

**Universidad Internacional de La Rioja**  
**Facultad de Educación**

---

# Repercusión de la Expresión Corporal para el fomento de las habilidades sociales en el tercer ciclo de Educación Primaria

---

Trabajo fin de grado presentado por:

Titulación:

Línea de investigación:

Director/a:

Ragüel Antón Rubio

Grado de Maestro de Primaria

Propuesta de intervención

Dr. Alfonso Castillo Rodríguez

Zaragoza

27 de Junio de 2014

Firmado por:

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi familia por ayudarme y apoyarme durante mis estudios en Zaragoza y Huesca para hacer realidad mi sueño de ser maestro.

A Alfonso Castillo Rodríguez, director del Trabajo Fin de Grado por su continua disposición a ayudarme y resolver todas mis dudas surgidas durante la elaboración del trabajo.

El futuro tiene muchos nombres. Para los débiles es lo inalcanzable. Para los temerosos, lo desconocido. Para los valientes es la oportunidad.

Víctor Hugo

## **RESUMEN**

Este trabajo de fin de grado es una propuesta de intervención educativa en la que se defiende que la Expresión Corporal se puede usar en clases de Educación Física para mejorar las relaciones sociales de los alumnos.

Para ello se ha consultado información e investigaciones de autores reconocidos tanto de Expresión Corporal como de habilidades sociales dentro del sistema educativo para fundamentar la propuesta y poder realizar con los alumnos actividades donde se desarrollen beneficiosamente sus habilidades sociales.

Esta investigación permite respaldar la mejora de las habilidades sociales en los alumnos con el trabajo en clase de actividades de Expresión Corporal.

La Expresión Corporal aporta a los alumnos unos beneficios individuales y grupales por sus características concretas que no se pueden conseguir con otros contenidos de Educación Física.

Se proponen 10 sesiones de trabajo de Expresión Corporal donde los alumnos a parte de disfrutar de la propia y grupal vivencia corporal, podrán beneficiarse de una mejora en sus habilidades sociales.

## **PALABRAS CLAVE**

Expresión Corporal, habilidades sociales, Educación Física y Educación Primaria.

## INDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
1.1. Objetivos	8
1.2. Hipótesis	8
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1. Expresión Corporal	9
2.1.1. Aproximación al concepto	9
2.1.2. Características	10
2.1.3. Manifestaciones	12
2.1.4. Relación con el currículo	14
2.2. Habilidades sociales	15
2.2.1. Aproximación al concepto	15
2.2.2. Habilidades sociales presentes en la intervención docente	16
3. MARCO EMPÍRICO	22
3.1. Presentación	22
3.2. Objetivos	22
3.3. Metodología	23
3.4. Actividades	25
3.5. Evaluación	35
4. CONCLUSIONES	39
5. PROSPECTIVA	41
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
7. BIBLIOGRAFÍA	45
8. ANEXOS	46

## **1. INTRODUCCIÓN**

Este trabajo nace del pensamiento de que la Expresión Corporal en las clases de Educación Física en Educación Primaria puede ser un contenido muy útil para el proceso educativo de los alumnos, mejorando en ellos entre otras muchas cosas las habilidades sociales.

Para la búsqueda de información en este trabajo se han consultado autores contrastados que han defendido la importancia de la Expresión Corporal en el área de Educación Física e irán apareciendo a lo largo del trabajo sus reflexiones.

La finalidad y el interés de llevar a cabo esta propuesta de intervención es poder aplicar la Expresión Corporal con los alumnos para fortalecer sus habilidades sociales, buscando así formar alumnos que posean habilidades sociales que les permitan tener un buen desempeño social en su vida, ya que el ser humano es un ser social y necesita desarrollar dicha habilidad.

### **Planteamiento del problema**

La sociedad de hoy sufre cambios constantemente. Repercutiendo también en el mundo educativo, exigiendo nuevos desafíos y cambios para responder adecuadamente a los retos de la sociedad actual y futura.

La Educación Física, también debe tener en cuenta esta situación ya que la enseñanza en la escuela permitirá el acceso de todos los alumnos a las prácticas sociales de referencia que son, en el caso de la Educación Física, las diferentes actividades físicas y deportivas que forman parte de la cultura del país.

La Expresión Corporal se ha incorporado al currículo de Educación Primaria en los contenidos de Educación física hace no muchos años.

Dentro de la Expresión Corporal hay unas posibilidades comunicativas, creativas y sociales que justifican la importancia de desarrollar este bloque de contenidos dentro de marco escolar de la Educación Física (García, 2008).

Según los autores Viciano y Arteaga (2004), la Expresión Corporal es una parte del proceso educativo actual permitiendo desarrollar en el alumno la capacidad expresiva y comunicativa.

Los maestros de Educación física son conscientes de las amplias posibilidades que puede ofrecer la Expresión Corporal a la hora de expresar sentimientos, deseos o emociones, todas ellas experiencias enriquecedoras, por esto se ha considerado como un medio adecuado para fomentar en los alumnos la enseñanza, mejora y afianzamiento de habilidades sociales.

En la propuesta de intervención, se utilizará la Expresión Corporal para mejorar las habilidades sociales que permitan al alumnado una mejor relación interpersonal.

Con respecto a la organización del trabajo de investigación, se ha dividido en seis apartados:

La primera parte del trabajo consta de una introducción y planteamiento del problema para saber lo que trata de lograr la propuesta de intervención. A continuación aparecen los objetivos que se pretenden conseguir a través de la propuesta de intervención y la hipótesis que se espera conseguir.

La segunda parte es el marco teórico, se divide en dos apartados, uno en el que se habla de la Expresión Corporal, haciendo referencia a autores que defienden su importancia mediante definiciones, características, manifestaciones y relación con el currículo, el otro apartado habla de las habilidades sociales, primero con una aproximación al concepto y después citando las habilidades sociales que pueden estar presentes en una intervención educativa, así como la relación entre Expresión Corporal y habilidad social dentro del sistema educativo.

La tercera parte consta de una propuesta de intervención de Expresión Corporal para favorecer las habilidades sociales de los alumnos indicando cuáles se trabajan en las diferentes actividades de las sesiones.

La cuarta parte hace referencia a las conclusiones obtenidas, relacionando los objetivos propuestos con lo que la propuesta de intervención puede aportar al sistema educativo.

La quinta y sexta parte del trabajo corresponden a la prospectiva de la propuesta de intervención, las posibles líneas futuras de trabajo en relación con la propuesta y las referencias bibliográficas consultadas a lo largo del Trabajo Fin de Grado.

## **1.1. Objetivos**

### **1.1.1. Objetivo general**

Diseñar una propuesta de intervención de Expresión Corporal para Educación Física en aras de mejorar y fortalecer las habilidades sociales de los alumnos.

### **1.1.2. Objetivos específicos**

1. Conocer el concepto de la Expresión Corporal así como sus características principales desde una visión educativa.
2. Describir las habilidades sociales que se pueden fomentar en el aula desde el punto de vista de la intervención docente.
3. Diseñar sesiones con actividades lúdicas y organización colectiva, favoreciendo las habilidades sociales ajustadas a las características de los alumnos.

### **1.1.3. Hipótesis**

Se considera que la Expresión Corporal dentro de la asignatura de Educación Física mejora en cada alumno las habilidades sociales, creatividad, actitudes y valores positivos personales para lograr una mejor convivencia entre los compañeros.



## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Expresión Corporal**

La Expresión Corporal se entiende como una propuesta de gran interés educativo. A través de la Educación Física, se desarrollan valores de convivencia logrando espacios y ambientes de aprendizaje dando importancia a la libertad, creatividad, humor y amor, favoreciendo el desarrollo personal y social de nuestro alumnado como personas íntegras. La Expresión Corporal favorece la expresividad, la comunicación, la creatividad y la sensibilidad a través del juego (Cortina, 1998).

#### **2.1.1. Aproximación al concepto**

A continuación se proponen algunas definiciones de Expresión corporal que han ofrecido algunos de los autores más reconocidos:

En primer lugar, Stokoe (1986) considera la Expresión Corporal como una conducta que existe desde siempre en todo ser humano. Usa varios lenguajes: pre-verbal, extra verbal y paralingüístico por medio del cual el ser humano se expresa a través de sí mismo, reuniendo en su cuerpo el mensaje y el canal así como el contenido y la forma.

Esta misma autora en 1990, explica que la Expresión Corporal es vital para la educación por sus objetivos, contenidos y metodología así como para preparar a los alumnos para la vida activamente, siendo una actividad física placentera y saludable para todos.

