



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

---

# La expresión corporal y su relación con las habilidades sociales dentro del aula de Primaria

---

Trabajo fin de grado presentado por:	Cristina Escudero Díaz
Titulación:	Grado Magisterio de Primaria
Línea de investigación:	Propuesta de intervención
Director/a:	Patricia de Paz Lugo

Ciudad: Zaragoza  
21 de julio de 2017  
Firmado por:

CATEGORÍA TESAURO:1.1.8 Métodos Pedagógicos

La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.

Nelson Mandela

## **RESUMEN**

Establecer un ambiente propicio dentro del aula es fundamental para el desarrollo integral del alumnado; tanto curricularmente, a nivel personal y social. El docente es modelo y guía para sus alumnos y quien dinamiza la cohesión de todo el grupo.

Para favorecer las relaciones entre el grupo clase se han escogido como vehículo conductor las habilidades sociales, ya que dentro del aula juegan un papel importante a la hora de crear la conexión grupal.

Por ello este trabajo de fin de grado quiere reflejar cómo en el área de Educación Física, a través de actividades de expresión corporal, se pueden fomentar las habilidades sociales y así los alumnos afianzar sus relaciones tanto sociales como personales, y siempre partiendo de las características personales de cada uno.

Este trabajo ha sido elaborado gracias a la recogida de información de diferentes fuentes y autores relacionados con las habilidades sociales y la expresión corporal siempre enfocada a la educación primaria.

En él se recogen 7 sesiones de trabajo, que giran en torno a la expresión corporal y con las que se quiere conseguir que los alumnos disfruten y logren alcanzar esa mejora en sus relaciones.

## **PALABRAS CLAVE**

Habilidades sociales, expresión corporal, Educación Física, docente, Educación Primaria.

## INDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
1.1 JUSTIFICACIÓN .....	6
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	6
1.3 OBJETIVOS.....	7
1.3.1 Objetivo general.....	7
1.3.2 Objetivos Específicos .....	8
1.4 BREVE DESCRIPCIÓN DE LAS PRINCIPALES FUENTES CONSULTADAS .....	8
2. MARCO TEÓRICO .....	9
2.1 EXPRESIÓN CORPORAL.....	9
2.1.1 Análisis del concepto de Expresión Corporal .....	9
2.1.2 Características de la Expresión Corporal .....	10
2.1.3 Elementos básicos de la expresión corporal.....	11
2.1.4 Precedentes curriculares de la Expresión Corporal en primaria .....	12
2.2 HABILIDADES SOCIALES.....	13
2.2.1 Aproximación al concepto .....	14
2.2.2 Habilidades sociales básicas .....	15
2.3 RELACIÓN ENTRE EXPRESIÓN CORPORAL Y LA MEJORA DE LAS HABILIDADES SOCIALES.....	16
3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DIDÁCTICA.....	17
3.1 CONTEXTUALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN .....	17
3.2 OBJETIVOS DIDÁCTICOS.....	18
3.3 CONTENIDOS .....	18
3.4 COMPETENCIAS CLAVE.....	19
3.5 MATERIALES Y RECURSOS .....	19

3.6 METODOLOGÍA.....	20
3.7 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	21
3.8 ACTIVIDADES.....	22
3.9 CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN .....	30
4. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA .....	36
5. CONSIDERACIONES FINALES.....	37
6. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	39
7. ANEXOS .....	41
7.1 ANEXO : SESIÓN 1 .....	41
7.2 ANEXO: SESIÓN 2 .....	41
7.3 ANEXO: SESIÓN 3 .....	41
7.4 ANEXO: SESIÓN 4 .....	42
7.5 ANEXO: SESIÓN 6 .....	43

#### INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Punto de partida.....	31
Tabla 2: Lo que he aprendido.....	33
Tabla 3: Rúbrica de evaluación.....	34
Tabla 4: Análisis de la actuación docente..	35

## **1. INTRODUCCIÓN**

### **1.1 JUSTIFICACIÓN**

Hace un año he sido madre de una niña y con ella además del amor incondicional y la felicidad han llegado también las preocupaciones y las inquietudes que llenan mi cabeza todos los días, como, por ejemplo: estará bien, será una niña feliz, sabrá relacionarse con los demás... Ahora todavía es pequeña pero ya empiezo a pensar, cuándo vaya al colegio, cómo será para ella esa etapa en la que palabras como bullying, acoso escolar o ciberacoso están a la orden del día. Por todas estas inquietudes que me han abordado últimamente y que me acompañarán ya a lo largo de su vida, he querido enfocar esta propuesta de intervención educativa hacia la importancia que tienen las habilidades sociales en la escuela ya que es dónde los niños entran en contacto con nuevas personas ajenas a su círculo familiar y encuentran la aceptación entre sus iguales, y que mejor que hacerlo a través de la expresión corporal.

### **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El mundo de la educación está en continuo cambio y presenta nuevos retos para los docentes que quieren desempeñar su labor en el aula satisfaciendo las necesidades de cada uno de sus alumnos. Pero estamos ante unas generaciones de alumnos que cada vez exigen más retos y desafíos tanto en lo curricular como en lo actitudinal y en algunos casos esa actitud frente a compañeros o profesores provoca tensiones, por lo que es necesario estar preparados para saber cómo enfrentarse a situaciones como el rechazo entre compañeros, conflictos entre alumnos o incluso al acoso recibido dentro de un aula, ya que las cifras han ido aumentando como muestra un informe de Diciembre de 2016 creado por la ONG (Organización No Gubernamental) Save the Children donde por Comunidades Autónomas se ha encuestado a parte de la población y los datos sobre acoso y ciberacoso han crecido respecto a años anteriores. Aunque no es en primaria dónde más se acusa esta problemática, ya que la media de edad de los niños que sufren esta lacra está en 11,6 años como dice el informe y es a partir de la última etapa de primaria y durante la secundaria cuando más se pone de manifiesto, es necesario que desde pequeños se creen y fomenten una serie de habilidades sociales que favorezcan las relaciones entre iguales para evitar toda esa serie de conductas inadecuadas que pueden llegar a crear graves trastornos en los niños.

La escuela es el lugar donde se fraguan y fortalecen las relaciones sociales del niño, y no solo es en el patio del colegio donde se ponen en práctica estas relaciones, ya que dentro del aula juegan un importante papel. Como muestra el Real Decreto 126/2014 el

área de Educación Física contribuye de forma esencial al desarrollo de la *competencia social y cívica* la cual conlleva a la habilidad y capacidad de utilizar los conocimientos y actitudes sobre la sociedad, entendida desde las diferentes perspectivas, en su concepción dinámica, cambiante y compleja, para interpretar fenómenos y problemas sociales como nos muestra la Ley Orgánica de la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE, 2013).

Sánchez Bañuelos (2002) señala que las características de la Educación física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide en este aspecto. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad (García, 2008).

Para que habilidades sociales tan importantes como estas puedan llevarse a cabo, la E.F presenta un bloque de contenidos destinado a trabajar la expresión corporal dentro del aula, ya que como señala Cortina (1998, p.65) “la expresión corporal favorece la expresividad, la comunicación, la creatividad y la sensibilidad a través del juego”.

