



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Grado en Maestro en Educación Primaria

**El juego dramático: una herramienta para
la expresión de las emociones del
alumnado de Primero de Educación
Primaria**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Amaya Cano Puche
Tipo de trabajo:	Unidad Didáctica
Área:	Educación Física
Director/a:	Eva Guijarro Jareño
Fecha:	20 de febrero de 2023

Resumen

La educación emocional es imprescindible en la educación contemporánea pues es parte del desarrollo integral. A través del juego dramático como herramienta para la identificación, el control y el desarrollo de las emociones, los niños y las niñas pueden acceder a una mejor comprensión de sí mismos, de los demás y del entorno gracias a la expresión corporal, uno de los pilares de la Educación Física.

El propósito de este Trabajo Final de Grado es resaltar la importancia del juego dramático en las aulas a partir de principios básicos que serán desarrollados en una Unidad Didáctica para el primer año de educación primaria. Se busca la participación plena de los alumnos en todos los procesos otorgándoles protagonismo en todo momento a través de ejercicios lúdicos y motivadores que fomenten la concentración, la autorregulación, la imaginación y el trabajo individual y grupal.

Palabras clave:

Expresión corporal, Educación emocional, Educación Física, Juego dramático.

Agradecimientos

A mi familia.

Índice de contenidos

1.	Introducción	8
1.1.	Planteamiento del tema	8
1.2.	Justificación.....	9
2.	Objetivos del trabajo	9
2.1.	Objetivo general.....	9
2.2.	Objetivos específicos	9
3.	Marco teórico	11
3.1.	La educación emocional y el juego dramático	11
3.1.1.	Las emociones.....	11
3.1.2.	El juego dramático	13
3.2.	El cuerpo y el movimiento como vehículos para la gestión de las emociones	14
3.2.1.	Expresión corporal	14
3.2.2.	Dramatización y Educación Física	15
3.3.	El teatro como recurso en las aulas	17
3.3.1.	El teatro en las escuelas.....	17
3.3.2.	El teatro en el currículo educativo español.....	18
4.	Contextualización	20
4.1.	Características del entorno	20
4.2.	Descripción del centro	20
4.3.	Características del alumnado.....	20
5.	Propuesta de Unidad Didáctica	21
5.1.	Introducción.....	21
5.2.	Justificación.....	21

5.3.	Referencias legislativas	22
5.4.	Objetivos de la propuesta y relación con las competencias	22
5.4.1.	Competencias	22
5.4.2.	Objetivos	23
5.5.	Contenidos	24
5.6.	Metodología.....	24
5.7.	Sesiones y/o actividades	25
5.8.	Planificación Temporal.....	38
5.9.	Medidas de atención a la diversidad / Diseño universal del aprendizaje	38
5.10.	Sistema de evaluación	39
6.	Conclusiones.....	41
7.	Consideraciones finales	42
8.	Referencias bibliográficas.....	43
9.	Anexos	46
9.1.	Anexo I	46
9.2.	Anexo II	48

Índice de tablas

Tabla 1 de Competencias Clave	23
Tabla 2 de Competencias Específicas	24
Tabla 3 de contenidos	24
Tabla 4 Criterios de evaluación	39
Tabla 5 Criterios de evaluación y objetivos	40

Índice de figuras

Figura 1 Ramas de la Inteligencia Emocional (Mayer et al., 2000)	12
--	----

1. Introducción

1.1. Planteamiento del tema

Este Trabajo Final de Grado busca posicionar al juego dramático como una herramienta eficaz para la expresión de las emociones gracias a las dos vertientes que aporta: la relacionada con la educación física, y la relativa a la educación artística. Como señala Torras i Albert (2012, p. 12) se trata de “entender el teatro como un juego de palabras, de imaginación, de emociones, de sentimientos, y de conciencia del propio cuerpo”.

El juego dramático y las expresiones teatrales ofrecen un abanico de posibilidades en el aula para el aprendizaje activo y vivencial a través del fomento de la creatividad. Las ventajas que la dramatización puede aportar al entorno educativo como herramienta y como recurso en el primer año de Educación Primaria, quedan recogidas en la ley de educación actual (Real Decreto 157/2022, 2022). Aunque varias de las competencias y de los aprendizajes son transversales, nos centraremos en la aplicación de la expresión corporal, concretamente, a través del juego dramático, para el conocimiento de las emociones propias y ajenas y la confección de relaciones socio afectivas sanas.

El TFG está estructurado de la siguiente forma:

- Presentación de los objetivos que se pretenden alcanzar con esta propuesta.
- El marco teórico que explicará la trayectoria de investigación de los referentes conceptuales que intervendrán en la propuesta. En este caso, el marco teórico constará de tres apartados: el tocante a las emociones y su relación con la dramatización, el que corresponde a la expresión corporal y, el tercero, centrado en la presencia del teatro en las escuelas.
- La contextualización presentará el entorno educativo en el que se llevará a cabo la Unidad Didáctica. En nuestro caso, el primer año de Primaria de una escuela rural.
- La propuesta de la Unidad Didáctica (UD) está diseñada para el alumnado del primer año de Educación Primaria tomando en cuenta las competencias físicas y artísticas. En la UD se interrelacionarán los elementos del proceso de enseñanza – aprendizaje, así como su relación con las referencias legislativas. Constará de nueve propuestas de

sesiones que permitirán alcanzar los objetivos planteados durante el cronograma establecido.

- Las conclusiones y consideraciones finales presentarán los logros relevantes, así como una reflexión sobre los contenidos de este TFG y las posibles exploraciones y aplicaciones a futuro.

1.2. Justificación

La elección de este tema surge del interés personal por las artes escénicas y por la constatación de la importancia del desarrollo de la creatividad y el pensamiento artístico en la niñez. Por otro lado, observo que las experiencias digitales y multipantallas, muchas veces dejan de lado la experiencia sensorial del cuerpo en movimiento mismo que resulta fundamental en los primeros años de vida ya que a partir de la relación que establezcamos con él podremos tener una relación más armónica con nosotros mismos y con el entorno.

2. Objetivos del trabajo

2.1. Objetivo general

- Diseñar una propuesta de intervención didáctica que incorpore el juego dramático como recurso educativo para el desarrollo de las actividades emocionales y las habilidades sociales a través de la expresión corporal.

2.2. Objetivos específicos

- Identificar las aportaciones de la expresión teatral y el juego dramático en el ámbito educativo para el desarrollo de aspectos socioafectivos, relacionales y de autorregulación.
- Elaborar una propuesta para el desarrollo de aspectos socioafectivos en el alumnado de primer curso de Educación Primaria a través de actividades artístico-expresivas: la expresión teatral y el juego dramático.
- Resaltar la importancia del desarrollo psicomotriz a través de la expresión corporal y de la autorregulación e incorporarlo como parte del desarrollo integral que ofrece el juego dramático.

- Construir un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en el disfrute y en el juego gracias a las aportaciones de la expresión teatral y el juego dramático en la creación de relaciones sanas.

3. Marco teórico

3.1. La educación emocional y el juego dramático

3.1.1. Las emociones

Las emociones forman parte del ser humano y se expresan en todos los ámbitos de nuestra existencia. Vivir es emocionarse con mayor o menor intensidad y aprender a regular y expresar estas emociones. La educación actual debe incorporar y potenciar la educación emocional como uno de los pilares de la etapa infantil y continuarla durante todo el ciclo de la educación básica. Por ello, en este apartado, se hablará de tres aspectos relacionados: las emociones, la inteligencia emocional y la educación emocional, para posteriormente enlazarla con su implicación en el desarrollo de la dramatización y la gestión de las emociones dentro del ámbito de la educación física.

Una definición bastante consensuada sobre qué es una emoción es la que refiere Bisquerra al considerar que la emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por tensión o perturbación que está sujeto a respuestas organizadas. Las emociones surgen en respuesta a eventos externos o internos (2003). La anterior definición se basa en la noción que presentan Salovey y Mayer (1990) quienes además señalan que las respuestas emocionales organizadas son adaptativas y pueden dirigir a la transformación de las interacciones personales y sociales en experiencias ricas. Otra aportación de estos autores es la diferencia entre la emoción y el estado de ánimo, siendo la primera más intensa y breve.

Frente a la idea de una sola inteligencia medible que estaba implicada directamente con un mayor o menor rendimiento escolar, surgen teorías que incluyen la creatividad y el pensamiento divergente y que tomaron más fuerza con la idea de las “Inteligencias Múltiples” del psicólogo Howard Gardner (1983 cf. Sampedro, 2016) que asume que cada ser humano tiene una forma diferente de ser inteligente a través de siete tipos de inteligencia: la verbal-lingüística, la visual-espacial, la lógico-matemática, la musical-rítmica, la kinestésica, la interpersonal, la intrapersonal, y una octava, añadida posteriormente señalada como inteligencia naturista-ambiental. Según Luis Sampedro (2016) todas estas inteligencias pueden asociarse a la dramatización.

Diversos autores (Bisquerra, 2003; Colmenero et al., 2013; Mayer et al., 2000), han estudiado la importancia de la inteligencia emocional. Es posible entender la inteligencia emocional como un subconjunto de inteligencia social que incluye la capacidad de monitorear los sentimientos y emociones propios y de los demás, distinguir entre ellos y usar esta información para guiar los propios pensamientos y acciones (Salovey & Mayer, 1990)

Meyer, Caruso y Salovey (Mayer et al., 2000), en sus trabajos pioneros sobre inteligencia emocional mencionan otros tipos de inteligencia como la inteligencia social, la inteligencia práctica, la inteligencia personal y la habilidad de percepción no verbal. Cada uno de estos conceptos forma dominios coherentes que se superponen con la inteligencia emocional, pero que dividen las habilidades humanas de diversas formas y presentan un modelo de cuatro ramas de habilidades implicadas (Figura 1). Como señala Bisquerra, desde sus inicios, la inteligencia emocional estaba ligada a la vocación educativa (2003).

Posteriormente, aportaciones como la de Goleman (Goleman cf Stoller, 2021) han ampliado estas cuatro ramas a 19 competencias entre las que destacan la adaptabilidad, el optimismo, la toma de iniciativa, la resolución de conflictos, la empatía y la construcción de vínculos.