Schinka (1988) afirma que la Expresión Corporal es un conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento para encontrar y descubrir un lenguaje propio, conectando con los procesos internos de la persona a través del lenguaje gestual creativo.

Por último, se tomará como referencia a Calecki y Thévenet (1992) que definen Expresión Corporal como una forma de expresión que consiste en decir mediante el cuerpo y utilizando gestos significativos nacidos del sentir y de la espontaneidad,

permitiendo crear un lenguaje propio comprensible y comunicable en relación con los demás.

Tomando en cuenta las anteriores definiciones, los elementos clave son:

Cuerpo y movimiento, lenguaje propio, lenguaje gestual creativo, exteriorización de ideas y sentimientos, comunicar por medio del cuerpo, gestos, espontaneidad, lenguaje propio y comunicar a las demás personas.

### **2.1.2. Características**

Se van a tomar como referencia las características que proponen en primer lugar Montávez y Zea (1998) y también las que indica Romero Martín (1997). Después se citarán otras características enunciadas por otros autores.

La Expresión corporal según Montávez y Zea (1998) tiene las siguientes características:

- Se pueden crear nuevos patrones motrices para aumentar su vocabulario corporal, usando el cuerpo como medio de expresión y comunicación.
- Los alumnos se familiarizarán con el éxito mediante varias formas de trabajo expresivo individual y grupal desde el respeto y la tolerancia.
- Cada alumno descubrirá sus potencialidades expresivas individuales y grupales, llegando a superarse respecto a sus limitaciones e incrementando su autoestima para seguir avanzando.
- Permite desarrollar en el alumno su creatividad, expresividad, imaginación y espontaneidad, a través de las distintas posibilidades expresivas que le ofrece su cuerpo y el movimiento.

A continuación, según Romero Martín (1997), la Expresión Corporal posee estas características:

- El valor que se da en el aula a la técnica es escaso o inexistente.
- Lo más importante es el proceso y evolución que el alumno vive durante las actividades de Expresión Corporal.
- Todas las actividades llevadas a cabo están relacionadas con el concepto de habilidades y destrezas básicas.
- Las respuestas de los alumnos pueden ser correctas y diferentes a las de sus compañeros.
- Dar importancia a la afectividad tanto hacia uno mismo como hacia el resto de compañeros durante las actividades.

Con las características aportadas por estos autores se puede decir que la dirección que trata de seguir la Expresión Corporal en el sistema educativo sobre los alumnos es la del autoconocimiento, la exploración personal, mejorar la comunicación y la relación del alumno consigo mismo y con el grupo en general.

Otras características repetidas por diversos autores sobre Expresión Corporal son:

- La Expresión Corporal es el lenguaje más natural y espontáneo, usándolo desde el nacimiento como su recurso de comunicación inicial.
- La Expresión Corporal está abierta a la creatividad y a la espontaneidad personal.
- Con la Expresión Corporal se pueden mostrar emociones, tensiones, conocimientos del mundo y de las personas y la percepción de la realidad.
- Lo más importante en la Expresión corporal es el camino seguido y vivido por el alumno durante las actividades, el resultado se valorará desde un segundo plano.

### **2.1.3. Manifestaciones**

Mediante la Expresión Corporal se desarrollan una serie de manifestaciones expresivas significativas, a continuación se describen las más importantes fundamentadas con estudios de varios autores sobre ellas.

#### **- El gesto.**

Para hablar del gesto, se tomará como referencia a Davis (1981), que lo define como un movimiento expresivo del cuerpo con una intensidad que puede variar, siempre será significativo y con carga de sentido, reflejando sentimiento, deseo y emoción en el protagonista. El gesto puede ser voluntario o involuntario, pero siempre dará información a nuestro interlocutor. La cantidad de gestos evolucionan con la edad.

Por su parte Kostolany (1997) describe el gesto como la expresión de una emoción, es un acto intencional para modificar la relación personal con el mundo exterior y también como un lenguaje inteligible.

#### **- La postura.**

Según Villada (1997), la postura es la posición de nuestro cuerpo mientras se hace una acción determinada con la ayuda del tono muscular que es el encargado de mantener la actitud corporal. Cada persona tiene una postura determinada, pudiendo indicar en muchos casos la personalidad de cada uno.

Relacionado con la postura, Motos (1983) diferencia cuatro tipos de posturas:

El primer tipo son las posturas abiertas, con los brazos abiertos, rodillas hacia fuera y el pecho hacia delante. Las personas que tienen esta postura expresan frecuentemente sentimientos de gozo, optimismo, alegría, felicidad, etc.

El segundo tipo son las posturas cerradas, la persona parece estar encerrada en sí misma con la barbilla hacia el pecho, la espalda encorvada y los brazos y piernas hacia dentro. Estas personas pueden expresar sensaciones de malestar, soledad, tristeza, pesimismo, dolor, etc.

El tercer tipo son las posturas hacia delante, llevan el pecho hacia fuera y la mirada al frente. Expresan sentimientos de poder, agresividad, desafío, prepotencia, etc.

El cuarto tipo son las posturas hacia atrás, tienen el pecho hundido y la mirada dirigida hacia el suelo. Expresan sentimientos de angustia, miedo, inseguridad, temor, etc.

- La mirada.

Seguendo a Ballester y Gil (2002), el tipo de mirada aporta información sobre la actitud del interlocutor como por ejemplo, mirada dispersa puede indicar desinterés y mirada fija indica hostilidad. Sea como sea la mirada, sirve como apoyo al habla ayudando a que el mensaje sea entendido. La mirada tiene mucho poder expresivo siendo un medio eficaz para la comunicación. A través de la mirada, se refleja el estado emocional y afectivo de la persona en ese preciso instante, reforzando los mensajes verbales y manteniendo activa la conversación.

- El mimo.

Como dice Roberts (1983), se considera el mimo como el arte de saber crear lo invisible a través de lo visible. Es el lenguaje del gesto por excelencia. Se utiliza el lenguaje corporal, sin utilizar la palabra. Para poder controlar el gesto es preciso tener dominio corporal, ya que el cuerpo crea imágenes, utilizando varias partes del cuerpo, en reposo o movimiento.

- La danza.

Se puede definir la danza según García Ruso (1997), como la manifestación corporal en la que participan todos y cada uno de los factores que configuran el movimiento expresivo. Se expresa a través del ritmo, la mímica y la coreografía.

- La expresión dramática.

Según Cañas (1994), se entiende la expresión dramática como una representación teatral de alguna situación, historia, circunstancia, acontecimiento, cuento, etc. que se le da vida en forma de teatro, recreando y vivenciando situaciones imaginadas o reales.

Según Zagalaz y cols. (1999), a través del teatro se buscará la expresión del niño, recreando situaciones y personajes imaginados, utilizando textos y acciones improvisadas, estimulando el juego y creando los propios niños la escenografía y el vestuario.

Se desarrollan en el niño capacidades personales como: imaginación, observación, creatividad, expresión oral y expresión corporal exigiendo un análisis y una interpretación de la realidad.

Dentro de todas estas manifestaciones, en Educación Primaria el juego debe ser el elemento básico de la Expresión Corporal.

#### **2.1.4. Relación con el currículo**

Haciendo referencia a Montesinos (2004), la Expresión Corporal dentro de ser un contenido de Educación Física puede considerarse como un conjunto de técnicas corporales, espaciales y temporales que permiten al alumno de forma artística expresar al resto de compañeros los contenidos de su mundo interior.

Tal y como expone Romero Martín (1997), la Expresión Corporal dentro del currículum educativo, se enmarca dentro de una de las materias menos consensuadas en cuanto a la composición y secuenciación de contenidos, al menos en el ámbito práctico, como es la Educación Física. La Expresión Corporal sufre de problemas de juventud, sin tener aún consolidado ni totalmente consensuado su marco teórico.

Siguiendo con palabras de Ortiz (2002) al respecto de la situación actual sobre el marco teórico de la Expresión Corporal dentro de la Educación Física, para conseguir un reconocimiento científico y unas bases sobre las que construir la investigación, se debe comenzar por aclarar los términos más comunes y delimitar sus contenidos o técnicas.

Dentro de la Expresión Corporal, como contenido de la Educación Física en Educación Primaria, el marco teórico debería comenzar por una conceptualización y delimitación del objeto de estudio, para que no se avance en demasiadas y dispersas direcciones.