Por ello el trabajar contenidos donde el cuerpo, los gestos o movimientos son los protagonistas puede hacer que los alumnos se puedan mostrar más desinhibidos y con el juego como elemento motor de las actividades, los alumnos quizás tengan una actitud menos temerosa y más relajada a la hora de actuar ya que todos se mostrarán en igualdad de condiciones y esto a su vez pueda fomentar la empatía entre ellos, ya que siempre es fundamental ponerse en el lugar del otro.

La expresión corporal es en realidad una parte del proceso educativo actual que permite desarrollar en el alumno la capacidad expresiva y comunicativa (Viciana y Arteaga, 2004).

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 Objetivo general**

Contribuir al desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos de tercero de primaria a través de una propuesta de intervención de expresión corporal en el área de Educación Física.

### 1.3.2 Objetivos Específicos

- Comprender el concepto de Expresión Corporal y sus características principales.
- Enseñar a los alumnos los elementos básicos de la Expresión Corporal para poder trabajarlos con su propio cuerpo.
- Identificar el concepto de habilidades sociales.
- Describir las habilidades sociales, desde el punto de vista de la intervención docente, dentro del aula.
- Aplicar en las actividades educativas la expresión corporal a través de las habilidades sociales.
- Trabajar la Expresión Corporal desde un punto de vista educativo.

### 1.4 BREVE DESCRIPCIÓN DE LAS PRINCIPALES FUENTES CONSULTADAS

Para la realización de este trabajo se han consultado diferentes fuentes bibliográficas relacionadas con la Educación Primaria en general y el área de Educación Física en particular, centrándose en la expresión corporal y las habilidades sociales como métodos de trabajo para el buen desarrollo de las relaciones entre alumnos. Se han consultado libros sobre diferentes metodologías de trabajo en el aula, también artículos de investigación sobre el comportamiento de los alumnos y distintas webs que han servido de gran ayuda para la obtención de información sobre el tema a tratar.

Autores consolidados en el área de la Educación Física como Mazón, Sánchez Rodríguez o Villada y la web [efdeportes.com](http://efdeportes.com) han sido de gran ayuda en para obtener información relacionada con esta área tan importante dentro de la Educación Primaria. En cuanto a las habilidades sociales, Monjas ha sido un autor de referencia para saber más sobre cuáles son y cómo se deben trabajar en el aula. Y sobre expresión corporal, destacar a Ortiz y Sierra Zamorano como autores importantes dentro de este trabajo para poder trabajar este contenido de la Educación Física al que se le ha dado más peso dentro del currículo en los últimos años.



## **2. MARCO TEÓRICO**

Dentro de este gran apartado de marco teórico se encuentran dos claros apartados, sobre la Expresión Corporal y Habilidades Sociales. Cada uno va desglosando posteriormente estos conceptos en varios subapartados como: definiciones de los conceptos, características, manifestaciones y relación con el currículo, además de concluir este apartado uniendo los dos términos para dejar constancia de la conexión entre ambos.

### **2.1 EXPRESIÓN CORPORAL**

Como definición propia Sierra Zamorano (2001) enmarcándola siempre dentro de la educación en general, y de la Educación Física en particular, define la expresión corporal como:

El contenido de la Educación Física caracterizado por la aceptación, búsqueda, concienciación, interiorización, y utilización del cuerpo y todas sus posibilidades, para expresar y comunicar nuestras emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, etc., así como por un marcado objetivo de creatividad (Sierra Zamorano, 2001, p. 95).

Otra definición es la que considera a la expresión corporal un ámbito de conocimiento, dentro de los contenidos de Educación Física, capaz de experimentar a través de las posibilidades corporales unido a la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, con el fin de crear y comunicar a través del movimiento (Rueda, 2004).

#### **2.1.1 Análisis del concepto de Expresión Corporal**

Se analiza inicialmente el término expresión haciendo referencia a la definición que se encuentra en el Diccionario de la RAE (2009): **expresión**, entre otras acepciones, significa: “Especificación, declaración de una cosa para darla a entender”; “Efecto de expresar algo sin palabras”; “Viveza y propiedad con que se manifiestan los afectos en las artes y en la declaración, ejecución o realización de obras artísticas”.

La expresión es una de las capacidades que más claramente diferencia a los seres humanos del resto de los seres vivos. Pero, aun siendo una capacidad que todos los seres humanos poseen, cada persona, sin embargo, tiene una forma peculiar de manifestarse (Mazón, 2010, p.101).

A continuación, se analiza el término corporal también tomando las definiciones que podemos encontrarnos en el Diccionario de la RAE (2009): **corporal**, “Perteneiente o relativo al cuerpo, especialmente al humano”.

Por lo que, si hacemos una visión conjunta de los dos términos uniéndolos, podemos tomar la idea de Schinca (1988) en la que señala 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.

Así bien la unión de la expresión con el propio cuerpo pone de manifiesto la buena sintonía de ambos conceptos para desarrollar un mejor conocimiento del cuerpo humano, lo que desemboca en una serie de características que se muestran a continuación.

### **2.1.2 Características de la Expresión Corporal**

En este apartado se mostrarán las características que plantea Romero Martín (1997) sobre la expresión corporal.

- Escasa o inexistente importancia asignada a la técnica, o en todo caso ésta, no concebida como modelo al que deben llegar los alumnos. A veces se utilizan determinadas técnicas pero como medio no como fin.
- Finalidad educativa, es decir tiene principio y fin en el seno del grupo sin pretensiones escénicas.
- El proceso seguido y vivido por el alumno es lo importante, desapareciendo la "obsesión" por el resultado final, que aquí adquiere un segundo plano.
- El eje que dirige las actividades gira en torno al concepto de habilidad y destreza básica con objetivos referidos a la mejora del bagaje motor del alumno.
- Las respuestas toman carácter convergente ya que el alumno busca sus propias adaptaciones.

Otras características son las citadas por Sáenz-López (1997) que hacen referencia al modo de enseñanza de la expresión corporal, a través de la **instrucción directa**, como son:

- El profesor es el protagonista del proceso enseñanza aprendizaje.

- El alumno tiene papel pasivo, no toma decisiones.
- Organización más formal.
- Más difícil de individualizar.

O a través de la **indagación**, donde encontramos:

- Alumno es protagonista ya que toma decisiones.
- Aprendizaje más lento, pero más duradero.
- Implica ámbitos cognitivo y afectivo.
- Organización menos formal.

Estas últimas características son las que más pueden aportar al alumno además de crear en él un componente motivador muy significativo en el proceso de enseñanza aprendizaje. Pero no solo deben quedarse con las características, sino que es necesario que se conozcan bien los elementos básicos que forman parte de la expresión corporal, y poderlos trabajar con los alumnos, bien de forma individual cada uno o en conjunto.

### **2.1.3 Elementos básicos de la expresión corporal**

Con nuestros alumnos y alumnas debemos procurar superar inhibiciones, que conozcan su cuerpo y a sus compañeros, con los que trabajan en grupo. Para ello hay una serie de elementos que ayudan a expresar y que fundamentados por varios autores hacen que sean los más significativos.