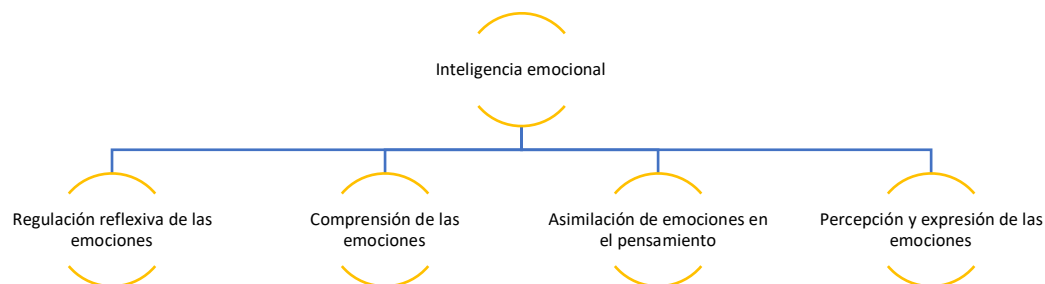


Figura 1 Ramas de la Inteligencia Emocional (Mayer et al., 2000)

La “educación emocional” es un desarrollo vital permanente que requiere herramientas y competencias que se ofrecen tanto dentro como fuera del ámbito escolar. Para ello, es necesario establecer qué es la educación emocional. Se partirá de la siguiente definición:

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello, se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003, p. 243).

Los objetivos generales de la educación emocional, señala Bisquerra (2003), son los siguientes:

- a) Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- b) Identificar las emociones de los demás.
- c) Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- d) Prevenir los efectos negativos de las emociones negativas.
- e) Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- f) Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- g) Adoptar una actitud positiva en la vida.
- h) Aprender a fluir.

3.1.2. El juego dramático

Los juegos de dramatización durante el primer ciclo de la educación básica constituyen una herramienta que favorece la educación emocional, y según se verá más adelante, habilidades físicas basadas en la expresión corporal.

El juego dramático, también conocido como dramatización, es fundamental porque parte de la noción de “juego” que sirve como soporte de una actitud activa y dinámica (Robles & Civil, 2004) y, adicionalmente, como mencionan Núñez y Navarro (2007), constituye un escenario por el que los niños y las niñas exploran diversas experiencias y aprecian las ideas de una forma diferente basada en el placer, la libertad y el ritmo personal, pero en la práctica docente abandona el régimen estético y el rigor formal (Tejerina, 1999).

Como señala Van de Water (2021), la emoción, que está en el corazón del drama, a menudo se ignora en la educación, sin embargo, la autora señala que, más allá de la evidencia anecdótica, la contribución académica de otras disciplinas como la psicología, la sociología y la

neurociencia ha corroborado que los instintos humanos requieren un aprendizaje corpóreo y contextualizado ya que el drama implica usar todo el cuerpo.

En lo que se refiere a la gestión y desarrollo de las emociones en consonancia con la idea del teatro, diversos autores han explicado su importancia y las competencias que desarrollan (Sampedro, 2016; Sánchez Montero, 2016; Torras i Albert, 2012). Por ejemplo, Sampedro (2016), muestra cómo las nociones de drama y catarsis están relacionadas con las emociones ya que la representación es algo bastante natural a edades tempranas y por lo tanto es un encuentro con las emociones y los temperamentos.

Se entiende por juego dramático o dramatización lo siguiente:

El juego dramático designa las múltiples actividades de un taller de expresión dramática, que agrupa el conjunto de recursos y de prácticas convergentes (actividades de expresión corporal, expresión lingüística, expresión plástica y expresión rítmico-musical, juegos de roles, improvisaciones, juegos mímicos, de títeres y de sombras, etc.) que se funden en un mismo proceso de descubrimiento y de creación. La acción puede plasmarse mediante el lenguaje corporal, el verbal, a través solo de los gestos, etc. y los jugadores pueden actuar de modo directo (juegos dramáticos personales) o bien utilizar sustitutos simbólicos: máscaras, títeres, sombras... (juegos dramáticos proyectados) (Tejerina, 1999, p. 37).

Marion van de Water (2021) señala que los métodos dramáticos integrados en la enseñanza apuntan a la comprensión y a la empatía y ofrecen recursos que nos ayudan a imaginar, crear, debatir, mostrar y comprender lo que significa ser humano. Siguiendo las ideas de esta autora, vemos que el uso de diferentes técnicas creativas -que pueden exponerse a partir de los juegos dramáticos-, permite incidir directamente en el desarrollo de la competencia emocional ya que es durante la actividad dramática que las expresiones sutiles de las emociones se entrenan expresándolas y reconociéndolas.

3.2. El cuerpo y el movimiento como vehículos para la gestión de las emociones

3.2.1. Expresión corporal

Gracias a la utilización del cuerpo como herramienta expresiva se ha visto cómo la educación física, sumada a la educación emocional, es fundamental para los proyectos educativos actuales y, además, suma transversalmente a otras áreas de desarrollo cognitivo. “Hasta las emociones se entrelazan con las capacidades motrices del cerebro; la misma palabra e-moción

denota movimiento (moción significa ‘acción y efecto de mover’. La frase hecha en francés *mouvoir c’est emouvoir* (moverse es emocionarse) recoge también esta idea” (Motos, 2019, p. 2).

Se definirá la expresión corporal como el movimiento con finalidad de comunicar, o sea, como un comportamiento espontáneo o deliberado que traduce sentimientos o emociones en códigos corporales (Motos, 2019). Adicionalmente, las expresiones corporales permiten la interpretación de la información corporal enviada por otros, lo que facilita la comunicación interpersonal (Robles & Civila, 2004).

Purificación Cruz sostiene que el lenguaje del cuerpo es claro y directo ya que, para transmitir sentimientos además de ideas, es imposible permanecer inmóvil (Miravelles cf. Cruz Cruz, 2014). Tomás Motos (2019). Además de la dimensión comunicativa, menciona otras dimensiones de la expresión corporal:

- Es una experiencia de movimiento libre y espontáneo.
- Posee una dimensión relacional en la que el sujeto se expresa a través de las relaciones que establece con su entorno, espacios, objetos y otras personas.
- Está diseñado para estimular, abrir la mente, afinar los sentidos, despertar la sensibilidad y la creatividad.
- Implica una dimensión comunicativa que supone expresarse con intencionalidad e implica a un interlocutor.
- Tiene una dimensión cognitiva, muchas veces relegada, pero indispensable pues se requiere planificación y toma de decisiones para codificar en clave de lenguaje corporal la idea o el sentimiento a comunicar.

3.2.2. Dramatización y Educación Física

El movimiento es esencial para la emoción, el lenguaje y el aprendizaje. Algunos de los contenidos y estrategias didácticas de la expresión corporal pueden facilitarse gracias a la dramatización. Es la naturaleza lúdica de los juegos dramáticos la que permite su inserción en la asignatura de Educación Física sumado a su carácter práctico que permite la exposición de las emociones. El apartado de las relaciones humanas basa sus áreas de intervención en las habilidades sociales y en la empatía que se ha experimentado a lo largo de la vida,

considerando que estas áreas se encuentran a menudo en las clases de Educación Física (González Martí et al., 2013).

A pesar de lo anterior, algunos autores consideran que la expresión corporal no ha sido correctamente incorporada en la disciplina de la Educación Física y que requiere una construcción más sólida que no se centre únicamente en las voluntades del docente. Como señalan Coterón y Sánchez (2012), las materias expresivas no han sido tácitamente aprobadas por la mayoría del profesorado, por lo que no se han reconocido lo suficiente en la educación obligatoria de nuestro país. Es aquí donde se encuentran obstáculos, pero también oportunidades para que la expresión corporal, auxiliada por los juegos dramáticos, formen parte de manera efectiva del currículo escolar.

Muchos juegos espontáneos de la infancia tienen un componente intrínseco de dramatización. Algunos autores señalan la manera en que la dramatización se sirve del cuerpo como herramienta fundamental (Cruz Cruz, 2014; Núñez & Navarro, 2007). Esta idea se refuerza con múltiples evidencias empíricas entre las que destacan cómo los juegos manipulativos motores y sensoriales son un instrumento para el desarrollo del pensamiento motor (Garaigordobil et al., 2022) y cómo el teatro en la educación puede proporcionar una nueva dimensión al papel de la educación física (Mavroudis, 2021).

La dramatización utiliza el propio cuerpo como instrumento principal: sus movimientos, gestos, palabras acompañadas de entonación y comunicación no verbal, sus intenciones, ritmos, miedos tras máscaras, sueños, deseos, necesidades. Por otro lado, cuando te involucras en una de las situaciones anteriores y la presentas a otras personas, debes pensar en cómo la recibe el destinatario, cómo debes combinar tus acciones con tu pareja, cómo debes esperar una respuesta, cómo cooperar para lograr un objetivo común. No basta con exteriorizar, representar, ser uno mismo... sino que hay que adaptarse a lo que te rodea (Cruz Cruz, 2014).

Bajo esta perspectiva, la educación física debe cumplir con su papel multidimensional. El teatro en la educación ofrece la opción, a través de su implementación, de que el profesorado de la asignatura de Educación Física enriquezca su enseñanza a partir de la idea de que, tanto ésta como el teatro, utilizan la dinámica de grupo y tienen como característica el aprendizaje experiencial (Mavroudis, 2021).

3.3.El teatro como recurso en las aulas

3.3.1. El teatro en las escuelas

La integración de los recursos artísticos y expresivos en las actividades escolares es fundamental en la idea de educación actual. Como señalan Núñez y Navarro (2009) La dramatización se propone como una forma de aprovechar su capacidad para formar mejor a las personas tanto personal como socialmente.

En la década de los cincuenta, Slade (1954) expone cómo el juego dramático permite regular al niño extrovertido y guiar e impulsar al introvertido. A partir de entonces diversos autores a lo largo del tiempo han justificado las aportaciones del teatro en las aulas y su contribución en el desarrollo de la infancia (Colmenero et al., 2013; Pareja Olcina, 2021; Sampedro, 2016).