## **2.2. Habilidades sociales**

Para el correcto desarrollo de las personas, resulta fundamental tener unas adecuadas habilidades sociales, permitiendo tener relaciones interpersonales basadas en principios y valores que permitan lograr el enriquecimiento en el resto de dimensiones personales, para vivir, relacionarse y compartir con los que nos rodean.

Investigadores como Michelson (1983), Ladd (1983) y Gresham (1989), muestran una relación entre problemas en la adquisición y desarrollo de habilidades sociales conseguidas en la infancia y posibles desajustes en la edad adulta.

### **2.2.1. Aproximación al concepto**

A continuación se muestran varias definiciones de habilidad social que han desarrollado diversos autores:

Primero Linehan (1984) la define como la capacidad compleja de emitir conductas que mejoren la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia social no deseada, al mismo tiempo optimizando las ganancias y minimizando las pérdidas en relación con los demás y manteniendo la propia integridad.

Posteriormente, Furnham (1992) explica que es la capacidad o aptitud que lleva a cabo una persona mientras se relaciona con otras personas en un nivel interpersonal.

Por último, según Vallés (1996) es el modo de relacionarnos con los demás, nuestro comportamiento, la manera de decir las cosas. La manera de aprender las diversas habilidades sociales se basa en la autoestima y la solución de problemas, intentando que los niños se conozcan a sí mismos, y logren tener una mejor valoración de sí mismos.

Analizando las anteriores definiciones queda claro que toda habilidad social es un comportamiento o tipo de pensamiento que lleva a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que se encuentra.

Así las habilidades sociales han sido vistas como comportamientos o pensamientos que son instrumentales para resolver conflictos o situaciones.

La habilidad social, según Alberti (1997) tiene cinco elementos a tener en cuenta:

- Es una característica propia de la conducta, no de las personas.
- Es una característica específica a una situación concreta que vive una persona determinada, no son universales.
- Debe tenerse en cuenta el contexto cultural y situaciones de la persona.
- Se basa en la capacidad que tiene una persona para escoger libremente su actuación.
- Es una conducta socialmente positiva, nunca tiene que ser negativa.

### **2.2.2. Habilidades sociales presentes en la intervención docente**

Con el aprendizaje de las habilidades sociales los alumnos podrán utilizarlas como estrategias para relacionarse de forma saludable con los demás compañeros, tratando de evitar los conflictos y favoreciendo la fluidez en las relaciones personales.

Se conocen unas habilidades sociales básicas y otras más complejas. Con la adquisición de las primeras se pueden aprender y desarrollar las segundas. En cada momento se requerirá mostrar unas habilidades u otras, en función de las características de la situación y de la dificultad de la misma.



Existe una clasificación de las posibles habilidades sociales elaborada por Goldstein (1978), recogidas en el Programa de Aprendizaje Estructurado de habilidades sociales para adolescentes. Pueden resultar útiles para conocer las habilidades sociales que maneja correctamente un alumno y cuáles son las que necesitará de una formación o trabajo específico para su mejora. Este autor considera que las habilidades sociales tienen los siguientes componentes:

- Primeras habilidades sociales: tener la capacidad de escuchar a los compañeros, ser capaz de iniciar una conversación, poder lograr mantenerla y saber terminarla, formular preguntas adecuadamente, ser agradecidos con los demás y cuando sea necesario dar las gracias, presentarse ante los demás y saber presentar a otras personas.
- Habilidades sociales avanzadas: pedir ayuda si se necesita para algo, sentirse participe de las actividades, saber dar instrucciones a los compañeros y también recibirlas de una manera respetuosa y positiva y disculparse ante los compañeros si fuera necesario.
- Habilidades relacionadas con los sentimientos: ser capaz de conocer los propios sentimientos y poder expresarlos, compartir los sentimientos con los compañeros igualmente que hay que comprender los de los demás y afrontar las diversas situaciones sin temor ni miedo.
- Habilidades alternativas a la agresión: si algo puede incomodar a alguien pedir permiso anteriormente, compartir con los compañeros, prestar ayuda si la necesitan los demás, ser comprensivo con las bromas recibidas igualmente que se espera que la gente sea comprensiva con las bromas que reciben, evitar las situaciones problemáticas con los demás y evitar en todo momento las peleas.
- Habilidades para hacer frente al estrés: saber formular una queja sin ofender a la otra persona y responder educadamente ante una queja que nos digan, la deportividad debe estar presente en todas las fases del juego, ante un conflicto ser capaz de intermediar para que no vaya a más y conocer el fracaso como una parte del juego.

- Habilidades de planificación: tener libertad a la hora de tomar iniciativas, tener claro el objetivo que hay que cumplir, recoger la información necesaria y tomar las decisiones oportunas.

Tratar de trabajar todas las habilidades sociales durante la intervención educativa a la vez resultaría una labor contraproducente para el alumno. De este modo, según la edad, características y aprendizajes previos del alumno se comenzará asegurando un aprendizaje de las habilidades más básicas para luego conseguir otras habilidades más complejas.

Dentro del contexto educativo, autores como Prieto, Illán y Arnáiz (1995) afirman que las habilidades sociales incluyen conductas relacionadas con los siguientes aspectos que son importantes para el desarrollo interpersonal del alumno:

- Las conductas interpersonales: destrezas conversacionales, conductas cooperativas, etc.
- Las conductas relacionadas con la propia persona: expresar sentimientos, pensamientos positivos hacia uno mismo, conducta ética, etc.
- Conductas relacionadas con la tarea: finalizar las tareas, seguir las instrucciones dadas, etc.
- La aceptación de los compañeros: sentirse a gusto con ellos, respetar sus opiniones, valorar todas las opiniones, etc.

A continuación se detallan las habilidades sociales que se pueden trabajar dentro del sistema educativo:

- Habilidades relacionadas con la autoestima:

Valorar las cosas positivas y negativas que hay en cada persona, teniendo sentimientos sobre lo favorable y lo desfavorable, lo agradable y lo desagradable que se observa en uno mismo. La autoestima tiene dos orígenes, la propia observación de uno

mismo y la asimilación e interiorización de la imagen y opinión que los demás tienen de nosotros.

En el aula se puede trabajar: Tener actitud positiva y no ser agresivo ni pasivo, participar en la resolución de problemas, buscar el lado positivo de las cosas y no desanimarse en un primer momento, responder con energía a las dificultades que pueden aparecer, ser responsables y poner ilusión en todo lo que se haga, no usar en el aula apodosos o moteos molestos, adquirir el hábito de saludar amablemente y cultivar hábitos de cortesía como dar las gracias, pedir disculpas, ceder el paso, esperar el turno, etc.

- Habilidades de conversación:

La conversación es la principal forma con la que las personas conviven y se socializan. Dando la posibilidad de conocer y convivir con otras personas. En función de las habilidades de conversación que se tengan, el resto de las personas tendrán una u otra impresión sobre ti.

En el aula se puede trabajar: Iniciar, mantener y finalizar conversaciones, mostrar actitudes de escucha, es decir, olvidarte de ti mismo y centrarte en lo que dice la otra persona, no hacer gestos que puedan incomodar a otra persona, usar la entonación y mirada correcta, mostrar interés en lo que dicen los demás, tratar a los demás como a uno quieren que le traten los otros, evitar acaparar la conversación y dejar que otros participen en ella.

- Habilidades para trabajar en grupo:

Para hacer actividades en equipo o grupo, se exige una serie de capacidades y actitudes por parte de cada miembro del grupo.

En el aula se puede trabajar: Conocer las aficiones que tenga cada alumno y compartirlas, tener en cuenta las opiniones de toda la clase, colaborar con la clase, decir cosas buenas de los demás y de ti mismo y hacer actividades conjuntas.

- Habilidades para resolver conflictos:

El aula es un lugar donde se generan frecuentes tensiones y conflictos entre los alumnos. Una vez descubierto el conflicto hay que pensar el modo de resolverlo.

En el aula se puede trabajar: Conocer los sentimientos que tienen los alumnos ante un conflicto producido, comprender y respetar los sentimientos de los demás, intentar que los compañeros entiendan nuestro punto de vista del conflicto, ser amable, disculparse, buscar las soluciones oportunas ante el conflicto y no pensar mal de los demás compañeros.

- Habilidades de responsabilidad:

Cada alumno debe ser responsable de los actos que realiza. Para ello hay que pensar antes de actuar para que ningún compañero pueda sentirse molesto.