#### **2.1.3.1 La postura**

La postura es la composición de las posiciones de todas las articulaciones del cuerpo humano en todo momento y es la correcta alineación del cuerpo en presencia de la gravedad, con el fin de realizar diferentes funciones. Para mantener la postura se necesita un equilibrio en la musculatura de la parte anterior y posterior del cuerpo. Numerosos factores van a condicionarla; el crecimiento, el desarrollo muscular, el estado emocional, etc. La columna vertebral es el elemento clave que debemos proteger de patologías que la deforman y que van a incidir negativamente en nuestra salud y calidad de vida, como señala Carolina Corvalán (2013).

### 2.1.3.2 El gesto

Según Kostolany (1997) considera el gesto como “la expresión de una emoción, como un acto intencional dirigido a modificar nuestra relación con el mundo exterior y también como un lenguaje inteligible”.

### 2.1.3.3 La voz

Ríos 2005 explica en su artículo “El arte de exponer en público” cómo con la voz y el lenguaje corporal, comunicamos y transmitimos muchas señales e información. Además de cómo es importante aprender a modular la voz, es decir, a subir o bajar el volumen, cambiar el ritmo o hacer énfasis en determinadas palabras para conseguir captar la atención del público más fácilmente.

### 2.1.3.4 La expresión facial y la mirada

Siguiendo a Ballester y Gil (2002) la expresión facial permite manifestar emociones y estados de ánimo. Algunas son universales. Hay expresiones perceptibles o imperceptibles. La mirada informa de cómo se encuentra el emisor, regula la comunicación e incluso el tipo de relación entre el emisor y el receptor.

### 2.1.3.5 Respiración

M<sup>a</sup> del Carmen Barrera (2012) nos dice que la respiración es una función natural y espontánea que se realiza normalmente sin participación activa de la voluntad, aunque también puede responder a un control consciente y voluntario. En los ejercicios respiratorios es importante no forzar al alumno y respetar la espontaneidad del acto respiratorio.

Tras la descripción de estos elementos básicos se explicará cómo dentro del currículo se han ido asentando una serie de precedentes de la expresión corporal por las diferentes etapas educativas.

## **2.1.4 Precedentes curriculares de la Expresión Corporal en primaria**

Estudios como los de Learreta (1999) hacen un análisis de los contenidos de Expresión Corporal a lo largo de la historia del Sistema Educativo Español y podemos comprobar, como es a partir de la Ley General de Educación de 1970, cuando aparece la Expresión Corporal como contenido dentro del área de Educación Física. En un principio va incluido dentro de lo que se denomina "Expresión Dinámica", término que englobaba diferentes contenidos dispares entre sí.

Posteriormente en los años 80 se incluye de forma explícita en los planes de estudios de los INEF (Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y de las Escuelas Universitarias de Formación del Profesorado de EGB (Educación General Básica), iniciándose así la formación de docentes que van a ser los responsables de su desarrollo como contenido con características propias dentro del currículo del área de Educación Física.

En 1990, la Ley de Organización General del Sistema Educativo (LOGSE) introduce la Expresión Corporal como un bloque de contenidos específico en el área de Educación Física con la denominación "Expresión y Comunicación" en Primaria y "Expresión Corporal" en Secundaria y como optativa (Expresión Corporal) en Secundaria.

Centrándonos en primaria vemos como la LOGSE dentro del bloque de "El cuerpo: expresión y comunicación", nos indica que la actividad física debe facilitar el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, sentando las bases para el desarrollo motriz en fases posteriores.

Pero sin duda la aparición en 2006 de la Ley Orgánica de Educación (LOE) supone un impulso definitivo para la Expresión Corporal ya que aparece como bloque de contenidos "Actividades físicas artístico-expresivas", algo que se ajusta en gran medida al trabajo que se lleva a cabo en los centros de primaria.

En la actualidad la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE, 2013) recoge en dos de sus bloques de contenidos distintos apartados relacionados con la expresión corporal para trabajar en el aula, por lo que los docentes pueden realizar sus programaciones acordes con los contenidos que marca la ley y diseñar metodologías con actividades que trabajen las habilidades sociales a través de la expresión corporal.

Con este repaso a la trayectoria que ha ido siguiendo la expresión corporal con el paso del tiempo, y las modificaciones pertinentes de las leyes educativas, se da paso a la explicación de las habilidades sociales.

## **2.2 HABILIDADES SOCIALES**

La expresión Corporal constituye en sí misma un lenguaje que logra la integración de las áreas física, afectiva e intelectual. Aguirre (2002) entiende la Expresión Corporal como movimientos o gestos del cuerpo, que hacen de potencialidades esenciales del individuo para transmitir sus ideas, sentimientos, estados

ánimicos, emociones, para así representar la forma en que se percibe y elabora la realidad y donde se ven movilizados tanto sus afectos como sus cogniciones.

Las habilidades sociales van unidas a la expresión corporal ya que es imprescindible saber relacionarnos con nuestro entorno a través de los elementos que nuestro cuerpo transmite. Aquí podríamos decir que un gesto o imagen vale más que mil palabras, ya que de forma consciente o no, expresamos con nuestro cuerpo y hacemos partícipes al entorno, como se muestra en las siguientes definiciones sobre el concepto de habilidades básicas.

### **2.2.1 Aproximación al concepto de habilidades sociales**

Diferentes autores han dado su propia definición al concepto de habilidades sociales, a continuación, se muestran varias de ellas.

Caballo (1986) considera las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en el contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de las situaciones mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Otra definición sería la de Monjas (1993) que considera las habilidades sociales como capacidades específicas requeridas para ejecutar efectivamente una tarea. Son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con iguales de forma efectiva y satisfactoria. Esta autora denomina a estas habilidades como: habilidades de interacción social.

Y, por último, Vallés (1996) que las considera como 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 los problemas, intentando que los niños se conozcan a sí mismos, y logren tener una mejor valoración de los mismos.

Analizando las anteriores definiciones queda claro que las habilidades sociales son un comportamiento o tipo de pensamiento que lleva a resolver una situación social de manera aceptable para los sujetos y el contexto en que se encuentran.

Tras estas definiciones se da paso al desglose de las habilidades sociales básicas.

### 2.2.2 Habilidades sociales básicas

A continuación, se muestran distintas habilidades básicas escogidas de la web educa peques (Rodríguez Ruiz, 2013) para poder trabajar dentro del aula.