La pedagogía y el teatro han ido de la mano y sus contribuciones han incidido en el desarrollo de la infancia y de la juventud. En los siglos XVI y XVII la introducción exitosa del teatro escolar en los colegios jesuitas contribuyó al desarrollo de la capacidad expresiva, verbal y literaria de los jóvenes, sin embargo, no es hasta el siglo XX cuando se puede hablar propiamente del teatro infantil (Cutillas, 2015).

En la actualidad, lejos de ser una práctica secundaria o complementaria, el teatro ha devenido en una herramienta sustancial por la capacidad de integrar habilidades y conocimientos como la mejora del lenguaje y la expresión, la enseñanza, el fomento de hábitos sociales e incluso la pérdida de la vergüenza frente al grupo (Vacas Pozuelo, 2009). En este sentido, Luis Sampedro (2016) señala que, en específico para los niños y las niñas, el teatro es un escenario magnífico para superar obstáculos como el miedo al ridículo y la expresión de los sentimientos, pero es, sobre todo un “ensayo para la vida” porque en este juego se integran el sentir, el pensar y el actuar.

En su artículo sobre el efecto de las actividades de teatro creativo en la primera infancia en las funciones ejecutivas de los niños, los autores Munire Çiftçi y Murtaza Aykaç (2022) afirman que el teatro creativo en las aulas se convierte en una función activa y efectiva al compartir procesos gracias a técnicas como la gamificación, el juego de roles y la improvisación. Quienes comparten este proceso tienen la oportunidad de volver a expresar sus sentimientos,

pensamientos y experiencias en el mundo real dentro de un mundo ficticio. Los autores añaden que, con el teatro creativo, las áreas fundamentales del desarrollo se apoyan en la adquisición de las características afectivas y la psicomotricidad de los niños en el período de la primera infancia; el aprendizaje cognitivo se realiza no sólo a través del aprendizaje limitado a la escuela y el aula, sino también a través de los comportamientos (Çiftçi & Aykaç, 2022).

3.3.2. El teatro en el currículo educativo español

De acuerdo con la LOMLOE “se entiende por currículo el conjunto de objetivos, competencias, contenidos, métodos pedagógicos y criterios de evaluación de cada una de las enseñanzas reguladas en la presente Ley” (Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación, 2020).

El desarrollo de las habilidades socioafectivas que proporciona el teatro en la educación infantil refiere a la escuela como el espacio idóneo para llevar a cabo los procesos de juego dramático y simbólico. Por ello, es importante revisar las leyes educativas que han recogido esta propuesta y la han institucionalizado y señalar algunos apuntes relevantes sobre la evolución y cambio de las prácticas en las aulas en los últimos años ya que, como describe Tejerina (1999), Las escuelas pueden y deben proporcionar espacios para representaciones teatrales, desde la educación infantil hasta la E.S.O.

Como señala Manuel Vieites (2020), la Ley General de Educación de 1970 incluye la primera tentativa de normalización y regulación de la educación teatral en España. Además de contemplar la incorporación universitaria de los Estudios de Arte Dramático, destaca la educación artística en la agenda curricular de la educación general. De acuerdo con Torras i Albert (2012) las prácticas dramáticas han sido parte del marco legal, aunque ello no supone en sí mismo una aplicación práctica efectiva debido a carencias estructurales y de formación.

Torras i Albert (2012) hace un exhaustivo recorrido por los múltiples cambios legislativos que se han sucedido desde 1980 hasta 2006. A partir de 2006 la Ley Orgánica de Educación ha sufrido cambios sustanciales en su contenido incluyendo a las competencias físicas y artísticas: la LOMCE (2013) y la LOMLOE (2020) parten de la LOE (2006).

En lo que respecta a la educación emocional, la LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020) destaca su trascendencia desde la educación infantil anotando la importancia del uso de técnicas

expresivas y teatrales como la mímica o la improvisación, las dramatizaciones, los juegos de rol y las actividades rítmico-musicales. La importancia que se otorga a la educación emocional se corresponde también con los cambios introducidos en el currículo para Educación Primaria, entre los que resaltan el fomento de la creatividad, la gestión emocional y el desarrollo de una movilidad activa y saludable. Estas modificaciones entran en vigor en el curso escolar 2022 - 2023 en los cursos impares de 1º, 3º y 5º de primaria.

En lo que respecta a las comunidades autónomas, las Consejerías de Educación de cada comunidad establecen o refuerzan criterios específicos. En el caso de Cataluña, la ley vigente data de las modificaciones hechas en 2020 a la ley de educación de 2009. Aunque las prácticas teatrales en las aulas destacan por su transversalidad en la gestión de los contenidos educativos y del bienestar integral de los alumnos y las alumnas; en el artículo 52, correspondiente a la orientación del currículo escolar, se establecen los siguientes incisos con respecto a las habilidades comunicativas, el conocimiento del cuerpo y las habilidades físicas y deportivas (Llei 12/2009 Del 10 de Juliol, d'educació, 2009):

d) Conseguir que los alumnos adquieran unas buenas habilidades comunicativas, una expresión y comprensión orales, una expresión escrita y una comprensión lectora correctas y el dominio de los nuevos lenguajes.

e) Conseguir que los alumnos logren un conocimiento adecuado del propio cuerpo y adquieran habilidades físicas y deportivas.

Se concluye este apartado señalando que, aunque se reconoce la importancia del teatro en las aulas y en materia legislativa hay un intento de recoger las prácticas teatrales en la asignatura de Educación Física; en el día a día hay múltiples obstáculos que dificultan su plena ejecución. Sin embargo, la voluntad de los docentes ha logrado la aplicación de programas en donde el juego y el teatro ayuden a la consecución de los retos educativos planteados tomando en cuenta la diversidad del alumnado, las necesidades individuales y la triple aportación del teatro: la física, la creativa y la emotiva.

4. Contextualización

La Unidad Didáctica se dirige al alumnado de Primero de Primaria de una escuela rural dentro de los contenidos de la asignatura de Educación Física. Está diseñada específicamente para un entorno rural y con aulas de poco alumnado, pero sus contenidos pueden adaptarse a cualquier otro centro de enseñanza.

4.1. Características del entorno

Se trata de un pequeño pueblo de montaña, en la provincia de Lleida, en el que viven alrededor de veinte habitantes. Los niños y niñas que acuden a la escuela provienen de otras dos poblaciones situadas a 15 kilómetros del centro escolar. La particularidad de una de estas poblaciones es que sus familias son neorrurales y forman una comunidad colaborativa de menos de cincuenta habitantes.

4.2. Descripción del centro

La Zona Escolar Rural está conformada por tres escuelas que dependen de los Servicios Territoriales de Lleida y del *Departament d'Ensenyament*. Los ayuntamientos se encargan del mantenimiento y limpieza de los centros. La Unidad Didáctica se destinará a una de estas tres escuelas rurales que está situada a las afueras de la localidad y dispone de dos aulas grandes, una dedicada a primaria y otra dedicada a infantil, además de un aula de informática, una sala de profesores, una pequeña cocina y un comedor escolar. En el exterior cuenta con un patio descubierto con dos porterías, un arenero y una zona de juegos con rocódromo, dos columpios y un tobogán. Todo el recinto está vallado.

4.3. Características del alumnado

El alumnado es diverso y su composición es plurinacional, en su mayoría belgas y catalanes. Están acostumbrados a un entorno natural y colaborativo y a la crianza en comunidad. Su núcleo familiar es generalmente bilingüe (catalán, castellano, inglés o francés), pero conviven en un medio plurilingüe.

5. Propuesta de Unidad Didáctica

5.1. Introducción

El currículum del área de Educación Física (Real Decreto 157/2022, 2022) de la educación primaria se estructura en los siguientes cinco bloques de conocimiento que se desarrollan para crear situaciones de aprendizaje ricas, diversas y globales.

- Bloque 1: resolución de problemas en situaciones motrices. Integra conocimientos como la planificación y la autorregulación en la práctica de actividades motrices usando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad y la creatividad del movimiento.
- Bloque 2: vida activa y saludable. Incorpora los diferentes saberes que contribuyen al bienestar físico, mental y social, así como los hábitos y conductas para su mejora y mantenimiento y la identificación de aquellos elementos que puedan deteriorarlo.
- Bloque 3: actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas. Reúne los conocimientos que dependen del componente cultural, expresivo, lúdico y comunicativo para aprovecharlos desde una perspectiva integral.
- Bloque 4: interacción con el entorno en el tiempo libre. Integra los conocimientos afines al aprovechamiento de entornos como el pueblo, la ciudad o la naturaleza para ocupar el tiempo libre de una forma sostenible y desde un enfoque motriz.
- Bloque 5: autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. En el marco de la práctica de actividades físicas, recoge los saberes que se relacionan con la autoaceptación, el desarrollo de la autorregulación emocional, el impulso para construir relaciones inclusivas, la adquisición de habilidades sociales y la objeción a prácticas nocivas para la convivencia.

5.2. Justificación

Esta Unidad Didáctica busca reforzar la educación emocional a través de recursos expresivos que utilicen el juego dramático y la expresión corporal. La propuesta se basa en la creación de un espacio específico para estas actividades que muchas veces son relegadas debido a un apretado repertorio curricular.

Las sesiones establecen una secuencia lógica que permite el desarrollo creativo y la utilización del juego como una parte importante del proceso de enseñanza - aprendizaje para buscar la motivación y la participación necesarias de los estudiantes a medida que colaboran.

5.3.Referencias legislativas

En lo que se refiere al aspecto legislativo para la propuesta de la Unidad Didáctica se recogen tanto las leyes Estatales como las de la Comunidad Autónoma de Cataluña que se detallan en el marco teórico de este documento (ver apartado 3.3.2).

En el ámbito estatal, opera el Real Decreto 157/2022 la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, 2020.