En el aula se puede trabajar: Hacer un esfuerzo personal para que las cosas salgan lo mejor posible, cumplir los compromisos adquiridos, no perjudicar a ningún compañero, pedir disculpas si se ha molestado a alguien, felicitar a los compañeros responsables, no otorgarse exigencias que sean difíciles de cumplir y entender los sentimientos de los demás .

- Habilidades de respeto:

Los alumnos tienen que desarrollar actitudes de respeto entre ellos mismos y con los maestros, es decir, que haya un respeto mutuo con todo el mundo.

En el aula se puede trabajar: Los alumnos tomarán conciencia de que no hay que insultar, ridiculizar, intimidar, empujar o pegar, se solucionará el conflicto de una manera pacífica, respetar las cosas de los demás, no fastidiar a nadie, no enfadarse, no meterse con los demás, no hacer bromas pesadas y descalificaciones ni ignorar a compañeros.

Para finalizar el marco teórico, se muestran varios testimonios de autores prestigiosos que relacionan la Expresión Corporal con la mejora de las habilidades sociales en los alumnos y la importancia del desarrollo y adquisición de las habilidades sociales en la escuela.

Varios autores como Berge (1985), Dropsy (1987) y Vallejo (2003), consideran que la Expresión Corporal actúa de manera eficaz en la dimensión emocional y social en el alumno, ya que se puede entender la Expresión Corporal como una forma de expresión y comunicación.

Teruel (2000), comenta que la escuela, además de formar a los alumnos con aspectos académicos, debe ayudar a formar también las emociones, las habilidades sociales, la toma de decisiones y el manejo de las relaciones interpersonales.

Como apuntan Álvarez González y Bisquerra Alzina (1999), no es precisamente el currículo formal el que determina el grado de desarrollo personal y social del alumno, sino que depende más de la relación entre maestro - alumno y entre alumno – alumno, es decir, se trata del currículo oculto mediante el cual el maestro puede actuar como agente socializador y educador de manera no explícita con los alumnos, en relación a la metodología usada, los estilos educativos y el clima social presente en el aula.

Sillóniz (2004), afirma que, la manera de ser y de actuar del maestro, es un factor motivador muy importante en el aula, ya que es el maestro el que es responsable de establecer un estilo de relación cercano, cordial, amable, de apoyo y respeto con los alumnos.

Según Santiago (1985), la Expresión Corporal es el espacio donde la persona se manifiesta consigo mismo, con los otros y con el mundo que le rodea. Permitiéndole desarrollarse, comunicarse y dialogar en el mundo en el que vive siendo el diálogo un encuentro cordial entre dos personas que puedan tener diferentes pensamientos o modos de resolver una determinada actividad, estableciendo relaciones de convivencia e interacción positivas.

### **3. MARCO EMPÍRICO**

#### **3.1. Presentación**

La propuesta de intervención va dirigida al tercer ciclo de Educación Primaria, consta de 10 sesiones de Expresión Corporal y se deben desarrollar en el tercer trimestre de curso. Con el desarrollo de las sesiones se pretende lograr en los alumnos una mejora en las habilidades sociales, logrando un buen clima de clase y afectividad entre los compañeros.

#### **3.2. Objetivos**

Con la puesta en práctica de la propuesta de intervención se quieren conseguir una serie de objetivos sobre los alumnos:

- Descubrir los recursos expresivos que tiene el cuerpo.
- Comunicar sentimientos, sensaciones y emociones mediante el cuerpo.
- Fomentar la desinhibición y la imaginación.
- Disfrutar de la Expresión Corporal.
- Aumentar la espontaneidad, creatividad y el pensamiento divergente.
- Llevar a cabo improvisaciones y dramatizaciones de forma activa, creativa, participativa y divertida.
- Utilizar el diálogo para la resolución de conflictos.
- Adquirir valores como respeto, responsabilidad, solidaridad, tolerancia e igualdad.
- Trabajar en equipo y abrirse a los demás compañeros.
- Conocer las posibilidades de la mímica.
- Buscar el movimiento espontáneo.

### **3.3. Metodología**

Según Gil Pérez (2001), el mejor maestro no es el que lo permite todo por no desagradar, sino aquel que sabe crear en sus clases un clima de relación espontánea, de cordialidad, de estímulo permanente, de optimismo, de alegría y sobre todo el que favorece el encuentro entre maestro – alumno y entre alumno – alumno.

Estas palabras son importantes en todo proceso educativo pero en la Expresión Corporal se hacen totalmente imprescindibles.

El maestro debe de ser capaz de potenciar las capacidades, motivaciones y estímulos para que los alumnos progresen en la adquisición de las habilidades sociales, animando la creatividad de todo el grupo – clase. Todo esto será posible si durante las sesiones hay buen ambiente en base al juego y diversión.

El maestro a parte de dar las indicaciones precisas de cada actividad tendrá que motivar y conducir a los alumnos para el correcto funcionamiento de las actividades. Para que los alumnos puedan desarrollar al máximo su creatividad, las explicaciones del maestro no deben de ser muy largas y detalladas para así no imitar las indicaciones del maestro y dejar fluir la libre expresión de cada alumno.

Durante la propuesta de intervención, se utilizarán varios estilos de enseñanza durante las sesiones, según las actividades que se estén trabajando y los objetivos marcados.

La metodología tendrá estas características comunes, será activa y participativa para todos los alumnos.

Se podrá utilizar el mando directo en aquellas actividades en las que se deba tener un control mayor sobre la clase. Esto se llevará a cabo sobre todo en varias actividades de las primeras sesiones. Al comienzo es conveniente usar esta metodología ya que puede ser algo novedoso para los alumnos actividades relacionadas con la expresividad, y de este modo se tendrá un mayor control sobre los alumnos. Este estilo no se usará para evitar riesgos ya que en la propuesta de intervención no hay ningún riesgo aparente que puedan sufrir los alumnos.

Mediante la asignación de tareas, la idea es que los alumnos trabajen de manera individual mientras el maestro realiza el seguimiento de todos los componentes de la clase. Esto se podrá llevar a cabo en los juegos y en la puesta en marcha de escenas.

La resolución de problemas tendrá protagonismo en las formas jugadas en las que se persigue que el alumno gane en confianza y autonomía.

Se podrá usar el descubrimiento guiado si hay momentos donde los alumnos carezcan de alternativas o ideas. En estas ocasiones, se darán pequeñas pistas a los alumnos y se orientaran hacia la solución.

La enseñanza recíproca se podrá utilizar en actividades donde los alumnos se enseñen unos a otros lo que han aprendido o el modo de llevar a cabo alguna actividad. En estas ocasiones, el maestro supervisará los comportamientos de los alumnos colaborando con ellos.

Esta combinación de métodos de enseñanza por parte del maestro, tiene como finalidad dar autonomía progresiva a los alumnos para luego ir interviniendo en las actividades lo menos posible para ir viendo la originalidad, frescura, creatividad, desinhibición y la manera de relacionarse entre los alumnos.



### 3.4. Actividades

<b>Sesión 1</b>
<b>Objetivos.-</b> Realizar actividades que permitan conocer el cuerpo.  - Valorar y respetar nuestro cuerpo y a los compañeros.
<b>Habilidades sociales.</b> Cooperar, colaborar, participar.
<b>Materiales:</b> 4 aros, 12 pelotas blandas, 4 pañuelo
<b>Momento de encuentro. 20 minutos</b>
<p>En el aula cada alumno rellenará la ficha de evaluación inicial, luego se realizará una pequeña introducción sobre la expresión corporal, qué es lo que se pretende conseguir con ella y conocer también lo que saben los alumnos de la Expresión Corporal. A continuación se harán en el patio las siguientes actividades:</p> <p><b>Tocar.</b> Los alumnos deben correr por todo el campo de juego, cuando el maestro de una palmada debe de decir una parte del cuerpo, por ejemplo: pie derecho y los alumnos deben de tocar esa parte de otro compañero.</p> <p><b>Movilidad articular.</b> Colocados en círculo, se moverán individualmente todas las articulaciones, una tras otra intentando mover sólo la que queramos, el resto deben permanecer inmóviles.</p>
<b>Momento de acción motriz. 25 minutos</b>
<p><b>Desplazamientos.</b> Por parejas, deberán ir hasta el otro fondo del campo de baloncesto contactando con la parte del cuerpo indicada, por ejemplo, hombro con hombro, rodilla con rodilla, etc. Luego harán lo mismo con un balón blando entre la zona indicada.</p> <p><b>Máquina loca:</b> Colocados en círculo y en grupos de 5 -6 alumnos, comenzará una persona haciendo un movimiento simple y el de al lado deberá repetirlo y formar uno nuevo. Así sucesivamente hasta que a alguien no recuerde los movimientos previos de los compañeros y se volverá a empezar.</p> <p><b>¿Quién es?</b> Los mismos grupos de 5-6 alumnos, uno se coloca delante con los ojos cerrados y deberá con la ayuda de las manos, reconocer al compañero que se ponga delante suyo. Todos tendrán que intentar reconocer el resto.</p>
<b>Momento de despedida. 5 minutos</b>
<p><b>Respiraciones profundas.</b> Sentados y colocados en círculo deberán hacer varias inspiraciones profundas seguidas. Con los ojos cerrados deben contar hasta 10 segundos y cuando crean que ha transcurrido el tiempo deben levantar el brazo. Se realizará varias veces pudiendo cambiar la cantidad de segundos.</p>