- **Apego:** capacidad de establecer lazos afectivos con otras personas. Dentro del aula se debe establecer una relación entre alumnos, maestro y tarea, poniendo en concordancia el desarrollo emocional, la conducta y las experiencias de apego.
- **Empatía:** capacidad de ponerse en el lugar del otro y entenderle. Ser capaz de convivir dentro del aula o en el entorno escolar, sabiendo posicionarnos desde otro lugar o desde una perspectiva distinta a la nuestra.
- **Asertividad:** capacidad de defender los propios derechos y opiniones sin dar señales a los demás. Es evidente que la comunicación es un aspecto central en el acto educativo, no sólo dentro del aula, sino también en nuestra relación con compañeros y compañeras, por ello la aplicación de diferentes técnicas de asertividad por parte de profesores y alumnos, permitirá una mejora en la tarea diaria.
- **Cooperación:** capacidad de colaborar con los demás para lograr un objetivo común. El colaborar y ayudarnos unos a otros hace que nos sintamos útiles, ya que el sentimiento de participación es muy valioso tanto en niños como adultos. Por eso, dentro del aula se debe fomentar la cooperación ya que es una manera de reconocer las habilidades de las personas y ponerlas al servicio de los demás.
- **Comunicación:** capacidad de expresar y escuchar. Sentimientos, emociones, ideas, etc. La comunicación en el aula es uno de los principales elementos con los que se debe contar y dominar perfectamente por parte del docente para que los alumnos sientan control y cercanía, ya que además será un elemento motivacional para ellos.
- **Autocontrol:** capacidad para entender las situaciones sociales y no tomarlas como algo personal, o culparse de determinadas cosas. Ante esta situación, debemos hacerle ver al niño, siempre de una manera previa, anticipándonos a que se dé la situación, que es necesario saber exponer de una manera asertiva nuestro punto de vista, es decir, hacerlo sin imponer su criterio, sino respetando el resto de puntos de vista, ya que es frecuente que en la realización de trabajos

grupales aparezcan discrepancias en lo relativo a muchos temas, como pueden ser la forma de realizarlos, de repartir las tareas, etc. Ante situaciones de esta índole, es preciso que los niños experimenten y pongan en práctica el autocontrol.

- **Respeto:** capacidad de considerar que algo es digno y debe ser tolerado. En el aula es fundamental que haya respeto entre los alumnos y los profesores, por ello debe trabajarse día a día.
- **Resolución de conflictos:** capacidad para interpretar un conflicto y sacar alternativas de solución al mismo. El aula es un ámbito en el que se puede dar con frecuencia situaciones de conflicto y tensión por ello una vez localizado el conflicto hay que dar con la manera de resolverlo.

Todas estas habilidades básicas podrán trabajarse a lo largo de la propuesta de intervención siempre a través de la expresión corporal, y gracias a ello el docente verá como los alumnos las van adquiriendo y mejorando, pero siempre formando un tándem como se muestra a continuación.

### **2.3 RELACIÓN ENTRE EXPRESIÓN CORPORAL Y LA MEJORA DE LAS HABILIDADES SOCIALES**

Varios autores de prestigio hablan de cómo es fundamental la adquisición de las habilidades sociales en la escuela o de cómo el tándem expresión corporal – habilidades sociales, es beneficioso dentro del ámbito escolar, para un buen funcionamiento de los procesos de enseñanza aprendizaje, como se muestra a continuación dónde diferentes autores evidencian lo anteriormente dicho.

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

Otro aspecto fundamental dentro del aula como nos dice Sillóniz (2004), es la manera de ser y de actuar del maestro, ya que será un factor motivador para el alumno, ya que el docente es responsable de establecer un estilo de relación cercano, de apoyo, cordial y amable, y de respeto hacia los demás.

Según Vallejo (2003) la expresión corporal actúa de manera eficaz en la dimensión emocional y social del alumno, ya que se entiende la expresión corporal



como una forma de expresión y comunicación, algo que también nos señala Santiago (1985) cuando nos dice que la expresión corporal es el espacio donde la persona se manifiesta consigo mismo y con el mundo que les rodea.

Para terminar este apartado de marco teórico, en el que se ha querido resaltar como la expresión corporal dentro del aula junto con las habilidades sociales, son algo fundamental para el desarrollo y socialización de las personas desde sus primeras etapas, sin mencionar una cita de Wainwright (1998) en la que pone de manifiesto que “los profesores deben ser cordiales, cariñosos y gratificantes. Deben ser capaces de llegar a todos los miembros del grupo de estudiantes. Deben estar seguros de sí mismos y bien organizados, y deben ser emocionalmente estables” (p.82). Es importante prestar atención a las respuestas e intervenciones de los alumnos y evitar ridiculizar o mostrarse sarcástico, hostil, enfadado o arrogante además de tenerse en cuenta las diferencias culturales en el uso del lenguaje corporal.

### **3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DIDÁCTICA**

#### **3.1 CONTEXTUALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN**

El centro donde se va a llevar a cabo esta propuesta es un centro de educación pública ubicado en un barrio residencial de una pequeña localidad de 50.000 habitantes. Este centro se construyó en 2002 debido al crecimiento de este barrio, donde muchas familias fueron a vivir ya que había una gran oferta de viviendas residenciales, por lo que es un barrio donde la mayoría de sus habitantes son gente joven con hijos en edad escolar. El centro, de construcción moderna, tiene dos plantas y alberga a niños de infantil y primaria con tres vías en cada uno de estos cursos. Cuenta con diversas instalaciones como comedor, patio de recreo, salón de actos, aulas específicas para apoyos e informática y gimnasio.

La propuesta de intervención va dirigida a los alumnos de tercero de Primaria, niños de entre 8 y 9 años, y se centra en una de las clases pertenecientes a este nivel que alberga a un grupo homogéneo de alumnos, aunque cabe destacar a una alumna acneae (alumnos con necesidades específicas de atención educativa) y dos alumnos que nacieron en Bulgaria. Además de resaltar que el método de enseñanza se ciñe a las características personales de los alumnos para una mayor atención individualizada dentro del grupo.

La unidad consta de 7 sesiones de 50 minutos cada una, que se desarrollarán durante el 2º trimestre del curso, ya que al ser actividades en su mayoría de juegos

cooperativos y grupales los alumnos están más unidos e integrados al grupo a diferencia que en el primer trimestre, ya que han realizado una toma de contacto durante este periodo anterior con sus compañeros. Con estas sesiones se quiere lograr que los alumnos mejoren sus habilidades sociales a través de la expresión corporal, dentro del aula, para que haya un entorno propicio y agradable entre compañeros.

### **3.2 OBJETIVOS DIDÁCTICOS**

Los objetivos a alcanzar por los alumnos, a través de esta propuesta son los siguientes:

- Expresar espontáneamente con el gesto sentimientos y estados de ánimo.
- Desarrollar la desinhibición y la imaginación.
- Representar objetos y personajes, utilizando el gesto y el movimiento.
- Utilizar el diálogo como forma de resolución de conflictos.
- Participar con sus compañeros de forma natural y espontánea, en juegos de dramatización y mímica.
- Trabajar en equipo y abrirse al resto de compañeros.
- Utilizar el gesto y el movimiento para comunicarse con los demás.
- Adquirir valores como respeto, responsabilidad, solidaridad, tolerancia e igualdad.

### **3.3 CONTENIDOS**

Los contenidos trabajados durante estas sesiones serán los que se detallan a continuación.

- Adquisición de los conceptos de gesto, expresión corporal, sentimiento, emoción, creatividad y espontaneidad.
- Adaptación del cuerpo al ritmo musical.
- Utilización de la dramatización como vehículo para mostrar recursos expresivos.
- Expresión de sentimientos y emociones a través del propio cuerpo.
- Creatividad en los movimientos corporales.

- Utilización del juego para interactuar con los compañeros.
- Respeto de las normas que se establezcan en los juegos.
- Participación y respeto en el desarrollo de las actividades.

### 3.4 COMPETENCIAS CLAVE

Las competencias que contribuyen a trabajar dentro de la expresión corporal son las siguientes.