En lo que respecta a la Comunidad Autónoma de Cataluña, la ley vigente data de las modificaciones hechas en 2020 a la ley de educación de 2009 (Llei 12/2009 Del 10 de Juliol, d'educació, 2009)

5.4.Objetivos de la propuesta y relación con las competencias

5.4.1. Competencias

Son ocho competencias clave que plantea la LOMLOE (Real Decreto 157/2022, 2022):

- a) Competencia en comunicación lingüística (CCL)
- b) Competencia plurilingüe (CP)
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (CMCT)
- d) Competencia Digital (CD)
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPAA)
- f) Competencia ciudadana (CC)
- g) Competencia emprendedora (CE)
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales (CEC)

Las cinco competencias específicas que se proponen para la asignatura de Educación Física (Ministerio de Educación y Formación Profesional, n.d.) son las siguientes:

1. La adopción de conductas y actividades lúdicas y deportivas que promuevan la salud física, mental y social.
2. La adaptación de los mecanismos del esquema corporal y de diversas habilidades y destrezas cognitivas y motrices que respondan a las distintas necesidades de la vida cotidiana.
3. La creación de conductas sociales y comportamientos de autorregulación basados en el respeto, la ética y las diferencias culturales y de género.
4. El reconocimiento y práctica de actividades artísticas, lúdicas y deportivas y su impacto estético y creativo a la cultura tradicional y contemporánea.
5. La valoración de contextos naturales y urbanos para la práctica motriz tomando en cuenta la sostenibilidad, el cuidado del entorno y la contribución a su mejora y cuidado.

5.4.2. Objetivos

1. Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias.
2. Desarrollar la empatía reconociendo y validando las expresiones de los otros.
3. Fomentar la autoestima.
4. Aprender jugando.
5. Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa.

Tabla 1 de Competencias Clave

	CCL	CP	CMCT	CD	CPAA	CC	CE	CEC
Objetivo 1	X	X			X	X		X
Objetivo 2	X	X			X	X		X
Objetivo 3	X				X			
Objetivo 4	X	X	X		X	X		X
Objetivo 5	X	X			X			

Tabla 2 de Competencias Específicas

	CE1	CE2	CE3	CE4	CE5
Objetivo 1	X	X	X	X	X
Objetivo 2	X		X	X	X
Objetivo 3	X		X	X	
Objetivo 4	X	X	X		X
Objetivo 5	X	X	X	X	

5.5.Contenidos

Tabla 3 de contenidos

Conceptual	<ul style="list-style-type: none"> ● Saber cuáles son las conductas sociales positivas y reconocer las reglas de comunicación: escucha y comprensión del mensaje. ● Conocimiento de otras formas de comunicación no verbal ● Concienciar sobre la importancia de establecer relaciones sanas.
Procedimental	<ul style="list-style-type: none"> ● Incorporación de vocabulario expresivo y emocional. ● Comunicación de las ideas y los sentimientos. ● Relacionar la buena comunicación con el control de la respiración, la entonación y los gestos. ● Fomentar el uso consciente de la expresión corporal.
Actitudinal	<ul style="list-style-type: none"> ● Motivación por el intercambio respetuoso de ideas y emociones. ● Respeto e intercambio de emociones. ● Interés por participar activamente de las actividades. ● Apreciación de la importancia de la expresión corporal.

5.6.Metodología

La metodología didáctica se basa en el juego e incorpora el aprendizaje activo favoreciendo tanto el aspecto autónomo como el colaborativo entre los alumnos. El docente actuará como mediador, facilitador y guía de la experiencia lúdica y educativa, delegando el protagonismo en los participantes.

La Unidad Didáctica se distribuye en nueve sesiones con una duración de 55 minutos cada una. Las sesiones están diseñadas para abordar la expresión de las emociones comenzando con el trabajo personal para el posterior trabajo con los demás y puesta en común. Se tendrá en cuenta en todo momento la diversidad del alumnado en el aula para que, si fuera necesario, se hagan los ajustes pertinentes. En este caso, la sesión se adaptará a los participantes tomando en cuenta las necesidades individuales en un entorno de inclusión y de reconocimiento de la diferencia.

Algunas de las estrategias didácticas que se usarán en las sesiones serán la relajación consciente y activa, posturas de yoga, la improvisación, el juego de rol, el juego con objetos imaginarios, entre otros. En lo que respecta al uso de recursos materiales, se utilizarán objetos sencillos como fotografías y elementos para delimitar el espacio. Se hará énfasis en el uso del propio cuerpo como herramienta de aprendizaje. La música será un elemento que también estará presente para establecer momentos de tranquilidad y de actividad.

Un aspecto importante es la autoevaluación tomando en cuenta la participación de la actividad y el aprendizaje individual.

5.7.Sesiones y/o actividades

La estructura básica de las sesiones y de las actividades las organizaremos en 6 partes:

1. Respiración, relajación y concentración.
2. Puesta en marcha. Calentamiento.
3. Expresión-comunicación.
4. Vuelta a la calma.
5. Valoración y puesta en común.
6. Despedida y cierre de la sesión.

Los beneficios de los ejercicios, así como las propuestas de actividades se basan en las aportaciones empíricas y teóricas de diferentes autores (Pérez-Castro & Urdampilleta, 2012; Sampedro, 2016; Sánchez Montero, 2016) para confeccionar una propuesta propia y adaptada al entorno.

1. Respiración, relajación y concentración.

Se introducirá la práctica de la respiración consciente y la relajación activa.

Posibles ejercicios para llevar a cabo la práctica: ejercicios de respiración guiada, ejercicios con movimientos lentos y conscientes, ejercicios de tensión y distensión. Se utilizará música como recurso para facilitar la concentración y la imaginación, posturas básicas de yoga para niños, masajes en grupos, entre otras actividades.

Esta primera fase es flexible, el modo de agrupación será variable, sentados en círculo en el suelo, sentados en sillas, tumbados. Será un primer momento en el que se debe fomentar la integración del grupo, crear un ambiente confortable, cálido y seguro.

2. La puesta en marcha.

La puesta en marcha se realizará con distintos recursos, se hará uso de juegos preliminares dinámicos, sorprendidos y divertidos para crear un ambiente lúdico, seguro y propicio para preparar el trabajo posterior. Estos ejercicios servirán de estímulo para poner en marcha sus facultades expresivas.

Posibles ejercicios: ejercicios de calentamiento, ejercicios de contacto, ejercicios de desinhibición, ejercicios de atención y de concentración, ejercicios de observación individual y grupal, ejercicios de escucha grupal, ejercicios de conciencia individual respecto al espacio y al grupo, ejercicios de memoria sensorial, ejercicios de imaginación y de circunstancias inventadas.

3. Expresión-comunicación.

La finalidad de esta fase es la toma de conciencia corporal, el ejercicio y el análisis de las posibilidades del movimiento y la adquisición de las destrezas expresivas. Se pretende explorar la expresión y la expresividad del cuerpo, además de la relación con el propio cuerpo y el de los demás. Se busca adquirir habilidades expresivas y sociales de manera creativa y comunicativa. Se explicará cada ejercicio y su función.

Posibles ejercicios: actividades de lenguaje corporal y expresivo, actividades de improvisación, intercambio de roles, actividades de creación de escenas, actividades con objetos imaginarios, actividades de resolución de conflicto, actividades de investigación expresiva individual y grupal.

4. Vuelta a la calma.

En esta fase el objetivo es que progresivamente la actividad realizada vaya integrándose. Se dará el tiempo necesario teniendo en cuenta la actividad que se haya realizado. Es la antesala de la puesta en común para la valoración común.

Posibles ejercicios: ejercicios de distensión, ejercicios divertidos y amenos, también ejercicios de relajación, respiración y concentración y masajes.

5. Valoración.

Será el momento de la puesta en común y de verbalizar la experiencia, compartir las ideas y las sensaciones experimentadas para tomar conciencia del trabajo realizado.

Posibles ejercicios: actividades de reflexión e interiorización, toma de la palabra por turnos y orden, momento para hacer y escuchar propuestas que resulten enriquecedoras para las siguientes sesiones.

Esta fase servirá de evaluación de los ejercicios realizados. Es importante que haya una retroalimentación y que se pregunte qué dificultades han encontrado, qué les ha gustado más y que les ha gustado menos, con qué han disfrutado y qué han podido descubrir.

6. Despedida.

Rutina de saludos de finalización de la clase. Se hará hincapié en la transmisión de mensajes positivos.

Posibles ejercicios: darse la mano, darse un abrazo, abrazo grupal, desearse un buen día. Esto ayudará a la cohesión del grupo y mejorará el vínculo.

La comunicación en todas las fases es importante para que se pueda evaluar constantemente el proceso de aprendizaje. Para ello, se preguntará al alumnado cómo se ha sentido, qué ha sentido, si se ha sentido bien, etc. Verbalizar sus sensaciones les ayudará a aprender a conocerse mejor y a que compartan su experiencia con los demás. Estos ejercicios ayudarán a ampliar la creatividad individual y colectiva.

Los posibles contenidos del juego dramático del primer ciclo de educación primaria integran consciencia corporal, vinculación con el propio cuerpo y con el de los demás, relacionarse conscientemente, desarrollar habilidades sociales, calidades del movimiento expresivo (en

acción y en quietud), improvisaciones, escritura y lectura corporal, creación de significados, construcción de situaciones y cambios de escenarios.

Los objetivos son desarrollar las habilidades motrices, controlar la respiración y la concentración, estimular la observación y la escucha activa, conjugar el lenguaje verbal y corporal, adquirir habilidades comunicativas, fomentar el trabajo en grupo, estimular las habilidades sociales, desarrollar la propia creatividad expresiva, fomentar la investigación expresiva, fomentar el pensamiento simbólico, iniciar el uso del pensamiento abstracto, desarrollar la inteligencia emocional y las inteligencias múltiples.

Las actividades son la experiencia en el aula, donde se pretende que los alumnos aprendan los contenidos seleccionados y desarrollen las capacidades propuestas en los objetivos, adquisición de conocimientos, desarrollo de habilidades y adquisición de actitudes.