<b>Sesión 2</b>
<b>Objetivos.</b> - Conocer formas de expresión mediante nuestro cuerpo. - Buscar el movimiento espontáneo. - Realizar actividades que expresen.
<b>Habilidades sociales.</b> Respetar a los compañeros, actitud positiva.
<b>Materiales:</b> 12 pelotas blandas
<b>Momento de encuentro. 15 minutos</b>
<b>Maneras de andar.</b> Libremente por el campo de juego, deben imitar la manera de caminar o desplazarse de unos abuelos, niños, ir deprisa, cojeando, como pingüinos, como ranas...  <b>Cámara lenta.</b> Deben desplazarse y hacer varios gestos deportivos a cámara lenta, por ejemplo: andar, darse la mano con un compañero, lanzar a canasta, lanzamiento de jabalina, disparo de fútbol...
<b>Momento de acción motriz. 25 minutos</b>
<b>Seguir al rey.</b> Se colocan en fila por grupos de 5-6 alumnos, los primeros de cada grupo son los reyes y pueden moverse como quieran, el resto deben hacer lo mismo que el primero. Se pueden hacer movimientos como agacharse, saltar, aplaudir, girar...  <b>El juego de los actores.</b> Colocados en círculo deben de hacer de actores y deben de pasarse diferentes objetos imaginarios: una piedra gigante, un ratón, un globo... Se estará muy pendiente de la expresividad de la cara.  <b>Figuras geométricas.</b> Deben hacer diferentes figuras entre los componentes del grupo. Círculo, rombo, triángulo, cuadrado, rectángulo, la letra A...
<b>Momento de despedida. 10 minutos</b>
<b>Masaje con pelotas.</b> Por parejas hay que hacer un masaje por las partes donde dice el maestro con la ayuda de la pelota blanda. Deben de hacerlo despacio y sin hacer daño. Primero realizará el masaje un alumno y luego recibirá el masaje de su compañero.

<b>Sesión 3</b>
<b>Objetivos</b> -Expresar con el cuerpo situaciones de la realidad - Fomentar la imaginación y desinhibición
<b>Habilidades sociales.</b> Respetar y valorar positivamente al compañero.
<b>Materiales:</b> Bolsas de plástico y papeles pequeños
<b>Momento de encuentro. 5 minutos</b>
<b>Tula manchado.</b> Se juega como al tula normal pero el que la paga debe intentar tocar a un compañero de cintura para arriba y donde sea tocado debe colocar una mano suya y seguir pillando a otro compañero. El que la paga llevará un pañuelo para que se sepa quién la paga en cada momento.
<b>Momento de acción motriz. 35 minutos</b>
<p><b>Adivina lo que hago.</b> A cada alumno se le da tres papelitos y deben escribir tres acciones que sean fácil de representar, por ejemplo: cantar, prepararse la mochila, celebrar un gol, karate, hacer los deberes, hacer fotos, torear una vaca, lavarse los dientes, ir en bici, nadar, saltar a la comba, hacerse la cama, rezar, comer, cocinar...</p> <p>Luego cada alumno cogerá otros 6 papelitos y escribirá dos veces sus tres acciones, para luego meter los tres papelitos diferentes en cada una de las tres bolsas de plástico que hay. Se divide la clase en tres grupos, el juego consiste en que cada vez uno de cada grupo, se levanta, coge un papelito y debe de representar la acción que ponga en el papelito sin poder hablar hasta que sus compañeros adivinen lo que está realizando.</p> <p>Hay que sacar todos los papeles que están en la bolsa uno a uno y saliendo todos a actuar el mismo número de veces.</p>
<b>Momento de despedida. 10 minutos</b>
<p><b>Tensión.</b> Tumbados boca arriba, pensionar la parte del cuerpo que dice el profesor y luego relajarla</p> <p>Reflexionar sobre las actividades de la sesión.</p>

<b>Sesión 4</b>
<b>Objetivos</b> -Expresar con el cuerpo una serie de actividades determinadas -Valorar positivamente las actuaciones de los compañeros
<b>Habilidades sociales.</b> Respetar las actuaciones de los compañeros.
<b>Materiales:</b> 2 colchonetas, 7 ladrillos de plástico, una sartén y el Anexo 1.
<b>Momento de encuentro. 5 minutos</b>
Se comentará a los alumnos lo que deben hacer en la sesión. En grupos de 3 alumnos, a modo de circuito con estaciones, deben de representar lo que a continuación aparece descrito sin hablar y gesticulando con todo su cuerpo. Cada alumno debe actuar como quiera, sin copiarse de otro compañero. Se pasará por todas las estaciones mientras brevemente se les explica lo que hay que hacer. Ver anexo 1.
<b>Momento de acción motriz. 35 minutos</b>
<p><b>Cocinando.</b> Hacer como que se está haciendo algo de comida en la sartén, te salta aceite a la cara y luego te echas crema en la zona dañada.</p> <p><b>Patada a una bolsa.</b> Se desplaza caminando y pensando que hay una bolsa vacía, se le da una patada. Luego se retuerce de dolor sobre la colchoneta porque la bolsa en realidad no estaba vacía.</p> <p><b>Llamada de teléfono.</b> Estas descansando y de repente llaman y tras un rato hablando debes de vestirte y salir corriendo rápidamente.</p> <p><b>A la cama.</b> Cada uno debe de representar lo que hace antes de irse a la cama, ponerse el pijama, lavarse los dientes, etc. hasta que se tapa y se queda dormido. Se coloca una colchoneta como cama.</p> <p><b>Dolor de tripa.</b> Estas comiendo y de repente te comienza a doler la tripa, hay que levantarse y prepararse una aspirina con agua y luego sentarse. Es muy importante al gesto de la cara de dolor y mal estar.</p> <p><b>Fuego.</b> Estas viendo la tele, de repente hueles a quemado, vas hasta una habitación y hay un poco de fuego, te asustas y lo intentas apagar con cubos de agua. Al ver el fuego debes de ir rápido a por el agua para sofocarlo.</p> <p><b>Ducha.</b> Hay que meterse en el baño, hacer como que nos desnudamos y meternos en la ducha, enjabonarnos y secarnos. Se termina vistiéndose.</p>
<b>Momento de despedida. 10 minutos</b>
A modo de reflexión cada alumno dirá la estación que más le ha gustado.

<b>Sesión 5</b>
<b>Objetivos</b> -Conocer la manera en las cuales nos podemos comunicar -Realizar actividades que comuniquen con el cuerpo
<b>Habilidades sociales.</b> Comunicarse con gestos y sin utilizar palabras.
<b>Materiales:</b> 3 folios, 3 bolígrafos, un papelito con la frase para cada alumno
<b>Momento de encuentro. 5 minutos</b>
<b>Deportes.</b> Deben imitar que están practicando diferentes deportes. Primero individualmente y luego colocados por parejas. Los deportes serán variados, atletismo, esquí, patinaje, tenis, boxeo, rugby...
<b>Momento de acción motriz. 35 minutos</b>
<p><b>Puesta en común de gestos.</b> Deben pensar en grupos de 5-6 alumnos, todos los gestos que hacemos diariamente y escribirlos en un papel. Una vez escritos saldrá cada vez uno del grupo y realizará todos los que ha pensado su grupo y los otros dos grupos deben de adivinar su significado.</p> <p><b>Leer los labios.</b> Todos los alumnos tendrán una pequeña frase en un papel que deberán leer a sus compañeros pero sin sonido, sólo haciendo gestos con los labios. El alumno que lee, debe de hacerlo individualmente a cada compañero de su grupo. Una vez que se lo ha dicho a todos los de su grupo, deben de adivinar lo que les quería decir entre todos. Ver anexo 2.</p>
<b>Momento de despedida. 5 minutos</b>
<b>Masaje con pelotas de tenis.</b> Uno se coloca tumbado y el otro con la pelota debe de pasar por todas las partes del cuerpo

