos, he podido ver reflejado en ellos que los alumnos no tenían inicialmente un concepto claro de Expresión Corporal. Considero que a través de la experiencia se ha conseguido adquirir unas nociones básicas sobre este. Estas nociones

coinciden con la definición dada por Sierra (2001, p.33), el cual dice que la Expresión Corporal es el *“contenido de la Educación Física caracterizado por la aceptación, búsqueda, concienciación, interiorización y utilización del cuerpo y de todas sus posibilidades para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como por un marcado objetivo de creatividad”*.

También lo vemos recogido en la definición dada por De Andrés (1993, p.11), el cual manifiesta que *“la Expresión Corporal no es más que la capacidad del cuerpo para manifestarse “como es” ante el mundo exterior con un lenguaje propio (el lenguaje del cuerpo) que viene configurado por gestos, expresiones faciales, movimientos, posturas y cambios posturales, etc.”*

A su vez, he visto reflejado que las emociones que mayoritariamente experimentan son placenteras, algo muy positivo para que los docentes se planteen trabajar más la Expresión Corporal en las aulas.

Por tanto, como conclusión, a partir del primer objetivo la experiencia ha servido para comprobar que los alumnos/as conocen mejor el concepto de Expresión Corporal y que han sido capaces también de identificar sus emociones (mayoritariamente placenteras) y ser conscientes de ello de cara a un mejor autoconocimiento.

El segundo objetivo fue posibilitar que el alumnado lograra un mejor autoconocimiento a partir de poder expresar sus emociones.

Revisando a Díaz (2015), el autoconocimiento es una herramienta clave y primordial a la hora de poder conseguir las metas que nos propongamos y los propósitos. Según los datos recogidos en la observación diaria, según avanzaban las sesiones, la mayoría de los alumnos tenían una idea más clara acerca de sus emociones experimentadas. En un principio dudaban más a la hora de poner en el cuestionario como se habían sentido, pero en las últimas sesiones identificaron mejor aquellas emociones que habían sentido durante la sesión, así como definían mejor sus metas.

Por tanto, como conclusión, a partir del segundo objetivo los alumnos han podido autoconocerse mejor a lo largo de las sesiones a partir de poder experimentar sus emociones y sentimientos.

El tercer objetivo relativo a mejorar la creatividad motriz a través de la Expresión Corporal, como parte de ese proceso de autoconocimiento.

Tras las primeras sesiones, se podía observar que el autoconocimiento de los alumnos iba mejorando, y ello traía consigo que los mismos realizaran movimientos más creativos, se soltaran más en ciertas actividades y expresaban de forma más directa sus emociones.

Este apartado tiene cierta relación con el objetivo anteriormente nombrado, puesto que gracias a conseguir auto conocerse mejor y a manejar más sus emociones, los alumnos fueron adquiriendo mayor grado de creatividad motriz a la hora de efectuar distintos bailes o movimientos. Este aspecto sobre la creatividad coincide con el concepto que señala Chacón (2005) en donde se valora la importancia de la creatividad.

Por tanto, como conclusión, a partir del tercer objetivo los alumnos, a través de lograr ir auto conociéndose mejor en las sesiones consiguieron expresar y mostrar una mayor creatividad motriz a través de bailes y movimientos rítmicos.

El cuarto objetivo marcado fue analizar si existen diferencias a nivel de género y edad respecto al desarrollo de las emociones experimentadas en las clases de Educación Física.

A partir de los resultados obtenidos, se ha podido comprobar que hay una gran diferencia entre las emociones experimentadas por los niños respecto a las niñas. Los primeros tienden a experimentar emociones menos placenteras o positivas que las segundas. A su vez, los alumnos repetidores tienen emociones más positivas o placenteras que los no repetidores.

Según Alvariñas y otros (2009), el género femenino se identifica en mayor medida con las actividades físicas de ritmo y expresión. Esto se aprecia a nivel emocional a la hora de ver qué emociones experimentaban en las clases, observando en el género femenino emociones más positivas que en el masculino.

Por tanto, como conclusión, a partir del cuarto objetivo se aprecia que las alumnas experimentan emociones más positivas o placenteras que los alumnos; y también los alumnos y alumnas repetidores experimentan emociones más positivas o placenteras que los no repetidores.

7. CONCLUSIONES

A continuación, recogeré las conclusiones del estudio:

- La experiencia ha servido para apreciar que los escolares han adquirido un mejor concepto de Expresión Corporal durante las sesiones y para ver que los alumnos han sido capaces de identificar sus emociones (mayoritariamente placenteras); siendo conscientes de ello de cara a auto conocerse mejor.
- Los alumnos han podido auto conocerse mejor a lo largo de las sesiones a partir de poder experimentar sus emociones y sentimientos.
- Los alumnos, a través de lograr ir auto conociéndose mejor en las sesiones, han conseguido expresar y mostrar una mayor creatividad motriz gracias a las actividades expresivas de bailes y movimientos rítmicos.
- Las niñas experimentan emociones más positivas o placenteras que los niños.
- Los alumnos y alumnas repetidores experimentan emociones más positivas o placenteras que los alumnos y las alumnas no repetidores.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvariñas, M., Fernández, M.A. y López, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. *Revista de investigación en educación*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3216408>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*. Recuperado de <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Castañer, M. (2002). *Expresión Corporal y Danza*. Barcelona, España: Inde.
- Chacón, Y. (20 de junio de 2005). Una revisión crítica del concepto de creatividad. *Actualidades investigativas en educación*. Recuperado de <http://www.redalyc.org:9081/html/447/44750106/>
- Contreras, O.R. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. Barcelona, España: Inde.