- **Competencias sociales y cívicas:** a través de actividades que favorecen la integración, el respeto hacia los compañeros y la cooperación.
- **Conciencia y expresiones culturales:** con actividades que implican la utilización del lenguaje corporal y la música.
- **Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor:** con tareas que fomentan en el alumno la confianza y la capacidad de superación al tiempo que se desarrollan actitudes tolerantes y respetuosas.
- **Comunicación lingüística:** a través de actividades que exigen leer, escuchar y comprender mensajes orales.

### 3.5 MATERIALES Y RECURSOS

Los materiales y recursos utilizados en esta propuesta de intervención se detallan a continuación.

Como **recursos organizativos** se contará con dos espacios físicos, uno será el gimnasio del centro educativo y otro el patio del recreo, ya que algunas actividades es mejor desarrollarlas en el interior, pero otras hace falta realizarlas al aire libre.

En cuanto a **recursos personales**, no se contará con personal externo al centro ni con otros profesores de otras áreas, ya que será el especialista en Educación Física el que imparta las sesiones.

Y, por último, como **recursos materiales** se utilizarán en su mayoría los relacionados con la Educación Física:

- De psicomotricidad: vayas, bancos, colchonetas, conos, paracaídas y esterillas.
- De deporte: porterías y pelotas blandas.
- Informáticos: ordenador, proyector.
- Fungible: folios, bolígrafos y bolsas.

### 3.6 METODOLOGÍA

Hablar de metodología es hablar de la forma en que los docentes van a llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje de sus alumnos a través de una serie de elementos que deben ser planteados con anterioridad y siempre teniendo en cuentas las características personales de cada alumno.

Metodología es además confiar en que se tiene algo que plantear como proyecto de trabajo que permita aunar esfuerzos dentro del grupo para llegar a un resultado satisfactorio. Por eso cada sesión debe tener el número de elementos suficiente como para ser una unidad significativa en sí misma; es decir, tener un arranque de motivación para los alumnos siendo siempre activa y participativa.

El docente tiene la necesidad de revisar los puntos de vista para poder garantizar en la medida de lo posible su neutralidad, su serenidad para esperar resultados y para contemplar el crecimiento de sus alumnos a medida que se recorre el camino previsto.

A través de estas citas de Berge (1979) se muestra como la metodología es la esencia del proceso de enseñanza aprendizaje: "el maestro no está para dirigir sino para orientar" (p.47) o

la expresión corporal sólo adquiere valor si el profesor no interfiere en ella, ni perturba la espontaneidad de las improvisaciones, a fin de no falsear la trayectoria del que se está expresando, ya que si percibe que se espera algo de él, sus gestos serán desnaturalizados(p.116).

A partir de estos puntos de arranque, varias pueden ser las pautas que marcan la manera de entender la metodología en las sesiones de expresión. La primera es la permanente reflexión sobre el trabajo, por parte del profesor. Una fórmula que permite relacionar situaciones y encadenar hechos que pueden ser valiosos de experimentar.

La segunda es compartir siempre el trayecto realizado hasta el momento con los alumnos de modo que al final de cada sesión todos puedan tener una idea del esfuerzo realizado y de los resultados obtenidos.

La tercera es ir consiguiendo un clima que facilite la creación, que ayude a la desinhibición progresiva y que permita ser como se es, sin que haya que estar demasiado preocupado del qué dirán.

La cuarta es la forma de organización: individual, por grupos o de gran grupo. Dependiendo de la dirección que queramos tomar en cada momento será importante

hacer tareas de conciencia o de control corporal de forma individual, ya que es fundamental que cada uno de nuestros alumnos dedique un tiempo suficiente a vivenciar determinadas sensaciones o situaciones. Pero en otro caso será más interesante que un grupo de 4 ó 5 personas trabajen de forma cooperativa, exponiendo sus sensaciones y respetando la participación de todos los miembros del grupo.

La quinta consiste en dar un tiempo determinado al trabajo de los grupos o individuos para que preparen su composición, de modo que luego se puedan ver una a una todas las propuestas.

Y como sexta pauta metodológica, señalaríamos la reflexión final del grupo clase donde a modo de asamblea se comentará cómo ha sido el desarrollo de la clase, el involucramiento de los alumnos con los temas y los sucesos ocurridos, o a modo de autoevaluación también los propios alumnos valorarán su trabajo en la sesión.

Para terminar este apartado sobre metodología, hay que reseñar que no se debe olvidar cada situación de la que se parte, de que alumno es diferente, de los medios con los que se dispone, ya que todo ello da lugar a una especificidad que es bueno conocer y tratar en sí misma. Por ello, cada profesor debe ir seleccionando aquellas formas de trabajo que le permiten ser más certero en el logro de los objetivos del proceso de enseñanza/aprendizaje previstos.

### **3.7 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Como se muestra en la metodología, es muy importante poner especial atención en el punto de partida donde se encuentra cada alumno para saber qué dirección se debe tomar en su proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello hay que reseñar de manera importante el papel que tiene la atención a la diversidad dentro del aula, ya que, aunque se muestre un grupo homogéneo a primera vista, dónde todos los alumnos muestran características comunes como la edad, su etnia, la lengua hablante etc. Cada niño es diferente y su proceso de aprendizaje es distinto, por ello el profesor a principio de curso, es bueno que haya realizado unas pruebas iniciales para saber en qué punto están sus alumnos, y con qué conocimientos previos parten, así las actividades que se realicen después en cada sesión irán ya orientadas hacia esos resultados en función de su mejora, su refuerzo o ampliación.

Para esta propuesta de intervención educativa señalar que en el aula dónde se va llevar a cabo hay dos alumnos que proceden de Bulgaria pero llevan escolarizados en el centro desde los tres años y no presentan ningún problema con el castellano, también

una niña hipoacúsica con implante coclear desde su nacimiento, a la que se intenta que las explicaciones sean más directas dónde ella pueda leer bien los labios además de asegurarse el profesor de qué ha entendido las actividades que hay que realizar, pero no lleva ningún tipo de adaptación significativa.

### **3.8 ACTIVIDADES**

Las actividades que se muestran en esta propuesta de intervención giran en torno a las habilidades sociales y la expresión corporal, ya que a través de ellas se quiere lograr el buen funcionamiento del aula, y fomentar las buenas relaciones entre los alumnos.

Serán actividades donde los alumnos trabajen en diferentes situaciones, de manera grupal o individual, pero siempre siguiendo un eje, en este caso la expresión corporal.

Desde la primera sesión hasta la última se quiere ver cómo los alumnos parten de unos conocimientos previos, afianzan valores y habilidades sociales con sus compañeros y realizan reflexiones sobre lo trabajado y experimentado en cada sesión.

Estas actividades tienen un gran componente lúdico por lo que no hay que quitarles peso dentro del currículum, ya que a veces los alumnos no le dan la importancia suficiente porque lo consideran juegos, por ello los docentes deberían otorgarle el valor necesario y transmitirlo a la clase.

A continuación se muestran siete sesiones de expresión corporal, divididas en tres partes: inicial, principal y final, donde la primera hace referencia a l calentamiento previo que se debe realizar antes de comenzar una actividad física, la parte principal es donde se van a desarrollar los juegos y actividades que más relación tengan con la expresión corporal ya que es el tema central de la unidad, y la parte final será la vuelta a la calma, dónde los alumnos realizarán una serie de estiramientos para evitar cualquier tipo de lesión producido por el exceso de actividad física. Cada una de estas sesiones contempla diferentes juegos y actividades donde los alumnos tendrán un papel participativo en todo momento.