<b>Sesión 6</b>
<b>Objetivos</b> - Valorar positivamente las actuaciones de los compañeros - Fomentar el buen clima en el aula
<b>Habilidades sociales.</b> Diálogo, conversaciones, comunicación.
<b>Materiales:</b> Periódicos
<b>Momento de encuentro. 5 minutos</b>
<b>Compartiendo el espacio.</b> Comenzar a desplazarse por el espacio creando todas las trayectorias posibles, cuando te cruzas con un compañero lo miraremos a los ojos. Progresivamente se va aumentando la velocidad de desplazamiento, hasta finalizar corriendo evitando los choques.
<b>Momento de acción motriz. 30 minutos</b>
<p><b>Adivinar profesiones.</b> En grupos de 6. Un alumno debe representar a sus compañeros el oficio que le ha dicho el maestro. El alumno delante de sus compañeros que estarán sentados en semicírculo, mediante gestos intentará que sus compañeros adivinen el oficio que trata de interpretar.</p> <p><b>El periódico.</b> Se entrega a cada alumno una hoja de periódico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Por parejas. Comentar una noticia con un compañero. Cambian las parejas.</li> <li>-Leer unas líneas de la noticia de distintas formas y con distintos tonos.</li> <li>-Correr con la hoja del periódico en el pecho sin sujetarla.</li> <li>-Dividir la hoja en dos. Poner una mitad debajo de cada pie y caminar. Al decir cambio el maestro, cambiarán una hoja con un compañero y seguir caminando.</li> <li>- Hacer una pelota de papel y jugar con el compañero a tenis y luego a béisbol.</li> <li>- Hacer puntería con la pelota de papel con algún objeto: puerta, papelera...</li> <li>- La clase se divide en dos grupos y con pelotas de papel se juega a la batalla de bolas varias partidas.</li> </ul>
<b>Momento de despedida.</b>
Reflexionar sobre las actividades de la sesión

<b>Sesión 7</b>
<b>Objetivos</b> - Jugar de manera cooperativa con los compañeros - Respetar al compañero en el juego
<b>Habilidades sociales.</b> Trabajo cooperativo, participar todos juntos.
<b>Materiales:</b> Globos, paracaídas y 3 pelotas de goma espuma
<b>Momento de encuentro. 15 minutos</b>
<b>Globos.</b> Con un globo cada alumno deben de hacer las siguientes actividades: - Probar la elasticidad del globo sin hincharlo, estirándolo en todos los sentidos. - Hinchar el globo y estirar la boquilla lateralmente hasta que emita algún ruido. - Dramatizar con el globo: Mujer embarazada, un perro de paseo, balón de rugby. - Romper los globos espalda con espalda entre compañeros.
<b>Momento de acción motriz. 30 minutos</b>
<b>Paracaídas.</b> Todos los alumnos agarran el paracaídas a la altura de la cintura y lo mueven subiendo y bajando los brazos intentando que el paracaídas haga olas. - Como una primera toma de contacto con el paracaídas, el agua está en calma y luego llega el temporal. La velocidad aumenta progresivamente. - Un alumno se coloca en el centro e intenta agarrar la pelota, mientras el resto de compañeros trata de impedirlo. - Todos los alumnos tratan de encestar conjuntamente el balón por el agujero. - Paraguas. Los alumnos agarran el borde del paracaídas que está en el suelo. Todos al mismo tiempo suben los brazos lo más alto posible y cuando el paracaídas está inflado lo sueltan. - Iglú. Todos los alumnos agarran el borde del paracaídas que está en el suelo y al mismo tiempo lo suben y dan un paso hacia el centro, ponen el borde detrás de la espalda y se sientan, de forma que todos quedan dentro del paracaídas que parece un iglú.
<b>Momento de despedida. 5 minutos</b>
Reflexionar sobre las actividades de la sesión.

<b>Sesión 8</b>
<b>Objetivos</b> - Conocer el cine mudo. - Sentirse cómicos y divertir a los compañeros.
<b>Habilidades sociales.</b> Respetar las interpretaciones de los compañeros.
<b>Materiales:</b> Ordenador portátil
<b>Momento de encuentro. 20 minutos</b>
<p>En clase se verán los videos y luego se accederá al gimnasio.</p> <p><b>Cine mudo.</b> Ver estos dos videos.  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=Hju0tPSRueg">http://www.youtube.com/watch?v=Hju0tPSRueg</a>  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=r4ox3SDRcLk">http://www.youtube.com/watch?v=r4ox3SDRcLk</a></p> <p><b>Tricycle.</b> Ver dos escenas del grupo de humor.</p> <p><b>Guardia y fotógrafo</b> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=rfG7VEMAzk4">http://www.youtube.com/watch?v=rfG7VEMAzk4</a></p> <p><b>Tenis</b> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=-fz3IHeSopc">http://www.youtube.com/watch?v=-fz3IHeSopc</a></p>
<b>Momento de acción motriz. 20 minutos</b>
Por parejas imitaran alguna de las escenas vistas en los videos u otras que se inventen.
<b>Momento de despedida. 10 minutos</b>
A modo de reflexión se comentarán las impresiones de la clase.



<b>Sesión 9</b>
<b>Objetivos</b> - Adquirir destreza en el baile. - Realizar una coreografía en cooperación con los compañeros.
<b>Habilidades sociales.</b> Participar animadamente en una actividad grupal.
<b>Materiales:</b> ordenador portátil
<b>Momento de encuentro. 15 minutos</b>
<p>En el gimnasio verán el video de la coreografía de la canción y se comentará cada paso detenidamente. Una vez que los pasos estén claramente diferenciados, se podrá comenzar a bailar.</p> <p><a href="http://www.youtube.com/watch?v=Gbdbwz8OcNA">http://www.youtube.com/watch?v=Gbdbwz8OcNA</a></p>
<b>Momento de acción motriz. 25 minutos</b>
<p>Los alumnos colocados en dos filas como en el video comenzarán a bailar paso por paso siguiendo las instrucciones del maestro. Todo se apoyará con la visualización del video mientras comienzan el baile.</p>
<b>Momento de despedida. 10 minutos</b>
<p>En grupo se comentarán las sensaciones durante la sesión.</p>

<b>Sesión 10</b>
<b>Objetivos</b> - Interpretar un papel dentro de una escena de teatro. - Realizar actividades para desarrollar una escena determinada.
<b>Habilidades sociales.</b> Actuar como un grupo unido respetando todas las ideas.
<b>Materiales:</b> 10 folios con las escenas que deben representar.
<b>Momento de encuentro. 10 minutos</b>
<p>El maestro explicará lo que deben de hacer los alumnos en la sesión. Se convertirán en actores y desarrollarán una serie de escenas reales. Se Dividirá la clase en dos grupos. Hay diez folios donde se explica una escena que deben de desarrollar entre todos los componentes del grupo sin poder hablar mientras hacen la interpretación. A cada grupo se le dará al azar un folio en el que aparece detallada una escena y a continuación tendrán unos minutos para que se organicen entre todos los compañeros y puedan ponerla en marcha. Una vez que los dos grupos tienen claro cómo desarrollar la escena, un grupo actuará primero mientras el otro lo observa y tratará de adivinar que escena están interpretando. A continuación interpretará el otro grupo su escena.</p>
<b>Momento de acción motriz. 35 minutos</b>
<p>Las escenas a realizar son:</p> <p>Boda, entierro, gala de Miss España, atraco, accidente de coche, película de cine, concierto, toros, cumpleaños y un día en clase.</p> <p>Después de cada grupo hacer 5 escenas propuestas por el maestro, podrán inventar cada grupo una o varias escenas e interpretarlas para que sus compañeros también las puedan adivinar.</p>
<b>Momento de despedida. 5 minutos</b>
Reflexión acerca de la sesión

### **3.5. Evaluación**

Antes de comenzar con el modo de evaluar la propuesta de intervención, al tratarse de Expresión Corporal los alumnos tienen que ser conscientes de que cada uno de ellos tiene su propia percepción de las cosas, su propia manera de sentir y expresar por lo que no hay un modelo de actuación ejemplar o un modelo más correcto que otro, así pues, todo lo que hagan a lo largo de las actividades si lo realizan con esfuerzo, sentimiento y respeto, estará bien hecho. Esto se les recordará a los alumnos en casi todas las sesiones, sobre todo en las primeras, ya que es algo que tienen que tener muy claro los alumnos.