- De Andrés, M. N. (1993). *La expresión corporal en el segundo ciclo de Educación Infantil*. Salamanca, España: Amarú Ediciones.
- DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. BOCYL 142 de 25 de julio de 2016. BOCYL – D-25072016-23.
- Díaz, P. (27 de junio de 2015). Autoconocimiento personal: 3 herramientas para conocerte mejor [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/autoconocimiento-personal-3-herramientas-para-conocerte-mejor/>
- Enguidanos, M.J. (2004). *Expresión Corporal. Aproximación teórica y técnicas aplicables en el aula*. Vigo, España: Ideas propias.
- Fernández, D. (2009). El Esquema Corporal en niños y niñas. *Revista digital innovación y experiencias educativas*. Recuperado de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_14/DAVID_FERNANDEZ_1.pdf
- Fernández, J.C., Mercado, F. y Sánchez, M.D. (2003). Teoría y práctica psicomotora de la orientación y localización espacial. *Efdeportes*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd59/espac.htm>
- García, H. M. (1997). *La danza en la escuela*. Barcelona, España: Inde.
- García, L.M. y Gutiérrez, D. (2002). Análisis y estructuración de los contenidos de Expresión Corporal. *Revista de la Escuela Universitaria de Magisterio de Toledo*. Recuperado de <https://ruidera.uclm.es/xmlui/handle/10578/7514?show=full>
- Gil-Madrona, P. y Martínez, M. (2016). Emociones percibidas en Educación Física en 6º curso de primaria. *Educación XXI*. 19(2), 179-204.
- González, I. (2015). *La Expresión Corporal en Educación Primaria y su importancia en Educación Física* (Tesis de pregrado). Universidad de Salamanca.
- Lapierre, A. y Aucouturier, B. (1985). *Simbología del movimiento: Psicomotricidad y Educación*. Barcelona: Científico Médica.

- Learreta, B. (2004, agosto). Diferentes interpretaciones del ritmo como contenido de Expresión Corporal. *EFdeportes*, Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd75/ritmo.htm>
- Le Boulch, J. (1970). *Educación por el movimiento*. Barcelona: Paidós.
- Le Boulch, J. (1984). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Inde.
- Ley 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. (BOE nº 238, de 4 de octubre de 1990).
- Ley 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (BOE nº 106, de 4 de mayo de 2006).
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa. BOE 295 de 10 de diciembre de 2013. BOE-A-2013-12886.
- Montávez, M. (2011). *La Expresión corporal en la realidad educativa. Descripción y análisis de su enseñanza como punto de referencia para la mejora de la calidad docente en los centros públicos de la Educación Primaria de la ciudad de Córdoba*. (Tesis doctoral). Universidad de Córdoba.
- Muñoz, D. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. *EFdeportes*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. BOE 25 de 29 de enero de 2015. BOE –A-2015-738.
- Pelegrín, A. (1996). *Personalización en la Educación Física*. Madrid: Rialp.
- Picq, L. y Vayer, P. (1977). *Educación psicomotriz y retraso mental*. Barcelona: Científico-Médica
- Real Academia Española (RAE). *Diccionario de la Lengua Española*. Recuperado de <http://www.rae.es/>
- REAL DECRETO 1939/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales. BOE 260 de 30 de octubre de 2007. BOE-A-2007-18770.
- Reyes, A. (17 de octubre de 2012). ¿Qué son las emociones y para qué sirven? [Mensaje en un blog]. Recuperado de

<http://www.psicoemocionat.com/1/post/2012/10/qu-son-las-emociones-y-para-qu-sirven.html>

- Ruano, K. (2004). *La influencia de la Expresión Corporal sobre las emociones: Un estudio experimental*. (Tesis doctoral). Universidad Politécnica de Madrid.
- Ruibal, O. y Serrano, A. (2001). *Respira unos minutos*. Barcelona: Inde.
- Sierra, M. A. (2001). *La Expresión Corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física*. (Tesis Doctoral). Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Sierra, M. A. (2007, diciembre). El cuerpo en la educación física: algunas aportaciones e invitación a la reflexión. *Efdeportes*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd115/el-cuerpo-en-la-educacion-fisica.htm>
- Televisión online de la Universidad de Sevilla (Productor). (2017). *El componente “espacio” en la Expresión Corporal en la infancia*. De <http://tv.us.es/el-componente-espacio-en-la-expresion-corporal-en-la-infancia/>
- Vallejo, G. (1984). *El ritmo en la Educación Física*. Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/23099/19018>
- Vayer, P. (1985): *El niño frente al mundo*. Barcelona: Científico-Médica.
- Vázquez, F.J. (2014). Expresión Corporal en 3º. [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.elvalordelaeducacionfisica.com/expresion-corporal-en-3o/>
- Vega, C.A. (2014). *Música y Educación Física: El ritmo que nos une*. (Tesis de pregrado). Universidad de Valladolid.
- Vicente, G., Ureña, N., Gómez, M. y Carrillo, J. (2010, 1º semestre). La danza en el ámbito educativo. *Redalyc*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/3457/345732283009/>
- Wallon, H. (1970). *La evolución psicológica del niño*. Buenos Aires: Psique.

9. ANEXOS

ANEXO 1: SESIONES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

Cada sesión tendrá una duración de 60 minutos. A eso hay que restarle en tiempo que tardamos en recoger a los alumnos de clase y bajar al patio o al polideportivo. En total hay que planificar para unos 50 minutos.