<b>SESIÓN 1</b>	
<b>Objetivos:</b> - Conocer y valorar las posibilidades de expresión de su cuerpo. - Desinhibirse a nivel corporal en el grupo. - Buscar el movimiento espontáneo.	<b>Habilidades Sociales:</b> - Participar - Cooperar - Colaborar
	<b>Competencias Clave:</b> -CCL            - SIE - CSC
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> - Música rítmica y lenta.
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<p><b>Parte inicial:</b> Se comenzará haciendo una introducción sobre expresión corporal a través de un video proyectado en el aula. Después los alumnos mostrarán sus conocimientos previos sobre el tema, para tener clara la base sobre la que se parte.</p> <p>- <b>La araña:</b> en este juego de calentamiento 4 alumnos se colocarán en cuadrupedia y contarán hasta 10 en voz alta. Después comenzarán a perseguir al resto de compañeros que van huyendo. Cada vez que uno sea tocado por uno de los perseguidores pasará a formar parte de las arañas. El juego finalizará cuando queden de pie 1 o 2 participantes. (El campo estará delimitado, por lo que si un alumno sale, pasará a ser araña)</p>	
<p><b>Parte principal:</b></p> <p>- <b>El imán:</b> con música rítmica, los alumnos se colocarán por parejas, uno de ellos tiene que motivar el movimiento del otro, atrayéndole con sus manos, como si fueran un imán.</p> <p>- <b>El escultor:</b> haciendo cambio de parejas uno irá modelando al otro con sus manos, que se encontrará inmóvil en el suelo. Cuando acabe el primero, la persona que ha sido modelada se queda como una estatua, después se cambiará el rol. Se pondrá una música lenta para este juego.</p> <p>- <b>Voleibol imaginario:</b> divide la clase en dos grupos, a cada lado de una red imaginaria, uno lanzará la pelota, también imaginaria y dirá el nombre de la persona a la que se la lanza, está la recogerá y se la devolverá a alguien de otro equipo. Para dinamizar, el profesor irá modificando y dando pautas tipo: la pelota es muy pesada, debe tirarse a ras de suelo, o de espaldas... Este juego no se realizará con música.</p> <p>- <b>La espiral:</b> Toda la clase junta se organizará en un círculo cogidos de a mano, menos una pareja que se queda suelta de una mano. Uno de los que está suelto comienza a girar sobre sí mismo, mientras el resto de la cadena gira en sentido contrario. Así, hasta quedar todos apretados en un fuerte abrazo. Después, sin soltarse de la mano, procurar hacer la operación inversa.</p>	
<p><b>Parte final:</b></p> <p>- <b>Figuras:</b> como parte de la relajación, los alumnos se distribuirán por el campo y cuando el profesor diga: de 1, de 2 o de 3...los alumnos se colocarán según el número dicho y deberán formar una figura. Para esta actividad utilizaremos una música lenta. Al final se destinarán los últimos 5 minutos para hacer una puesta en común con preguntas tipo: ¿os ha gustado la sesión? ¿os gusta con música o sin música? ¿os habéis sentido a gusto con este tipo de juegos?</p>	

<b>SESIÓN 2</b>	
<b>Objetivos:</b> - Interpretar gestos y expresiones comunes - Realizar actividades que expresen	<b>Habilidades Sociales:</b> - Actitud positiva - Respeto
	<b>Competencias Clave:</b> - CCL - CSC
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> - Bolsa - Tarjetas con nombres (animales, sentimientos, cosas)
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<b>Parte inicial:</b> - <b>Puente:</b> en este juego de calentamiento, se designarán a varios perseguidores, que irán un peto de color. Cuando un perseguido es tocado, debe colocarse formando un puente con su cuerpo. Para ser liberado, otro compañero deberá pasar por debajo de su puente. Habrá cambio de roles cada poco tiempo.	
<b>Parte principal:</b> - <b>La bolsa mágica:</b> con grupos de 4 o 5 niños formados, el profesor meterá en una bolsa diversas tarjetas con el nombre de animales, cosas o sentimientos para poder representar. La bolsa siempre la tendrá el profesor y los alumnos irán sacando las tarjetas de uno en uno, cuando hayan visto lo que deben representar, irán a su grupo para ejecutarlo, en cuanto este lo haya adivinado vendrá el siguiente miembro para realizar el mismo procedimiento. - <b>El director de orquesta:</b> todos los alumnos puestos en círculo deberán imitar una serie de gestos que realice un miembro del grupo, mientras otro compañero que ha salido previamente fuera del recinto, entrará y tendrá que adivinar quién es “el director” de la orquesta. - <b>Viajeros al tren:</b> organizados en 3 grupos, los alumnos deben ponerse en hilera y cogerse con la mano derecha el hombro derecho del de delante. Con la mano izquierda el pie izquierdo del compañero que le precede. Así tendrán que ir avanzando hacia delante y volver al sitio de partida.	
<b>Parte final:</b> - <b>Pasar la máscara:</b> se colocarán todos los alumnos sentados en círculo. El profesor designará a uno para que comience. Este debe hacer un gesto mímico con su cara, a continuación, el siguiente debe repetir el gesto del compañero e incorporar uno suyo propio, así sucesivamente hasta intentar llegar al último de los compañeros. Al final se destinarán los últimos 5 minutos para hacer una puesta en común con preguntas tipo: ¿os ha gustado la sesión? ¿os habéis sentido cómodos imitando los gestos de los compañeros? ¿habríaís planteado cambios en alguno de los juegos?	



<b>SESIÓN 3</b>	
<b>Objetivos:</b> - Desinhibirse a nivel corporal - Interpretar gestos y expresiones. - Realizar actividades que expresen	<b>Habilidades Sociales:</b> - Cooperación - Respeto.
	<b>Competencias Clave:</b> - CCL - SIE - CEC
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> - Música
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<b>Parte inicial:</b> - <b>Cadeneta:</b> en este juego de calentamiento un alumno comenzará parándola y deberá pillar a otro que se unirá a él, y de la mano irán sumando a más compañeros hasta que solo que 1 sin pillar.	
<b>Parte principal:</b> - <b>Música maestro:</b> ocupando todo el espacio disponible los alumnos de forma individual tendrán que moverse cuando escuchen la música que el profesor les ponga en cada momento. Este estará alternando canciones conocidas, muy rítmicas, lentas, música clásica... Después se les repartirán unos peros (rojos y azules), deberán seguir el ritmo de la música, pero esta vez cuando el profesor nombre su color. - <b>El espejo:</b> por parejas, uno será el que realice la acción y el compañero su espejo que imitará los movimientos que haga. Tendrán que representar acciones de la vida cotidiana como ducharnos, comer, jugar en el patio... - <b>Dale al "PLAY":</b> en grupos de 4 o 5 niños comenzará haciendo una serie de movimientos con todo el cuerpo y el resto de su grupo los tendrá que hacer a cámara lenta o deprisa según indique el profesor. Después pasará otro al centro y será el que haga el movimiento original, mientras los demás lo repiten según las indicaciones del profesor. - <b>Abecedario:</b> en grupos de 3 deben ir formando letras con su cuerpo.	
<b>Parte final:</b> - <b>¡Oh lindo gatito!:</b> sentados en círculo, un niño paseará a gatas como si fuera un gatito, y se irá acercando a sus compañeros, haciéndoles carantoñas y dejándose acariciar por estos mientras los demás le dicen: oh, lindo gatito. Al final se destinarán los últimos 5 minutos para hacer una puesta en común con preguntas tipo: ¿os ha gustado la sesión? , ¿Qué actividad os ha gustado más? ¿por qué?, señala una cualidad positiva de uno de tus compañeros a la hora de realizar las actividades.	