#### **3.5.1. Criterios de evaluación**

Los criterios de evaluación que aparecen a continuación, permitirán evaluar los objetivos de la propuesta de intervención.

- Desarrollar el autoconcepto y autoestima.
- Saber actuar de forma respetuosa frente a las acciones de los compañeros.
- Tener actitud positiva hacia los problemas planteados durante las actividades.
- Lograr desinhibirse en determinadas situaciones y actividades.
- Trabajar de forma cooperativa durante el transcurso de las sesiones, atendiendo a las necesidades grupales y no a las individuales únicamente.
- Valorar las actuaciones de los compañeros de una manera positiva.
- Controlar el cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- Saber improvisar escenas sobre propuestas de personajes y situaciones determinadas.
- Dominar gestos y posturas que expresen diferentes sensaciones y estados.
- Utilizar el cuerpo como forma de comunicación y expresión.

#### **3.5.2. Evaluación inicial**

Se lleva a cabo al principio de la primera sesión de la propuesta de intervención, permitiendo saber al maestro el conocimiento que tienen los alumnos de los contenidos que se van a trabajar durante las sesiones y la percepción que tienen los alumnos de ellos mismos.

Cada alumno rellenará la siguiente ficha, servirá al maestro para conocer los pensamientos de cada alumno a cerca de varios apartados que se desarrollarán a lo largo de las sesiones. Pudiendo analizar el maestro después los resultados para incidir individualmente en cada alumno en función de sus respuestas.

Nombre:	Fecha:	Curso:	
De las siguientes cualidades, indica de cada una de ellas cómo te consideras personalmente.	Mucho	Un poco	Nada
Tolerancia			
Convivencia			
Cooperación			
Participación			
Tomar iniciativas			
Ayudar a los demás			
Dialogar			
Respeto			
Creatividad			
Relación con tus compañeros			
Confianza en los compañeros			
Concentración			
Tener vergüenza al hacer algo			
Capacidad de mando			
Ser agradecido con los compañeros			
Expresar los sentimientos propios			
Actuar con deportividad			
Según tus palabras comenta brevemente en qué consiste la Expresión corporal:			

Después de rellenar los alumnos la ficha, a modo de coloquio entre todos los alumnos se pretende compartir el significado que para ellos tiene la expresión corporal. El maestro, dará indicaciones oportunas para que los alumnos tengan una idea clara de lo que significa y lo que se pretende lograr con la propuesta de intervención.

### 3.5.3. Evaluación continúa

Durante las sesiones el maestro utilizará el registro anecdótico, donde quedarán reflejados todos aquellos aspectos de los alumnos importantes a la hora de la evaluación

final. También se anotarán los fallos o posibles mejoras de la propuesta de intervención para no repetirlos en futuras ocasiones.

#### 3.5.4. Evaluación final

Tras la reflexión de la última clase, los alumnos deberán rellenar esta ficha. Contiene los mismos apartados de la ficha de la primera sesión, ahora pondrán si han mejorado en alguna de las cualidades tras la propuesta de intervención.

Nombre:			
Curso:		Fecha:	
De las siguientes cualidades indica si has encontrado mejoría tras las sesiones de Expresión corporal	Mucho	Un poco	Nada
Solidaridad			
Tolerancia			
Convivencia			
Cooperación			
Participación			
Tomar iniciativas			
Ayudar a los demás			
Dialogar			
Respeto			
Creatividad			
Relación con tus compañeros			
Confianza en los compañeros			
Concentración			
Tener vergüenza al hacer algo			
Capacidad de mando			
Ser agradecido con los compañeros			
Expresar los sentimientos propios			
Actuar con deportividad			
En qué consiste la Expresión corporal:			

Con la finalización de la propuesta de intervención, el maestro rellenará la siguiente ficha de control en la que aparecen los criterios de evaluación y quedará reflejado si cada alumno ha cumplido o no alguno de los criterios de evaluación.

Alumno:		
Criterio de evaluación observado	Si	No
Desarrollar el autoconcepto y la autoestima		
Saber actuar de forma respetuosa frente a las acciones de los compañeros		
Tener actitud positiva hacia los problemas planteados durante el juego		
Lograr desinhibirse en determinadas situaciones y juegos		
Trabajar de forma cooperativa durante el transcurso de las sesiones, atendiendo a las necesidades grupales y no a las individuales únicamente		
Valorar las actuaciones de los compañeros		
Controlar el cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración		
Saber improvisar escenas sobre propuestas de personajes y situaciones		
Dominar gestos y posturas que expresen diferentes sensaciones y estados		
Utilizar el cuerpo como forma de comunicación		

#### 4. CONCLUSIONES

Las conclusiones de este trabajo de investigación en relación con los objetivos propuestos son las siguientes:

- I. El objetivo general de este trabajo fue *realizar una propuesta de intervención sobre la expresión corporal en Educación Física para fomentar las habilidades sociales*. Este objetivo se ha cumplido como bien se expone durante el desarrollo del trabajo mostrando los posibles beneficios de la Expresión Corporal para lograr unas habilidades sociales adecuadas para el alumno. Además, se han elaborado 10 sesiones sobre este contenido de Expresión Corporal que se llevarán a cabo con los alumnos.
- II. El trabajo está basado en bibliografía relevante acerca de la Expresión Corporal, en el que autores como Stokoe (1986), Schinca (1988), Cortina (1998), entre otros, han explicado la visión de la Expresión corporal desde el punto de vista educativo. De este modo, se ha logrado el primer objetivo específico de conocer la Expresión Corporal desde una visión educativa.
- III. Se han conocido las habilidades sociales que pueden estar presentes en una intervención educativa según Goldstein (1978), Linehan (1984), Illán (1995), entre otros, pudiendo constatar que desde el aula se puede hacer un trabajo importante para el beneficio de las habilidades sociales de los alumnos. Por lo que el segundo objetivo específico, de describir las habilidades sociales que se pueden fomentar desde el aula se ha cumplido.
- IV. En relación al tercer objetivo específico, que indicaba *diseñar sesiones con actividades lúdicas y organización colectiva, favoreciendo las habilidades sociales ajustadas a las características de los alumnos*; se concluye que con el desarrollo de las actividades de la propuesta de intervención como: representaciones artísticas y humorísticas, juegos y actividades en equipo, actividades de desinhibición o bailes, permiten a los alumnos relacionarse e interactuar en un buen ambiente de clase favoreciendo en todo momento el diálogo y la comunicación que es esencial para el desarrollo de las habilidades sociales, así como lograr que los alumnos estén motivados. Para ello las

actividades propuestas son variadas y con un alto componente participativo permitiendo un aprendizaje significativo relacionado con los objetivos. Con las actividades grupales se logra conocer al compañero y también conocerse a sí mismo dentro del grupo – clase. Los alumnos tienen que darse cuenta de lo importante que es compartir, respetar, escuchar, comprender y mezclarse con sus compañeros. Esto siempre dentro de unas actividades lúdicas y ajustadas a las características de los alumnos que permitan favorecer sus habilidades sociales. Los grupos de trabajo no deben ser fijos para todas las actividades, deben variar las agrupaciones para permitir que cada alumno tenga relación con todos los compañeros de clase.

- V. Se acepta la hipótesis de partida porque diversos autores como Berge (1985), Dropsy (1987), Vallejo (2003), etc., afirman que mediante actividades de Expresión Corporal se mejora en el alumno sus habilidades sociales y también su creatividad y valores personales positivos.



## 5. PROSPECTIVA

Esta propuesta de intervención no se ha puesto en práctica, por lo que no se pueden sacar conclusiones exactas sobre cómo iban a reaccionar los alumnos. Sí que podemos en base a los estudios de investigación en base a otros autores por dónde pueden ir encaminados los resultados que se podrían obtener al poner en práctica ésta intervención.

Dependiendo de las actividades dentro de la propuesta, se podrá trabajar más específicamente sobre una determinada habilidad social. La intervención pedagógica propuesta está destinada a mejorar varias habilidades sociales en los alumnos, ya que hay gran variedad de actividades donde se pueden trabajar varias habilidades.

Pero si algún docente decide ayudarse de la Expresión Corporal para mejorar dos o tres habilidades sociales, también podría hacerlo, tan sólo tendría que buscar actividades relacionadas en mejorar esas dos o tres habilidades sociales y desarrollarlas con los alumnos.