SESIÓN 1: OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN:

OBJETIVOS	CONTENIDOS	TAREAS DE E-A	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia del calentamiento a la hora de realizar actividades rítmico expresivas - Conocer qué es la Expresión Corporal y cómo se puede trabajar. - Comunicar a través del cuerpo ideas y sentimientos utilizando distintos recursos expresivos corporales. - Reproducir con ayuda del cuerpo estructuras rítmicas sencillas y de fácil ejecución. - Ser consciente de la realidad corporal propia y de los compañeros que participen en las actividades expresivas 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento específico de Expresión Corporal. - El gesto y el movimiento como vehículo de expresión y comunicación. - Creatividad y espontaneidad - Desarrollo del ritmo a partir de la música - Coordinación - Sincronización - Trabajo individual, colaborativo en parejas y en grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de nociones básicas de Expresión corporal y de cómo vamos a trabajarlo. - Calentamiento - Dinámica grupal para comenzar a perder la vergüenza. - Trabajo en parejas de imitación siguiendo distintos ritmos - Seguir ritmos con distintas partes del cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de un calentamiento adecuado a la sesión de Expresión Corporal. - Ser capaz de decir que es la Expresión Corporal y su forma de trabajarlo. - Es capaz de realizar representaciones utilizando los recursos expresivos corporales individualmente y de forma cooperativa. - Es capaz de realizar diferentes movimientos expresivos con ayuda de la música tanto de forma individual como cooperativa. - Respeta el nivel motriz y la realidad corporal de los compañeros de clase a la hora de realizar actividades de Expresión Corporal.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES

MATERIALES DE LA SESIÓN:

- Reproductor de música

INTRODUCCIÓN A LA UNIDAD DIDÁCTICA	15 min	Explicación y cuestionario inicial	Explicación inicial de lo que va a acontecer en las próximas sesiones y realización de un cuestionario inicial.
CALENTAMIENTO / PARTE INICIAL	10 min	“Yo tengo un tic”	<p>Para comenzar, a modo de calentamiento y de iniciación de la Unidad Didáctica se realizará una dinámica grupal. En esta actividad la profesora comenzará siendo una animadora haciendo a los alumnos seguir sus indicaciones. La dinámica es muy sencilla, dice así:</p> <p><i>“Yo tengo un tic”</i> <i>“tic tic”</i> <i>“he llamado al doctor”</i> <i>“me ha dicho que mueva.... <u>la mano derecha</u>”</i></p> <p>A cada frase que dice la profesora, los alumnos deber repetir lo dicho, y en el momento que diga que parte del cuerpo mover, los alumnos deben repetirlo e imitarlo.</p> <p>Cada vez será un alumno quien diga este estribillo y quien vaya cambiando de movimiento.</p>

			<p>A la par que van repitiendo, los alumnos deben chasquear los dedos al ritmo de la canción.</p> <p>En esta actividad trabajaremos dos competencias: la competencia social y cívica con la que se busca que tengan el sentido de responsabilidad presente y que sean conscientes de que el calentamiento es una parte muy importante de la sesión; y la de conciencia y expresiones culturales a la hora de llevar la iniciativa, poner interés en la actividad y tener un comportamiento que favorezca la convivencia social entre los alumnos y alumnas.</p>
PARTE PRINCIPAL	10 min	“El espejo”	<p>En la siguiente actividad se dispondrán a los alumnos en parejas. Estando frente a frente, uno de los dos alumnos se moverá siguiendo el ritmo de la música que se les ponga y el otro deberá imitar sus pasos al mismo ritmo. Al rato se cambiará de rol.</p> <p>Música utilizada:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Yo quiero marcha marcha. Película Madagascar. 2. 5ª sinfonía. Autor: Beethoven. 3. Let her go. Autor: Passengers. 4. Happy. Autor: Pharrell Williams. <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y</p>

			expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, el apoyo entre compañeros y la creatividad.
PARTE FINAL	10 min	Solo con una parte	<p>Se distribuyen todos los alumnos por el aula de psicomotricidad o polideportivo. Se les dará la indicación de bailar al ritmo de la música solamente con la parte del cuerpo que indique el profesor. Esta dinámica irá cambiando a medida que el profesor vaya cambiando de parte del cuerpo.</p> <p>Música utilizada:</p> <p>1. La La La. Shakira.</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la iniciativa creadora personal, la libertad de expresión a la hora de realizar los movimientos que cada alumno considere y la capacidad creativa.</p>
	5 min		Los alumnos contestan el cuestionario entregado por la profesora.

SESIÓN 2: OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN:

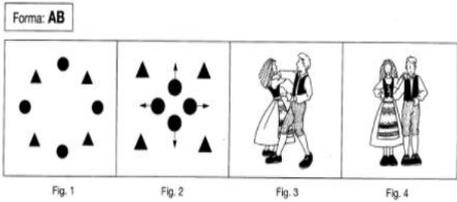
OBJETIVOS	CONTENIDOS	TAREAS DE E-A	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia del calentamiento a la hora de realizar actividades rítmico expresivas - Comunicar a través del cuerpo ideas y sentimientos utilizando distintos recursos expresivos corporales. - Reproducir con ayuda del cuerpo estructuras rítmicas sencillas y de fácil ejecución - Ser consciente de la realidad corporal propia y de los compañeros que participen en las actividades expresivas 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento específico de Expresión Corporal. - Representación de papeles y roles utilizando la mímica y el lenguaje corporal. - El gesto y el movimiento como vehículo de expresión y comunicación. - Creatividad y espontaneidad - Bailes y danzas sencillas. - Desarrollo del ritmo a partir de la música - Coordinación - Sincronización. - Trabajo individual, colaborativo en parejas y en grupo. - Actividad final de relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento al ritmo de distintas músicas. - Ejecutar un baile popular irlandés. - Interpretar un cuento expresándose con el cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de un calentamiento adecuado a la sesión de Expresión Corporal. - Es capaz de realizar representaciones utilizando los recursos expresivos corporales individualmente y de forma cooperativa. - Realiza bailes y coreografías guiadas por el profesor/a. - Es capaz de realizar diferentes movimientos expresivos con ayuda de la música tanto de forma individual como cooperativa - Respeta el nivel motriz y la realidad corporal de los compañeros de clase a la hora de realizar actividades de Expresión Corporal.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES

MATERIALES DE LA SESIÓN:

- Reproductor de música

CALENTAMIENTO / PARTE INICIAL	10 min	“A lo loco”	<p>Se distribuyen todos los alumnos por el espacio. Se les dará la indicación de moverse al ritmo de la música que escuchen, expresando lo que les sugiera esta, la cual irá variando en velocidad y ritmo.</p> <p>Música utilizada:</p> <ol style="list-style-type: none">1. My heart will go on. Celine Dion.2. Bring me to life. Evanescence.3. 20 de abril. Celtas cortos.4. Música Benny Hill show <p>En esta actividad trabajaremos dos competencias: la competencia social y cívica con la que se busca que tengan el sentido de responsabilidad presente y que sean conscientes de que el calentamiento es una parte muy importante de la sesión; y la competencia de conciencia y expresiones culturales favoreciendo la iniciativa creadora personal, la capacidad de expresión personal y la habilidad comunicativa.</p>
PARTE PRINCIPAL	25 min	Baile irlandés:	A continuación, realizarán una danza sencilla irlandesa en la que participarán todos juntos y a la vez

		CIRCASSIA N CIRCLE	<p>trabajarán en parejas. Los pasos son los siguientes:</p> <p>https://danzasdelmundo.wordpress.com/category/031-circassian-circle-irlanda/</p>  <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad estética, de expresión y la habilidad de cooperación y de sentido estético.</p>
PARTE FINAL	10 min	Cuento representado: Las marionetas	<p>Todos los alumnos y alumnas se colocan repartidos por una zona delimitada del polideportivo o de la sala de psicomotricidad. La profesora ira contando una historia la cual deberán seguir, realizando las instrucciones y acciones que en ella se dan.</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, el interés y la imaginación.</p>
	5 min		Los alumnos contestan el cuestionario entregado por la profesora.

SESIÓN 3: OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN:

OBJETIVOS	CONTENIDOS	TAREAS DE E-A	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia del calentamiento a la hora de realizar actividades rítmico expresivas. - Conocer qué es la Expresión Corporal y cómo se puede trabajar. - Comunicar a través del cuerpo ideas y sentimientos utilizando distintos recursos expresivos corporales. - Reproducir con ayuda del cuerpo estructuras rítmicas sencillas y de fácil ejecución. - Ser consciente de la realidad corporal propia y de los compañeros que participan en las actividades expresivas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento específico de Expresión Corporal. - Representación de papeles y roles utilizando la mímica y el lenguaje corporal. - El gesto y el movimiento como vehículo de expresión y comunicación. - Creatividad y espontaneidad - Desarrollo del ritmo a partir de la música - Coordinación - Sincronización. - Trabajo individual y colaborativo en parejas. - Actividad final de relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento. - Realización de bailes y ritmos con globos. - Imitar a los compañeros de clase a la hora de realizar bailes y ritmos. - Moverse al ritmo del pandero interpretando una historia o acción. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de un calentamiento adecuado a la sesión de Expresión Corporal. - Ser capaz de decir que es la Expresión Corporal y su forma de trabajarlo. - Es capaz de realizar representaciones utilizando los recursos expresivos corporales individualmente y de forma cooperativa. - Es capaz de realizar diferentes movimientos expresivos con ayuda de la música tanto de forma individual como cooperativa. - Respetar el nivel motriz y la realidad corporal de los compañeros de clase a la hora de realizar actividades de Expresión Corporal.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES

MATERIALES DE LA SESIÓN:

- Reproductor de música
- Globos
- Un pandero

CALENTAMIENTO/ PARTE INICIAL	10 min	Calentamos como animales	<p>Todos los alumnos se distribuyen por el polideportivo o la sala de psicomotricidad. La profesora nombrará a un alumno, y éste tendrá que hacer el movimiento de un animal al ritmo de la música. Seguidamente, todos lo imitarán hasta que la profesora indique al alumno que nombre a otro compañero para que realice el movimiento de un animal diferente.</p> <p>Música utilizada:</p> <p>1. Baha men – Who let the dogs out</p> <p>En esta actividad trabajaremos dos competencias: la competencia social y cívica con la que se busca que tengan el sentido de responsabilidad presente y que sean conscientes de que el calentamiento es una parte muy importante de la sesión; y la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la iniciativa creadora personal, la capacidad de expresión personal y la habilidad comunicativa.</p>
---	-----------	--------------------------------	---

PARTE PRINCIPAL	10 min	Baile con globos	<p>En esta actividad se pondrán los alumnos y alumnas por parejas. La actividad consistirá en bailar al ritmo de la música sujetando un globo hinchado con las partes del cuerpo que indique la profesora:</p> <ul style="list-style-type: none"> - con un dedo / dos dedos / una mano / las dos manos - entre espaldas - entre lado y lado de los dos - entre barrigas <p>Música utilizada:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jax jones you don't know me 2. Jennifer López-Papi 3. Pink- What about us <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la cooperación entre compañeros con un objetivo común, comportamientos que favorecen la convivencia social y la imaginación.</p>
	15 min	Los imitadores	<p>Con música de diferente tipo, los alumnos irán saliendo al “escenario” en parejas, para que el resto de la clase los imite.</p> <p>El escenario será el centro de un corro que formarán los alumnos.</p> <p>Los alumnos deberán intentar transmitir lo que les sugiere la canción con gestos y movimientos expresivos.</p>