Al seleccionar las actividades se ha tenido en cuenta que sean significativas para el niño, que respondan a sus intereses, necesidades y experiencias, que se sientan motivados y promuevan el aprendizaje activo. Las actividades pretenden tener en cuenta el grado de madurez del grupo y las necesidades individuales y exigirán un esfuerzo. Cada actividad tendrá una función específica, pero estará en coordinación con las demás e integrada para alcanzar los objetivos propuestos.

A continuación, se presentan las fichas de cada una de las nueve sesiones.

Sesión 1. Juguemos con nuestra expresividad: “Como si...”			
Competencias		Objetivos	
CCL		● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias.	
CP		● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa.	
CPAA		● Desarrollar el respeto y la empatía reconociendo y validando las expresiones de los otros.	
CE		● Iniciar en el conocimiento de técnicas de relajación.	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. Tendidos en el suelo boca arriba y con las palmas de las manos hacia arriba, sintiendo cómo cada parte del cuerpo descansa sobre el suelo, se inicia el ejercicio de respiración guiada desde la cabeza a los pies. El docente nombra cada parte del cuerpo para inducir a la toma de conciencia corporal, la relajación, la autopercepción y la vinculación corporal. Se introducen los conceptos de inspirar y expirar (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. Se moviliza el cuerpo segmentada, sumativa y paulatinamente. Se trata de un pequeño calentamiento para preparar al alumnado. Hacemos un círculo “perfecto” en el que los alumnos puedan estirar las manos y separar las piernas sin molestar al compañero para delimitar el círculo. Con el círculo se hacen rondas de juegos que activan y estimulan al alumnado. Una palmada girando el cuerpo hacia la derecha significa que el alumno le pasa la palmada al compañero de la derecha; una palmada girando el cuerpo a la izquierda significa que le pasa la palmada al compañero de la izquierda, y así sucesivamente. El docente puede mostrar diferentes ritmos de palmadas e introducir reglas que varíen el juego y aumenten el nivel de dificultad, según la receptividad del grupo. Por ejemplo, dos palmadas, salta un compañero; brazos en alto, rebota la palmada, etc.</p> <p>Después de varias rondas, se realizan ejercicios de traslado de un punto a otro con diferentes calidades de movimiento a través de ritmos y tiempos distintos. Los ritmos se pueden marcar con palmadas para incentivar la escucha y la concentración. Se introducen dinámicas para crear conciencia del espacio escénico y del espacio que cada individuo ocupa con relación a sus compañeros y al espacio de juego (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Se introduce el juego “Como si...” en la forma de caminar como base del movimiento corporal: como si hubiera nieve, como si hubiera barro, como si estuviera ardiendo, como si tuvieran mucho peso en los pies, como si tuvieran piernas muy altas y finas, como si tuvieran piernas de elefante, de pato, etc. Después de haber jugado con la pisada, base corporal, se propone caminar como si tuvieran un culo muy grande, como si tuvieran las manos muy grandes, etc. Se les asignan diferentes texturas y calidades a diferentes partes del cuerpo. Es importante que, cada vez que se quiera cambiar el rol, los alumnos paren y vuelvan a caminar empezando desde cero (punto neutro). La intención, además de promover el juego, es trabajar el movimiento, explorar el lenguaje corporal, la expresión y fomentar la toma de conciencia de forma segmentada del cuerpo. A través del juego se estimula el pensamiento creativo y se potencia la imaginación. (15 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Relajación sensorial en parejas con pelotas de tenis y escucha del corazón del compañero. (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se toma la palabra por turnos y cada alumno explica cómo se ha sentido en las diferentes expresiones y si se lo ha pasado bien (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. En círculo, se desea a los compañeros un buen día. Se tiene una palabra amable con el compañero que se tiene al lado y así sucesivamente (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Pelota de tenis	U.D. 1 55 minutos	Aire libre o aula	Individual, en parejas y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Autoevaluación. ● Docente: conceptual, procedimental, actitudinal. 			

Sesión 2. Expresemos nuestras emociones: “Como si...”			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA CEC		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Reconocer la expresividad del cuerpo. ● Desarrollar el respeto y la empatía reconociendo y validando las expresiones de los otros. ● Reconocer la respiración como mecanismo de relajación. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p>Actividad 1. Respiración, relajación y concentración. En esta sesión los alumnos se tumban en el suelo y se vuelve a trabajar la relajación y la respiración desplazando las manos por el propio cuerpo. Así, los alumnos reconocen y aprenden las partes del cuerpo de forma vivencial e integran la dinámica de inspirar y expirar (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Puesta en marcha. En un círculo “perfecto” se hace un calentamiento de las articulaciones del cuerpo. Se continúa con la dinámica de caminar por el espacio y se juega con diferentes ritmos, niveles y posturas. La acción de caminar espontáneamente por el espacio ayuda a que los alumnos se desinhiban, pues no es únicamente un alumno quien recibe las miradas, sino que estas se reparten sin orden alguno.</p> <p>Premisas: stop, caminar, caminar a cámara lenta, stop, caminar hacia atrás, stop, caminar de lado, y así sucesivamente, alternando las calidades y direcciones de movimiento, etc. (7 minutos).</p> <p>Actividad 3. Expresión-comunicación. Se retoma el “Como si...” de la clase anterior y se introduce el “Como si...” con los diferentes estados de ánimo: caminamos como si estuviéramos alegres, excitados, tristes, enfadados, hinchados de comer dulce, disgustados, etc. Se utiliza esta dinámica para trabajar las emociones básicas e ir ampliando y validando el abanico de opciones. Los alumnos crean su propia imagen o representación de la alegría, el miedo, la rabia o el enfado, la tristeza y el asco en un entorno seguro y libre.</p> <p>Según el grupo, también se puede proponer que se representen emociones mostrando tarjetas con fotografías o imágenes que contengan expresiones sencillas y ambiguas (15 minutos).</p> <p>Actividad 4. Vuelta a la calma. Se dividirá la clase en dos grupos y se pondrán unos frente a otros. El grupo A cerrará los ojos y cada alumno del grupo B representará la emoción que quiera. Los alumnos del grupo A deberán, a través del tacto, descubrir qué emoción se está representando; y después a la inversa (8 minutos).</p> <p>Actividad 5. Valoración y puesta en común. Se pregunta qué emociones han resultado más difíciles de representar, cuáles han resultado más fáciles, qué ocurría en el cuerpo al representar las emociones básicas y cómo se han sentido. La puesta en común promueve que los alumnos adviertan cómo cambia la expresión del cuerpo con las distintas emociones y cómo cada persona las experimenta (10 minutos).</p> <p>Actividad 6. Despedida y cierre de la sesión. Se elige la tristeza y la alegría para efectuar despedidas con cada uno de los dos sentimientos. Se empieza con “tristeza” porque se acabó la actividad y se termina con “alegría” porque nos encontraremos en la próxima sesión (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Tarjetas plastificadas de diferentes emociones Carteles de colores para reforzar las ideas de stop (rojo) - camino a cámara lenta (naranja) - camino (verde).	U.D. 2 55 minutos	Aire libre o aula	Individual, en parejas y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Reconoce sus propias emociones y su expresividad. ● Valora y respeta la expresividad de los otros. ● Autoevaluación. ● Docente: conceptual, procedimental, actitudinal. 			

Sesión 3. Improvisaciones I: el espejo y la marioneta			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Potenciar el interés de explorar, descubrir y experimentar distintas formas de expresión corporal. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa. ● Entender qué es una posición corporal correcta. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación, concentración. Se hace el círculo “perfecto” que se ha trabajado en las anteriores sesiones. El docente hace un recorrido de la posición corporal: pies paralelos, rodillas semiflexionadas, coxis hacia el suelo, hombros hacia atrás, esternón amplio, ligeramente hacia arriba y repleto de energía, brazos paralelos al tronco y siempre activos, cuello largo como si tuviéramos un hilo que nos tira hacia arriba, etc. Una vez posicionados, se les pide que cierren los ojos y respiren diez veces todos juntos (8 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. En círculo, se pide a los alumnos que al sonido de la palmada corran hacia puntos distintos y vuelvan al círculo “perfecto”. Después de hacerlo varias veces, se pueden introducir variantes como salir corriendo a diferentes puntos y, al volver al círculo, colocarse en lugares distintos, siempre formando el círculo “perfecto”. De este modo se trabaja la coordinación grupal y la concentración. Una vez hechas 3 o 4 rondas, se retoma la dinámica de caminar por el espacio con diferentes consignas. Una palmada: se agachan; dos palmadas, se salta; si se dice K, se lanza un único movimiento a modo de combate; y si se dice “compañía”, se forma el círculo “perfecto” (9 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Se retoma el “Como si...” de las clases anteriores y ahora se añade una circunstancia del lugar. En las anteriores sesiones se ha trabajado el “Como si...” como base corporal y el “Como si...” con estado de ánimo. En esta se trabaja el “Como si...” introduciendo circunstancias del lugar: como si estuviera muy oscuro, como si estuviera lloviendo mucho, como si oliera mal, etc. Se trata de incitar el imaginario del grupo para facilitar el proceso de expresión corporal e investigación expresiva. El concepto “Como si...” permite encontrar múltiples soluciones creativas a problemas que surgen, brindar un espacio libre de investigación y proporcionar la función lúdica del condicional. (15 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Se baja las pulsaciones y la excitación con el juego “el último gana”. La dinámica es la misma que una carrera de velocidad con la premisa de que el último, gana. Reglas: no se puede retroceder y no se puede parar. Con este juego se trabaja la autorregulación individual (8 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se toma la palabra por turnos y se comparte cómo se sienten, qué ha resultado más complicado y si se lo han pasado bien. (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. Todos se dan la mano y se busca un saludo especial y diferente con cada compañero (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
	U.D. 3 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Investiga con el movimiento corporal y su expresividad. ● Valora las diferentes expresiones. ● Autoevaluación. ● Docente: conceptual, procedimental, actitudinal. 			