<b>SESIÓN 4</b>	
<b>Objetivos:</b> - Comunicar con el cuerpo - Valorar las actuaciones de los compañeros	<b>Habilidades Sociales:</b> -Cooperación -Respeto
	<b>Competencias Clave:</b> - CCL - CSC
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> -tarjetas - pañuelo - pelota blanda -porterías -papeles
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<b>Parte inicial:</b> - <b>Saludos:</b> como actividad de calentamiento iremos caminando por la sala y nos saludaremos unos con otros. Nos alegraremos de ver a nuestros compañeros y demostraremos nuestro júbilo, pero sin palabras, solo con gestos.	
<b>Parte principal:</b> - <b>El zoo:</b> Consiste en formar parejas de animales. A cada niño se le da una tarjeta con el nombre del animal escrito en él. El juego consiste en que cada cual encuentre a su pareja utilizando como único medio la emisión del sonido y gestos del animal. - <b>Casimiro:</b> se formarán 4 grupos. En el campo delimitado se colocarán en los extremos dos porterías, y con una pelota blanda, un miembro de cada equipo saldrá al campo con los ojos vendados y ayudado por las voces de sus compañeros, debe acercarse lo más posible a la portería con la pelota y llegar a meter gol. - <b>Cuentos:</b> en grupos de 4 o 5 personas, deben representar diferentes cuentos, uno del grupo representa y los demás adivinan. El profesor tendrá en diferentes papelitos los nombres de varios cuentos y ellos escogerán uno para representar.	
<b>Parte final:</b> - <b>Masaje:</b> con la ayuda de una pelota blanda, los niños que estarán colocados por parejas, deberán ir masajeando despacio las partes del cuerpo que el profesor vaya diciendo con la pelota. Después habrá cambio, y el masajista pasará a ser el masajeado.	

<b>SESIÓN 5</b>	
<b>Objetivos:</b> - Favorecer la coordinación de movimiento - Favorecer la distensión en el grupo - Favorecer el sentimiento de grupo.	<b>Habilidades Sociales:</b> - valorar al compañero - comunicación con gestos - respeto
	<b>Competencias Clave:</b> - CCL - CEC - CSC
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> -no es necesario
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<b>Parte inicial:</b> - <b>Círculo de aplausos:</b> como calentamiento nos pondremos en círculo y un primer alumno saldrá al centro, recibirá un fuerte aplauso de sus compañeros y les dedicará a estos como agradecimiento hacer para ellos un gesto de mimo, canto, alguna habilidad...	
<b>Parte principal:</b> - <b>Toquín-tocón:</b> Los alumnos tendrán que tocar en el cuerpo de otro compañero, las diferentes órdenes que del profesor: tocar, rodilla, tocar codo, tocar glúteo, tocar nariz con pulgar izquierdo...así todas las que se le ocurran al profesor. - <b>Senta-rodilla:</b> colocados los alumnos en un círculo estarán agarrados con las dos manos a los hombros del que preceden. A la señal, despacio y con equilibrio, se irán agachando hasta sentarse en las rodillas del que está detrás y agarrados con las dos manos en los hombros del que está delante. Cuando se haya logrado un par de veces, se levantarán las manos e intentarán guardar el equilibrio. - <b>Palo mareado:</b> por equipos, se colocarán en círculo y un miembro en el centro, inerte, totalmente rígido, con los ojos cerrados, brazos apretados al cuerpo, bien erguido y sin posibilidad de doblarse, será bamboleado por el resto del grupo de forma suave, sin que pierda rigidez. Si la pierde será sustituido por otro.	
<b>Parte final:</b> - <b>Los troncos:</b> todos los alumnos se tienden en el suelo totalmente estirados como si estuvieran profundamente dormidos. El profesor irá pasando entre ellos levantando y dejando caer segmentos corporales de forma que los niños tomen confianza y atiendan al grado de relajación. Después se les propone rodar por el suelo, de forma lenta, de un lado para otro.	

<b>SESIÓN 6</b>	
<p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar la comunicación y socialización entre los participantes.</li> <li>- Favorecer la idea de grupo y la cohesión del mismo.</li> <li>- Comunicar con el cuerpo.</li> </ul>	<p><b>Habilidades Sociales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cooperación</li> <li>- buena actitud</li> </ul> <p><b>Competencias Clave:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- CCL</li> <li>- CSC</li> </ul>
<p><b>Tiempo:</b> 50 minutos</p>	<p><b>Material:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-música</li> <li>- paracaídas</li> <li>- papel</li> <li>- pelota blanda</li> </ul>
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<p><b>Parte inicial:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Caballito:</b> es un juego de calentamiento similar a “stop”. Uno de los alumnos la “para” y cuando los demás estén quietos en el sitio, solo pondrán ser salvados si un compañero les sube a caballito.</li> </ul>	
<p><b>Parte principal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>El encuentro:</b> por sorteo se escogen a dos alumnos, que se situarán en cada una de las porterías, y los demás alumnos por el resto de la pista. A la señal, los dos alumnos enfrentados intentan encontrarse y abrazarse, mientras todos los demás tratan de ponerles todos los obstáculos posibles para su encuentro. No se puede agarrar ni golpear, solo obstaculizar.</li> <li>- <b>Círculo contra círculo:</b> Se divide la clase en dos círculos concéntricos. Cuando suene la música, los dos círculos empiezan a girar en sentidos contrarios, cuando la música cese, los alumnos estarán parados unos enfrente de otros, y con el que les haya tocado tienen que realizar la acción que indique el profesor: bailar por sevillanas, juntar codo con codo y chocar manos, beso de esquimal (nariz con nariz)...</li> <li>- <b>El paracaídas:</b> los alumnos sujetan el paracaídas a la altura de la cintura y lo suben y bajan. El profesor marcará unas pautas: pasar de suave movimiento a rápido, con una pelota intentar que no salga de la tela, intentar encestar la pelota entre todos por el agujero central, ponerse en forma de iglú todos metidos en el paracaídas...</li> </ul>	
<p><b>Parte final:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Leo los labios:</b> todos los niños se sentarán y de uno en uno e irán saliendo y cogiendo un papel donde podrá una frase que tendrán que interpretar con el simple movimiento de la boca, el que lo adivine saldrá a hacer su representación.</li> </ul>	