			<p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones culturales a la hora de llevar la iniciativa, poner interés en la actividad y tener un comportamiento que favorezca la convivencia social entre los alumnos y alumnas.</p>
PARTE FINAL	10 min	Palomitas de maíz	<p>Todos los alumnados tumbados en el suelo y encogidos deberán imaginar que son granos de maíz en una sartén gigante. A medida que el profesor va marcando ritmos con el pandero, los alumnos irán sintiendo más calor y deberán simular que empiezan a explotar y a botar por toda la sartén. Han de juntarse realizando una gran bola de palomitas y utilizando sonidos onomatopéyicos.</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, el interés y la imaginación.</p>
	5 min		<p>Los alumnos contestan el cuestionario entregado por la profesora.</p>

SESIÓN 4: OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN:

OBJETIVOS	CONTENIDOS	TAREAS DE E-A	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia del calentamiento a la hora de realizar actividades rítmico expresivas - Comunicar a través del cuerpo ideas y sentimientos utilizando distintos recursos expresivos corporales. - Reproducir con ayuda del cuerpo estructuras rítmicas sencillas y de fácil ejecución - Ser consciente de la realidad corporal propia y de los compañeros que participen en las actividades expresivas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento específico de Expresión Corporal. - Representación de papeles y roles utilizando la mímica y el lenguaje corporal. - El gesto y el movimiento como vehículo de expresión y comunicación. - Creatividad y espontaneidad. - Bailes y danzas sencillas. - Desarrollo del ritmo a partir de la música. - Coordinación. - Sincronización. - Trabajo individual y colaborativo en grupo. - Actividad final de relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento. - Realización de una coreografía. - Interpretar un cuento expresándose con el cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de un calentamiento adecuado a la sesión de Expresión Corporal. - Realiza bailes y coreografías guiadas por el profesor/a. - Es capaz de realizar representaciones utilizando los recursos expresivos corporales individualmente y de forma cooperativa. - Es capaz de realizar diferentes movimientos expresivos con ayuda de la música tanto de forma individual como cooperativa. - Respeta el nivel motriz y la realidad corporal de los compañeros de clase a la hora de realizar actividades de Expresión Corporal.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES

MATERIALES DE LA SESIÓN:

- Reproductor de música

CALENTAMIENTO / PARTE INICIAL	10 min	La estatua sentimental	<p>Al ritmo de la música se baila libremente hasta que la música se pare. Entonces tenemos que hacer una estatua perfecta (fijar la mirada en un punto y paralizar todos los miembros del cuerpo).</p> <p>Los alumnos tendrán que adaptarse a la música y al sentimiento o situación que se diga.</p> <p>Por ejemplo: Cansado, miedo, alegre, triste, sorpresa, etc.</p> <p>Música utilizada:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Todos los días sale el sol. Bongo Botrako.2. Álvaro Soler- Sofía <p>En esta actividad trabajaremos dos competencias: la competencia social y cívica con la que se busca que tengan el sentido de responsabilidad presente y que sean conscientes de que el calentamiento es una parte muy importante de la sesión; y la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, la libertad de expresión y la capacidad de iniciativa creadora.</p>
--	-----------	---------------------------	---

PARTE PRINCIPAL	25 min	Inicio de baile	<p>La profesora comenzará a enseñar una coreografía a los alumnos y alumnas. Estos deberán seguir sus pasos e intentar memorizarlos.</p> <p>Música utilizada:</p> <p>1. Instruction-Jax Jones https://www.youtube.com/watch?v=kXFO_W8fAFw</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad estética, de expresión y las habilidades comunicativas y de sentido estético.</p>
PARTE FINAL	10 min	Cuento representado: Náufragos	<p>Todos los alumnos y alumnas se colocan repartidos por una zona delimitada del polideportivo o de la sala de psicomotricidad. La profesora ira contando una historia la cual deberán seguir, realizando las instrucciones y acciones que en ella se dan.</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, el interés y la imaginación.</p>
	5 min		<p>Los alumnos contestan el cuestionario entregado por la profesora.</p>

SESIÓN 5: OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN:

OBJETIVOS	CONTENIDOS	TAREAS DE E-A	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la importancia del calentamiento a la hora de realizar actividades rítmico expresivas. - Comunicar a través del cuerpo ideas y sentimientos utilizando distintos recursos expresivos corporales. - Reproducir con ayuda del cuerpo estructuras rítmicas sencillas y de fácil ejecución. - Ser consciente de la realidad corporal propia y de los compañeros que participen en las actividades expresivas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento específico de Expresión Corporal. - El gesto y el movimiento como vehículo de expresión y comunicación. - Creatividad y espontaneidad. - Bailes y danzas sencillas. - Desarrollo del ritmo a partir de la música. - Coordinación. - Sincronización. - Trabajo individual, colaborativo en parejas y en grupo. - Actividad final de relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento. - Realización de una coreografía. - Realización de figuras e imitación de las mismas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de un calentamiento adecuado a la sesión de Expresión Corporal. - Es capaz de realizar representaciones utilizando los recursos expresivos corporales individualmente y de forma cooperativa. - Realiza bailes y coreografías guiadas por el profesor/a. - Es capaz de realizar diferentes movimientos expresivos con ayuda de la música tanto de forma individual como cooperativa. - Respeta el nivel motriz y la realidad corporal de los compañeros de clase a la hora de realizar actividades de Expresión Corporal.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES

MATERIALES DE LA SESIÓN:

- Reproductor de música

CALENTAMIENTO / PARTE INICIAL	10 min	La serpiente bailarina	<p>Se forman cinco grupos y se colocan en fila de tal forma que los miembros de cada grupo estén uno detrás de otro. El primero de la fila será la cabeza de la serpiente, el cual deberá moverse al ritmo de la música y los demás compañeros serán el cuerpo de la misma que deberán seguir los pasos de la cabeza. Cuando el profesor lo indique, la cabeza pasará a ponerse la última en la fila y el compañero/a que estaba en segundo lugar será la nueva cabeza y así sucesivamente.</p> <p>Música:</p> <ul style="list-style-type: none">1- Álvaro Soler- La cintura2- Efecto Pasillo-Salvajes Irracionales3- Efecto Pasillo- Cuando me siento bien. <p>En esta actividad trabajaremos dos competencias: la competencia social y cívica con la que se busca que tengan el sentido de responsabilidad presente y que sean conscientes de que el calentamiento es una parte muy importante de la sesión; y la competencia de conciencia y expresiones culturales favoreciendo</p>
--	-----------	---------------------------	--

			la capacidad de iniciativa creadora, la capacidad de expresión, las habilidades de comunicación y cooperación y el interés.
PARTE PRINCIPAL	20 min	Continuación del baile y ensayo final	<p>Continuación del baile enseñado en la session anterior:</p> <p>Instruction-Jax Jones</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=kXFO_W8fAFw</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad estética, de expresión y las habilidades comunicativas y de sentido estético.</p>
PARTE FINAL	10 min	Adivina adivinanza	<p>Los alumnos se pondrán en parejas. Uno de ellos deberá taparse los ojos. El otro adoptará una posición determinada y su compañero mediante el tacto deberá adivinar en qué postura se encuentra y representarla a su vez con su cuerpo. Se cambiará de rol varias veces.</p> <p>En esta actividad buscaremos adquirir la competencia de conciencia y expresiones corporales favoreciendo la capacidad de expresión, el interés y la imaginación.</p>
	10 min		<p>Los alumnos contestan el cuestionario entregado por la profesora.</p> <p>Evaluación final de las sesiones</p>

ANEXO 2: CUESTIONARIO INICIAL

CUESTIONARIO INICIAL

Con el fin de estudiar las emociones que residen en los alumnos a la hora de realizar una serie de actividades rítmico-expresivas en Educación Física, te pedimos que contestes a este cuestionario de la forma más sincera posible.

NOMBRE:

SEXO:

H	M
---	---

 EDAD:

¿ERES REPETIDOR/A?:

SI	NO
----	----

¿Sabrías definir que es la Expresión Corporal?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Si es que sí pon algún ejemplo de actividades de Expresión Corporal que hayas realizado alguna vez:

.....
.....
.....
.....

A continuación, rellena el siguiente cuestionario en el que aparecen una serie de emociones placenteras y displacenteras según las emociones que crees que experimentarás a la hora de hacer actividades de ritmo y baile en la siguiente unidad que llevaremos a cabo, siendo 1- Nada de acuerdo, 2- Poco de acuerdo, 3- De acuerdo, 4- Muy de acuerdo:

	1	2	3	4
1. Satisfacción				
2. Complacido				
3. Alegría				
4. Felicidad				
5. Cariño				
6. Entusiasmo				
7. Confianza				
8. Orgullo				
9. A gusto				
10. Tranquilidad				
11. Despreocupación				
12. Contento				
13. Eficacia				
14. Placidez				
15. Motivado				
16. Relajado				
17. Infelicidad				
18. Disgustado				
19. Miedo				
20. Impotencia				
21. Indignación				
22. Ansiedad				
23. Inseguridad				
24. Confusión				
25. Desánimo				
26. Aburrido				
27. Desinteresado				
28. Asustado				
29. Preocupado				
30. Desinteresado, desmotivado.				

*Cuestionario sobre las percepciones socio-emocionales experimentadas durante las clases de Educación Física (Gil-Madrona & Martínez, 2016)

ANEXO 3: CUESTIONARIO EMOCIONAL

CUESTIONARIO EMOCIONAL

NOMBRE:

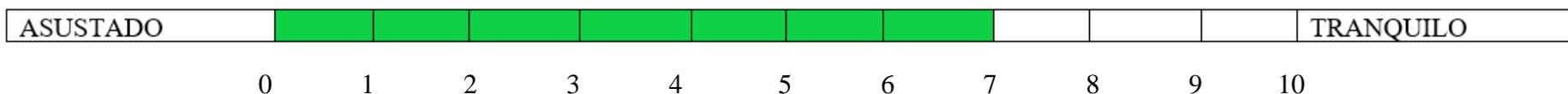
.....

SEXO: H M EDAD:

¿ERES REPETIDOR/A?: SI NO

Rellena con color las casillas que creas necesario según las emociones y sentimientos que has experimentado durante la realización de esta sesión, siendo 0 emociones displacenteras y 10 emociones placenteras.