Sesión 4. Improvisaciones II: El espejo y la marioneta			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa. ● Desarrollar la empatía reconociendo y validando las expresiones de los otros. ● Fomentar la escucha, la observación y la colaboración. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. Los alumnos se tumban en el suelo y se hace una respiración guiada llevando la respiración aquellos lugares de mayor tensión. Se trabaja la respiración (inspiración y expiración) en diferentes tiempos: 1,2,3; 1,2,3,4; 1,2,3,4,5; 1,2,3,4,5,6... (7 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. Tumbados en el suelo, se hacen movimientos de abrir y cerrar el cuerpo, crear diferentes ángulos y secuencias de movimientos segmentadas a través de la tensión y de la distensión. Se retoma la dinámica de caminar por el espacio con las consignas del día anterior: una palmada: se agachan; dos palmadas, se salta; si se dice K, se lanza un único movimiento a modo de combate; y si se dice “compañía”, se forma el círculo “perfecto” (7 minutos). Se introducen dos consignas nuevas: si se dice “cheroqui”, se lanza un arco con su flecha; y si se dice “uuuuuuu”, se abrazan con la primera persona que se cruza.</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. En esta sesión se trabaja por parejas.</p> <p>Juego del espejo: por parejas, uno frente al otro, el alumno A hará de espejo y, por tanto, será el reflejo del alumno B. Se cambia de rol y, por último, se pide que ambos sean espejo y persona al mismo tiempo. El objetivo de esta última propuesta es conseguir movimientos espontáneos hecho por los dos a la vez (10 minutos).</p> <p>Juego de las marionetas: por parejas, el alumno A hace de titiritero y el alumno B de marioneta. El titiritero mueve los hilos de la marioneta y ésta responde. Los hilos pueden venir de cualquier zona del cuerpo: rodilla, antebrazo, mano, oreja, nariz, etc. En este ejercicio puede ayudarles tener música de fondo. Una propuesta puede ser Yann Tiersen (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. El ovillo. En círculos, el docente comienza lanzando un ovillo a uno de los alumnos sin soltar la punta. Al tiempo que lanza el ovillo dice algo positivo que le guste o valore de la persona a quien se lo lanza. Así sucesivamente, siempre sin soltar el hilo (6 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se toma la palabra por turnos y se comparte cómo ha sido la experiencia en los distintos roles y si se lo han pasado bien (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. Se cierra la sesión con un aplauso grupal (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Reproductor de música Ovillo de lana	U.D. 4 55 minutos	Aire libre o aula	Individual, parejas y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Explora nuevos movimientos expresivos. ● Adecua el movimiento del cuerpo a las diferentes necesidades expresivas y motrices. ● Autoevaluación. ● Docente: Conceptual, Procedimental, Actitudinal. 			

Sesión 5. Escultores de nuestras emociones				
Competencias		Objetivos		
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Desarrollar la empatía reconociendo y validando las expresiones de los otros. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa y expresiva. ● Reconocer diferentes técnicas de relajación y concentración. 		
Descripción de la sesión/actividad				
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. Los alumnos se tumban en el suelo. En esta sesión se trabajan diferentes tipos de respiración: respiración alta (pecho), media (costillas) y baja (estómago). Se lleva el aire al pecho, a las costillas y al abdomen. De esta manera se trabaja la relajación, la concentración y la construcción de la imagen corporal para una mayor conciencia y un mayor conocimiento de uno mismo (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. Se camina por el espacio en diferentes formaciones: en parejas, en tríos o en cuartetos, siempre manteniendo en contacto alguna parte del cuerpo mientras se camina. Se varían las formas de contacto y se modifican las composiciones. Un calentamiento divertido prepara al alumnado a tener mayor disponibilidad ante los juegos y retos. El comportamiento y el compromiso de los niños mejora notablemente (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Esta sesión se divide en dos partes:</p> <p>Primera parte: el juego de los sentimientos. Volvemos al círculo “perfecto”. El alumno le dice al compañero de al lado al oído una emoción que este tiene que representar y éste debe representarla, y así sucesivamente.</p> <p>Segunda parte: las esculturas y los escultores. Cada escultura (alumnos A) elige representar una de las emociones trabajadas solo con la expresión corporal. De esta manera se consigue una gran composición escultórica de emociones. A los escultores (alumnos B) se le concede la posibilidad de mejorar la composición escultórica con un movimiento o un cambio. Los grupos cambian de rol (20 minutos).</p> <p>Estos ejercicios permiten a los alumnos que transiten las diferentes emociones y las distintas formas de expresión, además de advertir y reconocer las diferentes formas en que los compañeros afrontan las distintas emociones.</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Para finalizar, cada alumno elige una postura para hacer una composición grupal: cada uno de los alumnos forma parte de una escultura conjunta y se finaliza con una foto de grupo (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se habla de las modificaciones que se han producido y de los movimientos que se han hecho y cómo se han cambiado las esculturas (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. En círculo y con las manos unidas se despiden deseándose un bonito día con una sonrisa. (5 minutos).</p>				
Materiales		Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Cámara de fotos Móvil para hacer la foto		U.D. 5 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y en grupo
Criterios de evaluación				
<ul style="list-style-type: none"> ● Expresa emociones y sentimientos a través del cuerpo y el movimiento. ● Valora las diferentes formas de expresión. ● Autoevaluación. ● Docente: Conceptual, Procedimental, Actitudinal. 				

Sesión 6. Improvisaciones III: El muro y el barco			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA CEC		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Fomentar la cooperación, la colaboración y el trabajo en equipo. ● Promover y desarrollar la creatividad, entendida como capacidad para pensar y buscar soluciones originales a los problemas. ● Potenciar la imaginación y la espontaneidad. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. En pie con la posición corporal trabajada en la sesión 3 y en un círculo “perfecto” se trabajan de nuevo los diferentes tipos de respiración que se trabajaron en la sesión anterior: respiración alta (pecho), media (costillas) y baja (estómago). Se lleva el aire al pecho, a las costillas y al abdomen. (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. En círculo, se trabaja con objetos imaginarios y acciones. Un alumno hace un movimiento con un elemento imaginario y se lo pasa al compañero que quiera; el alumno que lo recibe propone otra acción con otro objeto imaginario, y así sucesivamente. (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Esta sesión se divide en dos partes y se trabaja en grupo.</p> <p>Primera parte: “el muro”. Los alumnos se colocan en un lateral del espacio y se les pide a todos (lo importante es que sean todos) que lleguen al lado opuesto, pero para lograrlo deben pasar el muro imaginario que hay en el centro y que divide el espacio en dos. La medida del muro puede variar, según el grupo clase, pero oscila entre medio metro y un metro y medio.</p> <p>Los alumnos tienen que colaborar, ayudarse y buscar diferentes soluciones para lograr pasar al otro lado del muro. Se recomienda delimitar los espacios con cinta adhesiva de color, cinta de pintor, cuerdas, etc. No se pueden apoyar en el muro o tocar las paredes. En este juego grupal hay un conflicto que hay que resolver entre todos y esto fomenta la colaboración, el sentimiento de grupo y la creatividad.</p> <p>Segunda parte: “Viaje en barco”. Se induce a los alumnos a un viaje en barco. El docente narra el viaje en un barco. En este viaje se dan diferentes situaciones y circunstancias. El viaje tiene que ocurrir en un lugar, en un momento del día y complementarlo con distintas circunstancias que compliquen la situación. Ejemplos: dormimos, nos despertamos, tenemos sueño, el culo se nos ha mojado, achicamos agua, olas muy grandes, tiburones, chalecos salvavidas, lancha salvavidas, pasa un avión, lanzamos una bengala, el barco se hunde, se sube a la lancha salvavidas, es más pequeña de lo que se creía, poco a poco desaparece la tormenta, sale el sol, vemos tierra, remamos hacia la tierra, desembarcamos, nos salvamos, nos encontramos una tribu, etc. Es importante que haya un guion para dirigir al grupo clase. (20 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Masaje en círculo grupal, primero de un lado y después del otro. De esta manera, el compañero al que se le da el masaje es quién después masajea. (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se preguntará al grupo: ¿Qué roles se han manifestado? ¿Cómo ha sido la comunicación? ¿Cómo ha sido organizarse? Se deja el tiempo necesario para que los alumnos puedan compartir su experiencia. (10 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Cinta adhesiva de colores Cuerdas	U.D. 6 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Participa activamente en el grupo. ● Disfruta del trabajo en equipo. ● Autoevaluación. ● Docente: conceptual, procedimental, actitudinal. 			

Sesión 7. Improvisaciones IV: La tabla y las islas			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa y expresiva. ● Conocer técnicas teatrales y potenciar el gusto por el teatro. ● Fomentar la imaginación, la creatividad y la espontaneidad. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. Tendidos en el suelo boca arriba y con las palmas de las manos hacia arriba, sintiendo cómo cada parte del cuerpo descansa sobre el suelo, se inicia el ejercicio de respiración guiada desde la cabeza a los pies. El docente nombra cada parte del cuerpo para inducir a la toma de conciencia corporal, la relajación, la autopercepción y la vinculación corporal. Se continua con el concepto de inspirar y expirar y se retoma la respiración en diferentes tiempos ya trabajados anteriormente (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. En círculos, se comienza movilizandando la musculatura facial: se saca la lengua y con la punta de la lengua se pide que se intenten tocar la punta de la nariz, el mentón, la oreja derecha, la oreja izquierda, escriban su nombre, hagan círculos, etc. Se pide que imaginen que tienen un bombón muy grande en la boca y se emite el sonido: “mmmm”. Después se pide que hagan muecas. Con este ejercicio se trabaja el aparato fonador y calentamos los resonadores. Y se vuelve a caminar por el espacio utilizando las diferentes consignas que se han hecho en las anteriores sesiones. Se finaliza con la consigna “compañía” para hacer el “círculo perfecto” (7 minutos)</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Esta sesión se divide en dos partes.</p> <p>Primera parte por parejas: “la tabla”. Se dice que en el suelo hay una tabla de un metro y medio de larga, aproximadamente, y que entre dos alumnos la deben llevar al otro punto. El juego puede aumentar de dificultad si se dice que en la tabla hay 30 copas de vino, 50 tazas de té, una fuente de fruta, etc.</p> <p>Las parejas acuerdan libremente la anchura, el peso y la consistencia de la tabla.</p> <p>Segunda parte por grupos: “las islas”. En el espacio de trabajo se dibujan o se marcan 4-5 islas, dependiendo el número de alumnos, con cierta separación entre ellas. Los grupos son de 3 o 4 alumnos. Los grupos son repartidos en las diferentes islas y cada isla recibe un nombre, que el propio grupo elige.</p> <p>El docente narra que una de las islas, sin decir el nombre, se hunde poco a poco. Después se dice qué isla se hunde y los alumnos deben encontrar soluciones e ir a otras islas para continuar con vida. Una por una, las islas se hundien y solo queda una isla para todos (18 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Se hace un círculo y se pide a los alumnos que se masajeen la cara, después la cara del compañero y, por último, se hace varias rondas de muecas individualizadas (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Tomando la palabra por turnos se pondrá en común si les ha gustado la idea de interpretar, representar y crear situaciones ficticias, y si quieren compartir alguna anécdota o algún momento vivido durante la clase (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. Acabaremos con un abrazo grupal (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Cinta adhesiva de colores Tizas	U.D. 7 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Improvisa según las distintas situaciones. ● Disfruta con la creación de situaciones. ● Autoevaluación. ● Docente: Conceptual, Procedimental, Actitudinal. 			