Tras la realización de la propuesta de intervención, habría que aplicarla a una situación real educativa. Para afirmar que las actividades propuestas son correctas para los alumnos y también poder conocer las respuestas reales de los alumnos.

Una vez demostrado que realmente aplicando actividades determinadas de la Expresión Corporal, se consiguen mejorar en las habilidades sociales de los alumnos, habría que tratar de difundir estos resultados a otros docentes para que fueran muchos alumnos los que realizando actividades de Expresión Corporal vean reforzadas sus habilidades sociales, tan importantes en la vida adulta.

La realización de este trabajo de investigación me ha ayudado a constatar las ideas personales que tenía en cuanto al posible beneficio de las habilidades sociales de los alumnos a través de actividades de Expresión Corporal.

Personalmente había presenciado a lo largo de mi experiencia docente como maestro de Educación Física, que los alumnos durante las sesiones de Expresión Corporal se comportaban con sus compañeros de una manera respetuosa, afectiva,

comprensiva, dialogante, etc. Fueron las sensaciones que me ayudaron a elegir que fuera éste el tema de mi propuesta de intervención en el Trabajo fin de Grado.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcántara, J. A. (2003). *Educar la autoestima: Métodos, técnicas y actividades*. Barcelona: Ceac.
- Arteaga, M., Viciano, V. y Conde, J. (1997). *Desarrollo de la expresión corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación*. Barcelona: Inde.
- Ballester, R. y Gil, M.D. (2002). *Habilidades sociales*. Madrid: Síntesis.
- Calecki, M. y Thevenet, M. (1992). *Técnicas de bienestar para niños: Expresión corporal y yoga*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Cañas, J. (1994). *Didáctica de la Expresión Dramática. Una aproximación a la dinámica teatral en el aula*. Barcelona: Octaedro S.L.
- Cortina, A. (1998). *Hasta un pueblo de demonios. Ética pública y sociedad*. Madrid: Taurus.
- Davis, F. (1981). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza.
- Furnham, A. (1992). *Personalidad y diferencias individuales en el trabajo*. Madrid: Pirámide.
- García Ruso, H. M. (1997). *La danza en la escuela*. Barcelona: Inde.
- Montávez, M. y Zea, M.J. (1998). *Expresión Corporal. Propuestas para la acción*. Córdoba: Re-crea y Educa.
- Montesinos, D. (2004). *La expresión Corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona: Inde.
- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal*. Barcelona: Humanitas.

- Ossona, P. (1985). *El lenguaje del cuerpo: métodos de expresión corporal*. Buenos Aires: Hachette.
- Santiago, P. (1985). *De la expresión corporal a la comunicación Interpersonal*. Madrid: Narcea.
- Schinka, M. (1983). *Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*. Madrid: Escuela Española.
- Schinka, M. (1988). *Expresión Corporal. Bases para una programación teórico-práctica*. Madrid: Escuela Española.
- Stokoe, P. y Harf, R. (1984). *La expresión corporal en el jardín de infantes: cómo soy y cómo era*. Barcelona: Paidós.
- Stokoe, P. (1986). *La expresión corporal*. Buenos Aires: Paidós.
- Stokoe, P. (1990). *Expresión Corporal. Arte, Salud y Educación*. Buenos Aires: Humanitas.
- Vallés, A. y Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela*. Madrid: EOS.
- Viciano, V. y Arteaga, M. (2004). *Las Actividades coreográficas en la escuela. Danzas, Bailes, Funky, Gimnasia-Jazz*. Barcelona: Inde.
- Zagalaz, M. L. (1999). *Fundamentos legales de la actividad física en España*. Jaén: Servicio de publicaciones de la universidad de Jaén.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Ortiz, M. M. (2002). *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Ruano, K. y Sánchez, G. (2009). *Expresión corporal y Educación*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva S.L.
- Stokoe, P. y Harf, R. (1984). *La expresión corporal en el jardín de infantes: cómo soy y cómo era*. Barcelona: Paidós.
- Valín, A. (2010). *Expresión Corporal. Teoría y práctica*. Madrid: Librerías deportivas Esteban Sanz.

## 8. ANEXOS

### Anexo N° 1. Sesión 4

Estos son los papeles que se pegan en cada ladrillo de plástico para que sepan lo que deben representar en cada escena.

#### Cocinando

- Se prepara algo de comida en la sartén
- Te salta aceite a la cara
- Te vas al baño y te pones crema en el quemazo

#### Patada a una bolsa

- Vas caminando
- Ves una bolsa volando y le das una patada
- Como estaba llena te haces daño en el pie
- Te retuerces de dolor

#### Llamada telefónica

- Estás sentado
- Llaman por teléfono y hablas un rato
- Tras hablar debes de vestirte y salir corriendo

#### A la cama

- Hacer todo lo anterior a meterte en la cama
- Ponerte el pijama, lavarte los dientes, prepararte la mochila .....hasta meterte en la cama.

#### Dolor de tripa

- Estas comiendo
- Te duele la tripa, dejas de comer y te vas a preparar una aspirina
- Luego te sientas y te encuentras mejor

#### Fuego

- Estas viendo la tele
- De repente huele a quemado y vas a ver de dónde sale el olor
- Abres una habitación y hay fuego
- Vas corriendo a la cocina a llenar un cubo de agua y debes apagarlo

#### Ducha

- Nos metemos en el baño
- Hacer como que nos quitamos la ropa
- Nos metemos en la ducha
- Mojarnos, enjabonarnos y aclararnos con agua
- Secarnos y vestirnos

## Anexo N° 2. Sesión 5

Estas son las frases que les entregaremos a cada uno de los alumnos para que puedan decirlas y que los de su grupo interpreten leyéndole los labios lo que quiere decir.

Esta tarde me iré al parque a jugar  
Todos los días desayuno un vaso de leche  
Me gusta jugar al fútbol con mi hermana  
Quiero un helado de fresa  
Me duele mucho la cabeza  
Los macarrones me gustan con tomate  
Mi deporte favorito es el tenis

### Anexo N°3. Sesión 10

Estos serán los papeles donde aparecen las pistas suficientes para que desarrollen las diferentes escenas los dos grupos de la clase.

<u>BODA</u>	<u>ENTIERRO</u>	<u>CUMPLEAÑOS</u>
<b>Personajes</b> Novios Cura Padrinos Invitados	<b>Personajes</b> Muerto Cura Familia Amigos	<b>Personajes</b> Invitados Persona que cumple años
<b>Dibujo</b>  X XXXX X X      X X XXXX	<b>Dibujo</b>  X XXX X XXX  X  X  X XXX	<b>Dibujo</b>  X XXXX X X XXXX
<b>Final</b>  Lanzamiento de arroz	<b>Final</b>  Despedida tocando al muerto	<b>Final</b>  Están comiendo tarta y uno a uno le tienen que entregar los regalos al del cumpleaños

<u>PELÍCULA DE CINE</u>	<u>CONCIERTO</u>	<u>ATRACO</u>
<b>Personajes</b> Actores Público	<b>Personajes</b> Grupo de música Público	<b>Personajes</b> Cajera Testigos Ladrones Policías
<b>Dibujo</b>  X              XX X              XX X XXX X              XX	<b>Dibujo</b>  X XX X XX X XXX X XX	<b>Dibujo</b>  X X      X X  X X X X X
<b>Final</b>  Los actores se mueven y el público sentado comiendo palomitas	<b>Final</b>  El público tiene que moverse y bailar. El grupo de música tiene que tocar instrumentos y cantar	<b>Final</b>  Los policías detienen a los ladrones



<u>ACCIDENTE DE TRÁFICO</u>	<u>TOROS</u>	<u>UN DÍA EN CLASE</u>
<b>Personajes</b> Ambulancia Peatones Coche	<b>Personajes</b> Torero Toro Banderillero Público	<b>Personajes</b> Alumnos Profesor
<b>Dibujo</b>  x x  x x x x	<b>Dibujo</b>  x xxxx x xxx  x X	<b>Dibujo</b>  x xxx x x xxx
<b>Final</b>  La ambulancia lleva en camilla a los accidentados	<b>Final</b>  Al final el torero clava una espada al toro	<b>Final</b>  El profesor se pasea por la clase y saca a sus alumnos a la pizarra

<u>GALA DE MISS ESPAÑA</u>
<b>Personajes</b> Mises Jurado Público
<b>Dibujo</b>  x xxx  x xx x xx  x xxx
<b>Final</b>  Entrega de la corona