Por ejemplo:



ASUSTADO												TRANQUILO
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ASUSTADO												TRANQUILO
DISGUSTADO												A GUSTO
DESINTERESADO												INTERESADO
DESCONFIANZA												CONFIANZA
INFELIZ												FELIZ
INSEGURO												SEGURO
ESTRESADO												RELAJADO
INSATISFACCIÓN												SATISFACCIÓN
PREOCUPADO												DESPREOCUPADO
ABURRIDO												ENTUSIASMADO

ANEXO 4: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE LAS CLASES EN LAS 5 SESIONES

PORCENTAJE DE PUNTUACIONES PROMEDIAS DE LAS CLASES EN LAS 5 SESIONES							
	MUY (0-1)	BASTANTE (2-3)	ALGO (4)	INDIFERENTE (5)	ALGO (6)	BASTANTE (7-8)	MUY (9-10)
Asustado - Tranquilo	2,22%	3,32%	1,66%	3,32%	5,54%	24,65%	59,28%
Disgustado - A gusto	2,49%	4,99%	2,49%	4,43%	6,37%	23,27%	55,96%
Desinteresado - Interesado	3,60%	5,54%	3,05%	4,71%	5,82%	22,16%	55,12%
Desconfianza - Confianza	2,49%	4,99%	3,88%	4,43%	6,93%	24,10%	53,19%
Infeliz - Feliz	3,32%	3,60%	1,94%	2,49%	5,26%	17,73%	65,65%
Inseguro - Seguro	3,88%	6,09%	4,43%	3,88%	4,43%	32,13%	45,15%
Estresado - Relajado	3,32%	6,93%	5,82%	5,54%	7,48%	26,32%	44,60%
Insatisfacción - Satisfacción	2,77%	4,71%	4,99%	7,48%	4,43%	22,44%	53,19%
Preocupado - Despreocupado	3,32%	6,09%	3,32%	4,99%	3,88%	23,55%	54,85%
Aburrido - Entusiasmado	4,43%	5,54%	2,77%	3,88%	4,43%	18,01%	60,94%

ANEXO 5: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE LOS NIÑOS EN LAS 5 SESIONES

PORCENTAJE DE PUNTUACIONES PROMEDIAS DE LOS NIÑOS EN LAS 5 SESIONES							
	MUY (0-1)	BASTANTE (2-3)	ALGO (4)	INDIFERENTE (5)	ALGO (6)	BASTANTE (7-8)	MUY (9-10)
Asustado - Tranquilo	4,29%	6,75%	3,68%	4,91%	7,98%	24,54%	47,85%
Disgustado - A gusto	4,91%	8,59%	3,68%	7,36%	11,66%	25,15%	38,65%
Desinteresado - Interesado	7,36%	9,20%	6,13%	4,29%	6,75%	26,38%	39,88%
Desconfianza - Confianza	4,29%	6,75%	6,75%	6,13%	9,20%	22,09%	44,79%
Infeliz - Feliz	6,75%	6,75%	3,07%	3,68%	9,20%	21,47%	49,08%
Inseguro - Seguro	6,13%	9,82%	6,75%	4,29%	6,13%	33,74%	33,13%
Estresado - Relajado	6,75%	13,50%	6,75%	6,13%	8,59%	23,93%	34,36%
Insatisfacción - Satisfacción	4,91%	7,98%	7,36%	9,82%	3,07%	22,70%	44,17%
Preocupado - Despreocupado	4,91%	10,43%	5,52%	8,59%	3,07%	25,15%	42,33%
Aburrido - Entusiasmado	7,36%	7,98%	3,68%	7,36%	7,36%	22,70%	43,56%

ANEXO 6: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS TOTALES DE LOS NIÑOS EN LAS 5 SESIONES

	DISPLACENTERAS	NEUTRO	PLACENTERAS
Asustado - Tranquilo	14,72%	4,91%	80,37%
Disgustado - A gusto	17,18%	7,36%	75,46%
Desinteresado - Interesado	22,70%	4,29%	73,01%
Desconfianza - Confianza	17,79%	6,13%	76,07%
Infeliz - Feliz	16,56%	3,68%	79,75%
Inseguro - Seguro	22,70%	4,29%	73,01%
Estresado - Relajado	26,99%	6,13%	66,87%
Insatisfacción - Satisfacción	20,25%	9,82%	69,94%
Preocupado - Despreocupado	20,86%	8,59%	70,55%
Aburrido - Entusiasmado	19,02%	7,36%	73,62%

ANEXO 7: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE LAS NIÑAS EN LAS 5 SESIONES

PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE LAS NIÑAS EN LAS 5 SESIONES							
	MUY (0-1)	BASTANTE (2-3)	ALGO (4)	INDIFERENTE (5)	ALGO (6)	BASTANTE (7-8)	MUY (9-10)
Asustado - Tranquilo	0,51%	0,51%	0,00%	2,02%	3,54%	24,75%	68,69%
Disgustado - A gusto	0,51%	2,02%	1,52%	2,02%	2,02%	21,72%	70,20%
Desinteresado - Interesado	0,51%	2,53%	0,51%	5,05%	5,05%	18,69%	67,68%
Desconfianza - Confianza	1,01%	3,54%	1,52%	3,03%	5,05%	25,76%	60,10%
Infeliz - Feliz	0,51%	1,01%	1,01%	1,52%	2,02%	14,65%	79,29%
Inseguro - Seguro	2,02%	3,03%	2,53%	3,54%	3,03%	30,81%	55,05%
Estresado - Relajado	0,51%	1,52%	5,05%	5,05%	6,57%	28,28%	53,03%
Insatisfacción - Satisfacción	1,01%	2,02%	3,03%	5,56%	5,56%	22,22%	60,61%
Preocupado - Despreocupado	2,02%	2,53%	1,52%	2,02%	4,55%	22,22%	65,15%
Aburrido - Entusiasmado	2,02%	3,54%	2,02%	1,01%	2,02%	14,14%	75,25%