Sesión 8. Improvisaciones V: Situaciones cotidianas			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa y expresiva. ● Promover y desarrollar la creatividad, entendida como capacidad para pensar y buscar soluciones originales a los problemas. ● Divertirse y disfrutar con las actividades y el juego teatral. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación y concentración. Se introduce algunas de las posturas de yoga siguiendo los pasos básicos. Existen múltiples guías para docentes para la práctica de yoga con alumnos de primaria. Puede ser con la guía del docente o siguiendo la canción “Saludo al sol” de MiniPadmni y “Posturas de animales” de Smile Learn. Algunas de las posturas que se pueden realizar son: el árbol, la montaña o la vaca. La práctica del yoga en niños ayuda a mejorar la postura corporal, la concentración y el equilibrio, aumenta la autoestima y es un modo divertido de crear prácticas y hábitos saludables (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. Se camina por el espacio y, al cruzarse con un compañero, se le saluda según las consignas que se les dan: caminando normal, se saludan chocando la mano derecha y se añade “Hola”, “¿Cómo estás?”, “Me alegro de verte”; caminando rápido, se choca la mano izquierda y se añade “Hasta pronto”, “Adiós”, “Un gusto volver a verte”; caminando hacia atrás, se tocan los traseros y se añade “Disculpa” y así sucesivamente, con diferentes modalidades y sumando dificultad o complejidad según el grupo clase (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. Los alumnos se disponen en grupos; a cada grupo se le asignan unas series de palabras para hacer una breve representación a los otros dos grupos. Se les ofrecen diferentes combinaciones, como, por ejemplo: Enfado – música – amigos/as. Tristeza – escuela – animales. Alegría – estaciones – familia.</p> <p>Cada grupo ofrece la representación frente al resto de compañeros. A través del visionado y la observación del trabajo de los compañeros desde fuera de la escena, los alumnos descubren nuevas formas de resolver situaciones, otras alternativas de construcción de escenas y desarrollan la empatía.</p> <p>Se puede trabajar con palabras que se están utilizando en las diferentes áreas y se pueden extraer ideas para combinar las tarjetas y las palabras (20 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Se Juega a la gallinita ciega. Colocados todos en círculo, uno de los alumnos se sitúa en el centro con los ojos vendados y hace de gallinita ciega. El resto del grupo puede alejarse solamente dos pasos como máximo y canta la canción popular: “Gallinita ciega, que se te ha perdido, una aguja o un dedal, da media vuelta y lo encontrarás”. Cuando la gallinita toca a alguien, debe averiguar quién es a través del tacto (5 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se habla de lo divertido de la imaginación y de la ficción; de cómo se pueden crear múltiples escenas gracias a la imaginación y a la cooperación del grupo. Se habla de cómo se han sentido en las representaciones (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. Acabaremos con un abrazo grupal (5 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Ver Anexo	U.D. 8 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y en grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Improvisa individualmente y en grupo. ● Disfruta con el trabajo en equipo. ● Autoevaluación. ● Docente: Conceptual, Procedimental, Actitudinal. 			

Sesión 9. ¡Todos sumamos!			
Competencias		Objetivos	
CCL CPAA		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer y expresar emociones, sentimientos y opiniones propias. ● Reconocer el cuerpo como herramienta comunicativa. ● Reconocer el juego, la investigación, la experimentación, la creatividad y la imaginación como medio de aprendizaje. ● Fomentar hábitos y prácticas saludables. 	
Descripción de la sesión/actividad			
<p><u>Actividad 1.</u> Respiración, relajación, concentración. Se continúa con las posturas de yoga introducidas en la sesión anterior para reforzar la práctica. La práctica del yoga ayuda a mejorar la postura corporal, la concentración y el equilibrio, aumenta la autoestima y es un modo divertido de crear prácticas y hábitos saludables en la etapa de primaria (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 2.</u> Puesta en marcha. Se camina por el espacio de trabajo y el docente indica diferentes modos de agrupación. Los alumnos se agrupan según distintas consignas: color de pelo, número de zapato, tipo de cara, comida preferida, alturas, etc. Puede haber grupos de uno, de varios o no haber grupo. El docente juega a la confusión cuando se agrupan, diciendo que no acaban de resultarles las agrupaciones que se dan, para iniciar el siguiente juego, y se les vuelve a pedir que se agrupen por color de ojos, número de hermanos, libros preferidos, etc. Las diferentes agrupaciones que se forman evidencian que algunas veces se crean grupos de dos personas, de tres personas, en ocasiones con los mismos, con todos e, incluso, a veces solos, etc. Esto es un ejemplo de que según las circunstancias, unas veces se camina y se está con unos compañeros, otras veces con diferentes compañeros, y en ocasiones solos (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 3.</u> Expresión-comunicación. En esta última sesión el juego es de roles. Se propone que elijan un lugar concreto donde suele haber movimiento de personas que interactúan entre sí y se dan situaciones diferentes. Por ejemplo: un ambulatorio, el mercado de abastos, la subasta del pescado, un parque de atracciones, un avión, un centro comercial, la visita de un monumento, etc.</p> <p>Una vez elegido el lugar, los alumnos anotan los diferentes personajes y roles que pueden darse. Ejemplo: en el hospital: el recepcionista, la médico, el especialista, el paciente impaciente, el conductor de ambulancia, el repartidor de suministros médicos, el limpiador de cristales, el muchacho en prácticas, etc.</p> <p>Se reparten los roles y las funciones y se inicia la interacción entre ellos, y se brinda el espacio para que se produzcan situaciones de juego espontáneo (15 minutos).</p> <p><u>Actividad 4.</u> Vuelta a la calma. Dos alumnos, cada uno de ellos en dos puntos distantes, cogen los extremos de una cuerda imaginaria. En fila y uno a uno (también puede ser por ambos lados), los alumnos entran a saltar a la comba. El juego se acaba saltando todos a la vez (7 minutos).</p> <p><u>Actividad 5.</u> Valoración y puesta en común. Se hace una valoración de las situaciones que han surgido durante el juego teatral y se comentan (10 minutos).</p> <p><u>Actividad 6.</u> Despedida y cierre de la sesión. Un aplauso grupal y un abrazo de todo el grupo clase (3 minutos).</p>			
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos
Tarjetas plastificadas de las emociones básicas. Reproductor de música.	U.D. 9 55 minutos	Aire libre o aula	Individual y gran grupo
Criterios de evaluación			
<ul style="list-style-type: none"> ● Autoevaluación. ● Docente: Conceptual, Procedimental, Actitudinal. 			

5.8. Planificación Temporal

Esta Unidad Didáctica consta de 9 sesiones de 55 minutos cada una. Se busca que sea una Unidad Temática cuyas sesiones consecutivas permitan observar una progresión.

5.9. Medidas de atención a la diversidad / Diseño universal del aprendizaje

La Unidad Didáctica está diseñada para funcionar en un entorno de educación inclusiva que busca responder a la diversidad a través de actividades integradoras y de una evaluación adecuada a las características y necesidades individuales.

Las actividades propuestas son inclusivas y fortalecen la empatía a través de las emociones. Además, refuerzan la comunicación no verbal al resaltar diversas formas de comunicar que son las herramientas comunicativas de algunos alumnos con necesidades especiales, como, por ejemplo, las imágenes. En algunos casos, la autorregulación puede ser más compleja. Entonces se buscarían, en la medida de lo posible, alternativas viables en cada una de las sesiones.

Se utilizará un lenguaje claro y preciso. La diversidad de estímulos utilizados (gestos, imágenes, ejemplos, música, en ocasiones tarjetas, fotografías, etc.) favorecen la inclusión y la atención a la diversidad. Si algún alumno presenta dificultades, se le acompañará sin presionarlo y sin forzarlo, respetando sus tiempos y sus espacios e intentando involucrarlo de manera paulatina.

En los ejercicios y las propuestas de expresión corporal no hay un marcador normativo sobre lo que es correcto o incorrecto. En el juego teatral todas las propuestas que el alumnado hace son enriquecedoras y valiosas por sí mismas, y las opciones, innumerables, como innumerables las maneras de ver, sentir y hacer.

Por otra parte, y tal como propone el Real Decreto 157/2022, la identificación y valoración de las necesidades educativas de este alumnado debe realizarse lo más tempranamente posible. Esta Unidad Didáctica permite identificar algunas cuestiones que después deberán ser valoradas por los profesionales correspondientes.

5.10. Sistema de evaluación

La evaluación tendrá diferentes criterios: el primero será la evaluación del docente en cada sesión a través de la observación sistemática y directa, además de los ítems de cada sesión. El segundo se hará con las rúbricas “Excelente” “Bien” y “Puedo hacerlo mejor”. El tercer criterio será la coevaluación grupal y la autoevaluación que tiene dos beneficios principales: hacerlos protagonistas del aprendizaje en todos los procesos y reconocer las dificultades y habilidades y proponer acciones para su mejoría. Esta se desarrollará en la puesta en común y de manera individual.