ANEXO 8: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS TOTALES DE LAS NIÑAS EN LAS 5 SESIONES

	DISPLACENTERAS	NEUTRO	PLACENTERAS
Asustado - Tranquilo	1,01%	2,02%	96,97%
Disgustado - A gusto	4,04%	2,02%	93,94%
Desinteresado - Interesado	3,54%	5,05%	91,41%
Desconfianza - Confianza	6,06%	3,03%	90,91%
Infeliz - Feliz	2,53%	1,52%	95,96%
Inseguro - Seguro	7,58%	3,54%	88,89%
Estresado - Relajado	7,07%	5,05%	87,88%
Insatisfacción - Satisfacción	6,06%	5,56%	88,38%
Preocupado - Despreocupado	6,06%	2,02%	91,92%
Aburrido - Entusiasmado	7,58%	1,01%	91,41%

ANEXO 9: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE **NO REPETIDORES** EN LAS 5 SESIONES

PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE NO REPETIDORES DE LA CLASE EN LAS 5 SESIONES							
	MUY (0-1)	BASTANTE (2-3)	ALGO (4)	INDIFERENTE (5)	ALGO (6)	BASTANTE (7-8)	MUY (9-10)
Asustado - Tranquilo	2,60%	3,90%	1,95%	3,57%	5,52%	26,95%	55,52%
Disgustado - A gusto	2,60%	5,84%	2,60%	4,22%	6,82%	23,70%	54,22%
Desinteresado - Interesado	4,22%	5,84%	3,25%	3,90%	5,52%	22,40%	54,87%
Desconfianza - Confianza	2,92%	5,19%	4,22%	3,90%	7,79%	24,68%	51,30%
Infeliz - Feliz	3,90%	4,22%	1,95%	2,27%	5,52%	18,51%	63,64%
Inseguro - Seguro	4,55%	6,49%	3,90%	3,57%	4,22%	33,77%	43,51%
Estresado - Relajado	3,90%	8,12%	5,52%	5,52%	7,79%	26,62%	42,53%
Insatisfacción - Satisfacción	3,25%	5,19%	4,87%	6,49%	4,55%	23,38%	52,27%
Preocupado - Despreocupado	3,90%	6,82%	3,25%	5,19%	3,90%	25,32%	51,62%
Aburrido - Entusiasmado	5,19%	5,52%	2,92%	4,22%	4,87%	18,51%	58,77%

ANEXO 10: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE **NO REPETIDORES** EN LAS 5 SESIONES

	DISPLACENTERAS	NEUTRO	PLACENTERAS
Asustado - Tranquilo	8,44%	3,57%	87,99%
Disgustado - A gusto	11,04%	4,22%	84,74%
Desinteresado - Interesado	13,31%	3,90%	82,79%
Desconfianza - Confianza	12,34%	3,90%	83,77%
Infeliz - Feliz	10,06%	2,27%	87,66%
Inseguro - Seguro	14,94%	3,57%	81,49%
Estresado - Relajado	17,53%	5,52%	76,95%
Insatisfacción - Satisfacción	13,31%	6,49%	80,19%
Preocupado - Despreocupado	13,96%	5,19%	80,84%
Aburrido - Entusiasmado	13,64%	4,22%	82,14%

ANEXO 11: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS TOTALES DE **REPETIDORES** EN LAS 5 SESIONES

PORCENTAJE DE PUNTUACIONES PROMEDIAS DE REPETIDORES DE LA CLASE EN LAS 5 SESIONES							
	MUY (0-1)	BASTANTE (2-3)	ALGO (4)	INDIFERENTE (5)	ALGO (6)	BASTANTE (7-8)	MUY (9-10)
Asustado - Tranquilo	0,00%	0,00%	0,00%	1,89%	5,66%	11,32%	81,13%
Disgustado - A gusto	1,89%	0,00%	1,89%	5,66%	3,77%	20,75%	66,04%
Desinteresado - Interesado	0,00%	3,77%	1,89%	9,43%	7,55%	20,75%	56,60%
Desconfianza - Confianza	0,00%	3,77%	1,89%	7,55%	1,89%	20,75%	64,15%
Infeliz - Feliz	0,00%	0,00%	1,89%	3,77%	3,77%	13,21%	77,36%
Inseguro - Seguro	0,00%	3,77%	7,55%	5,66%	5,66%	22,64%	54,72%
Estresado - Relajado	0,00%	0,00%	7,55%	5,66%	5,66%	24,53%	56,60%
Insatisfacción - Satisfacción	0,00%	1,89%	5,66%	13,21%	3,77%	16,98%	58,49%
Preocupado - Despreocupado	0,00%	1,89%	3,77%	3,77%	3,77%	13,21%	73,58%
Aburrido - Entusiasmado	0,00%	5,66%	1,89%	1,89%	1,89%	15,09%	73,58%

ANEXO 12: PORCENTAJE DE PUNTUACIONES MEDIAS DE **REPETIDORES** DE LA CLASE EN LAS 5 SESIONES

	DISPLACENTERAS	NEUTRO	PLACENTERAS
Asustado - Tranquilo	0,00%	1,89%	98,11%
Disgustado - A gusto	3,77%	5,66%	90,57%
Desinteresado - Interesado	5,66%	9,43%	84,91%
Desconfianza - Confianza	5,66%	7,55%	86,79%
Infeliz - Feliz	1,89%	3,77%	94,34%
Inseguro - Seguro	11,32%	5,66%	83,02%
Estresado - Relajado	7,55%	5,66%	86,79%
Insatisfacción - Satisfacción	7,55%	13,21%	79,25%
Preocupado - Despreocupado	5,66%	3,77%	90,57%
Aburrido - Entusiasmado	7,55%	1,89%	90,57%