Tabla 4 Criterios de evaluación

Criterio de Evaluación	Excelente	Bien	Puedo hacerlo mejor
Conceptual			
Ordena sus pensamientos.			
Reconoce cuáles son las conductas positivas.			
Es consciente de la importancia de las relaciones sanas.			
Identifica las estrategias de comunicación verbales y no verbales.			
Procedimental			
Comunica con claridad las ideas y los sentimientos usando recursos verbales y no verbales.			
Relaciona la buena comunicación con el control de la respiración, los gestos y la actitud corporal.			
Es capaz de calmarse y activarse de acuerdo con lo establecido en las actividades.			
Utiliza los recursos trabajados ante los nuevos ejercicios.			
Actitudinal			
Establece relaciones de respeto gracias a la escucha y la empatía.			
Muestra interés por participar aportando ideas.			
Disfruta de las sesiones realizadas.			

Tabla 5 Criterios de evaluación y objetivos

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Objetivo	Competencia Clave	Sesión/ Actividad
Criterio Conceptual	1, 2, 3, 4, 5	CCL, CP, CPAA, CC, CEC	Todas
Criterio Procedimental	1, 2, 3, 5	CCL, CP, CPAA, CC, CEC	Todas
Criterio Actitudinal	1,2,3,4,5	CCL, CPAA, CC, CEC	Todas
Atención a la Diversidad			
Criterio Conceptual	1, 2, 3,4,5	CCL, CP, CPAA, CC, CEC	Todas
Criterio Procedimental	1,2,3,5	CCL, CP, CPAA, CC, CEC	Todas
Criterio Actitudinal	1,2,3,4,5	CCL, CP, CPAA, CC, CEC	Todas

6. Conclusiones

Cada vez resulta más necesario recalcar que la educación emocional es el cimiento del ser humano. Estamos en una época en donde la tecnología parece ser el centro de todas nuestras relaciones sociales y en donde a veces las extensiones de nuestro cuerpo (teléfono móvil, televisión, tabletas, ordenadores...) sustituyen a nuestro propio cuerpo.

Si bien la Educación Física ha contemplado en su currículo la expresión corporal y la dramatización desde la década de los 70 del siglo pasado, a veces los docentes no encuentran la forma de encontrar espacio para la educación emocional y expresiva o de acertar con la manera de integrar estos contenidos de una forma fluida e imaginativa.

En la Unidad Didáctica se intenta potenciar el uso de recursos materiales sencillos y accesibles que no distraigan la percepción del propio cuerpo y de la relación sensible con los demás. Si bien está planeada para un entorno rural es aplicable, y con mayor razón, a áreas urbanas en donde la exposición a la tecnología es constante y apabullante, ya que, como se señala en uno de los objetivos de este trabajo, las actividades están diseñadas para construir un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en el disfrute y el juego.

A través de los diferentes recursos dramáticos utilizados, se buscó la promoción de las relaciones sanas, para ello es importante recalcar su papel de dinamizador en estas actividades y transmitir a los alumnos el entusiasmo y el interés. En este sentido, la Unidad Didáctica busca que el alumnado sean protagonistas del proceso de aprendizaje desde el primer momento, aportando soluciones y estando atentos a sus propuestas, hasta la propia evaluación en donde también se busca validar sus emociones, afirmar la autoestima y reconocer los aciertos y los aspectos a mejorar.

7. Consideraciones finales

Este trabajo de grado me ha permitido ver más claramente por qué es importante aplicar una serie de nociones básicas sobre el cuerpo, la respiración y la empatía con los otros y cómo éstas son la semilla de los juegos dramáticos.

A menudo se piensa que el teatro escolar es la representación estereotipada de personajes que, si bien potencian algunos aspectos expresivos y permiten recrear emociones, no permiten aflorar la creatividad, ni están pensados para una expresión que valide las emociones propias y de los demás.

Las prácticas que he efectuado hasta el momento, también me ha dado una perspectiva interesante sobre la idea del aprendizaje. Es importante enseñar los procesos para, por ejemplo, enseñar a sumar y restar, pero es un gran reto lograr que la educación emocional sea transversal a todas las competencias educativas y, sobre todo, permitirá personas que crezcan con mayor consciencia de uno mismo, de su entorno y de sus semejantes.

8. Referencias bibliográficas

- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21, 7–43.
- Çiftçi, M. A., & Aykaç, M. (2022). The effect of creative drama activities in early childhood on the executive functions of children. *Education 3-13*, 50(2), 267–280. <https://doi.org/10.1080/03004279.2020.1849343>
- Colmenero, V. C., García, P. C., & Tendero, G. R. (2013). La dramatización como recurso didáctico para el desarrollo emocional. Un estudio en la etapa de educación primaria. *Revista de Investigación Educativa*, 31(2), 393–410. <https://doi.org/10.6018/rie.31.2.164501>
- Coterón, J., & Sánchez, G. (2012). Expresión corporal en Educación Física: la construcción de una disciplina. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 14(14), 164–175. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3859522&info=resumen&idioma=SPA>
- Cruz Cruz, P. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Como desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal). *Historia y Comunicación Social*, 19(SPEC. ISSU), 107–118.
- Cutillas, V. (2015). El teatro y la pedagogía en la historia de la educación. *Tonos Digital*, 1(28), 1–31.
- Garaigordobil, M., Berruero, L., & Celume, M.-P. (2022). Developing Children’s Creativity and Social-Emotional Competencies through Play: Summary of Twenty Years of Findings of the Evidence-Based Interventions “Game Program.” *Journal of Intelligence*, 10(4), 77. <https://doi.org/10.3390/jintelligence10040077>
- González Martí, I., Contreras Jordán, O. R., & Gil Madrona, P. (2013). Percepción de la competencia emocional en las clases de educación física en educación primaria. *Multiárea: Revista de Didáctica*, 6, 355–365. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=5294288>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE núm.340 122868 (2020). <https://www.campuseducacion.com/blog/wp-content/uploads/2020/12/LOMLOE.pdf>
- Llei 12/2009 del 10 de juliol, d’educació, (2009).

- Mavroudis, N. (2021). the Effect of Drama in Education Towards the Subject of Physical Education in Elementary Schools. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 7(1), 43–55. <https://doi.org/10.46827/ejpe.v7i1.3760>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2000). Emotional intelligence meets traditional standards for an Intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267–298.
- Ministerio de Educación y Formación Profesional. (n.d.). *Educagob Portal del Sistema Educativo Español*. 2022.
- Motos, T. (2019). *Cerebro emocional, educación emocional y expresión corporal*. December, 1–12.
- Núñez, L., & Navarro, M. del R. (2007). Dramatización y educación: aspectos teóricos. *Teoría de La Educación. Revista Interuniversitaria*, 19, 225–252. <https://doi.org/10.14201/3262>
- Pareja Olcina, M. (2021). Relacionados. El teatro como herramienta educativa. *Aula de Encuentro*, 23(1), 217–240. <https://doi.org/10.17561/ae.v23n1.5447>
- Pérez-Castro, J., & Urdampilleta, A. (2012). Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(167), 13.
- Real Decreto 157/2022, Num-52 B.O.E. 24386 (2022). <https://www.boe.es/eli/es-vc/l/2019/02/05/1>
- Robles, G., & Civila, D. (2004). El escenario: espacio conocido para una pedagogía alternativa. *Educació Social: Revista d'intervenció Sòcioeducativa*, 0(28), 121–130.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211., 9(3), 185–211.
- Sampedro, L. (2016). *Manual de teatro para niñas, niños y jóvenes en la era de Internet* (Ed. Alba).
- Sánchez Montero, M. (2016). *En clase sí se juega*. Paidós Educación. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Slade, P. (1954). *Child drama*. London University Press.
- Stoller, J. K. (2021). Emotional Intelligence: Leadership Essentials for Chest Medicine Professionals. *Chest*, 159(5), 1942–1948. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.09.093>

Tejerina, I. (1999). El juego dramático en la educación primaria. *Textos de Didáctica de La Lengua y La Literatura*, 19, 33–44.

Torras i Albert, À. (2012). El teatro en la escuela: un proyecto municipal de incentivación del teatro como actividad formativa, cultural y artística. *DEDiCA Revista de Educação e Humanidades (Dreh)*, 2(2), 201–216. <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i2.7129>

Vacas Pozuelo, C. (2009). Importancia del teatro en la escuela. *Innovación y Experiencias Educativas*, 16, 1–11.

van de Water, M. (2021). Drama in education: why drama is necessary. *SHS Web of Conferences*, 98, 02009. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20219802009>

Vieites, M. F. (2020). Teatro y educación en la Ley General de 1970. Avances y retrocesos. *Cuestiones Pedagógicas*, 2(29), 501–563. <https://doi.org/10.12795/cp.2020.i29.v2.04>

9. Anexos

9.1. Anexo I

Imágenes para tarjetas plastificadas¹

Sesión 2 “Emociones”



¹ Todas las imágenes provienen de la página de imágenes de libre uso <https://www.pexels.com/es-es/>



9.2. Anexo II

Recursos Audiovisuales Yoga Sesión 8

Minipadmini



<https://www.youtube.com/watch?v=Ea6ykVh7Y7U>

Smile and Learn



<https://www.youtube.com/watch?v=jMOZz7GHaog>

Webgrafía de los anexos

La nube | Relajación de Yoga (Shavasana) | Minipadmini (Yoga para niños y niñas). (n.d.).

Www.youtube.com. Retrieved February 13, 2023, from

<https://www.youtube.com/watch?v=Ea6ykVh7Y7U>

Pexels Fotos de stock gratis, imágenes libres de regalías y videos compartidos (n.d.) [Review of *Fotos de stock gratis, imágenes libres de regalías y videos compartidos*].

<https://www.pexels.com/es-es/>.

Yoga para niños - Las posturas de los animales - Tutorial para practicar yoga. (n.d.).

Www.youtube.com. Retrieved February 13, 2023, from

<https://www.youtube.com/watch?v=jMOZz7GHaog>