<b>SESIÓN 7</b>	
<b>Objetivos:</b> - Adquirir las capacidades necesarias para la práctica del acrosport.	<b>Habilidades Sociales:</b> - creatividad - cooperación - autoestima
	<b>Competencias Clave:</b> - CCL - SIE
<b>Tiempo:</b> 50 minutos	<b>Material:</b> - bancos - vallas - colchonetas - conos - esterilla
<b>Desarrollo de la sesión</b>	
<b>Parte inicial:</b> - <b>Popurrí:</b> el calentamiento de esta sesión consta de varios ejercicios en los que se trabajará: la movilidad articular, distintos tipos de desplazamientos y estiramientos. Todo ello se realizará bien de forma individual o en grupos pequeños.	
<b>Parte principal:</b> - <b>Círculo acrobático:</b> los alumnos se colocarán en fila india delante del círculo y lo realizarán de 3 en 3. 1º pasarán por encima del banco con un cono en la cabeza, después en la colchoneta harán una voltereta, pasarán por debajo de las vallas, entre los 3 compañeros se saltarán y al final llevarán a un compañero como en la sillita de la reina. El círculo se puede prolongar repitiendo los elementos.	
<b>Parte final:</b> - <b>Espalda sana:</b> como parte final de esta sesión se quiere trabajar la educación postural, o por lo menos que los alumnos comiencen a tener buenos hábitos saludables con su cuerpo, y en este caso con su espalda, ya que las buenas posturas son fundamentales para el desarrollo del cuerpo. Para ello se van a realizar diferentes ejercicios en el suelo, donde el profesor indicará las posiciones y levantamientos que deben realizarse.	

### **3.9 CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN**

La evaluación cumple distintas y muy importantes funciones, una de ellas es poder calificar al alumno para que ellos y sus familias tengan un referente claro de los progresos que experimentan en el cumplimiento de los objetivos y aprendizajes de los contenidos. La función principal de la calificación es una función formativa, en la que se ayudará a los alumnos a aprender y detectar los errores cometidos y hacérselos ver para poder mejorar en su aprendizaje..

En este caso, al ser una propuesta de intervención que gira en torno a la expresión corporal, hay que señalar que cada alumno tiene su propia forma de expresar y de sentir, por lo que no hay un modelo a seguir de actuación, así pues, todo lo que hagan durante las sesiones estará bien realizado si lo hacen con esfuerzo, de forma activa, con interés y respetando a los demás.

- **Criterios de Evaluación**

A continuación, se muestran los criterios de evaluación a través de los cuales se va a evaluar el desarrollo de esta propuesta de intervención, mediante la observación directa del día a día y la recogida de la información necesaria a través de fichas.

- Participa activamente de las actividades y juegos.
- Respeto a los compañeros sin discriminación.
- Desarrolla la autoestima.
- Cumple las normas.
- Valora las representaciones de los compañeros de forma positiva.
- Muestra espontaneidad y expresividad en sus representaciones.
- Utiliza el cuerpo como forma de comunicación y expresión.
- Cooperar con los compañeros para conseguir un fin común.
- Representa corporalmente acciones y sentimientos.
- Sabe improvisar escenas sobre propuestas de personajes y situaciones determinadas.

- **Evaluación Inicial**

Este es el punto de partida con el que se tendrán muchas oportunidades que bien aprovechadas, brindan información esencial acerca del grupo-clase en general, y de cada niño en particular.

Para esta propuesta de intervención, la evaluación inicial diseñada es una ficha, con diferentes ítems relacionados con la expresión corporal y las habilidades sociales, que los alumnos rellenarán en la primera sesión para que docente recoja la información individual de cada alumno, para saber el punto de partida.

**Tabla 1: Punto de partida**

Nombre:	Fecha:	Curso:	
Explica con tus palabras en qué consiste la <b>Expresión Corporal</b> :			
<b>Cómo te consideras personalmente:</b>	<b>Mucho</b>	<b>Poco</b>	<b>Nada</b>
• Ayudo a los demás			
• Cooperación			
• Creatividad			
• Deportividad			
• Dialogar			
• Expresar sentimientos			
• Relación con los compañeros			
• Respeto			
• Ser agradecido con los demás			
• Tomar la iniciativa			
• Vergüenza			

Una vez rellenas las tablas se realizará una breve asamblea donde los alumnos transmitirán qué es para ellos la expresión corporal, y dónde el docente dejará claro el significado y lo que se pretende lograr con esta propuesta de intervención dentro del aula.

- **Evaluación Continua**

Durante el desarrollo de las sesiones el maestro irá reflejando tanto en un diario anecdótico como en sus listas de control, todos aquellos aspectos de los alumnos que se estén trabajando, para que a la hora de realizar la evaluación final se tenga todo registrado y se facilite la labor del docente. Además, es fundamental apuntar aquellos aspectos en los que se aprecie alguna carencia para poder corregirlos en el transcurso de la propuesta.

- **Evaluación Final**

Una vez finalizada la sesión número 7, los alumnos rellenarán al término de la clase una ficha similar a la que el docente les entregó en la primera sesión. Con esta ficha se quiere ver si los alumnos han evolucionado en las cualidades reflejadas en dicha ficha, ya que son las mismas que en la evaluación inicial, y si la propuesta de intervención llevada a cabo ha sido efectiva en el grupo clase.



**Tabla 2: Lo que he aprendido**

Nombre:	Fecha:	Curso:	
<p>¿Seguirías explicando de la misma manera qué es la <b>Expresión Corporal</b>?</p> <p>- Si tu definición a cambiado, explícala a continuación:</p>			
¿Cómo has mejorado en las siguientes cualidades? Señala.	Mucho	Poco	Nada
• Ayudo a los demás			
• Cooperación			
• Creatividad			
• Deportividad			
• Dialogar			
• Expresar sentimientos			
• Relación con los compañeros			
• Respeto			
• Ser agradecido con los demás			
• Tomar la iniciativa			
• Vergüenza			

Después el maestro rellenará la siguiente ficha de control en la que se evalúan los criterios de calificación, donde se observará si los alumnos los han superado o no a través de una rúbrica.

**Tabla 3: Rúbrica de evaluación**

<b>ALUMNO:</b>	<b>1 Insuficiente</b>	<b>2 Suficiente</b>	<b>3 Bien</b>	<b>4 Excelente</b>
- Participa activamente de las actividades y juegos.				
- Respeto a los compañeros sin discriminación.				
- Desarrolla de la autoestima.				
- Cumple las normas.				
- Valora las representaciones de los compañeros de forma positiva.				
- Muestra espontaneidad y expresividad en sus representaciones.				
- Utiliza el cuerpo como forma de comunicación y expresión.				
- Cooperar con los compañeros para conseguir un fin común.				
- Representa corporalmente acciones y sentimientos.				
- Sabe improvisar escenas sobre propuestas de personajes y situaciones determinadas.				

- **Evaluación de la actuación Docente**

No sólo se evaluarán los aprendizajes y aspectos referentes al alumnado, sino que también se revisará y reflexionará acerca de la propia actuación del docente con el fin de mejorarla en futuras sesiones.

A través de esta ficha de observación analizaremos lo que se va a observar y cómo se va a analizar.

**Tabla 4: Análisis de la actuación docente**

<b>ACTIVIDADES</b>	
- Adecuación de las tareas a la edad.	
- Secuenciación de las actividades.	
<b>ORGANIZACIÓN</b>	
- Material: <i>adecuación, colocación y recogida.</i>	
- Aprovechamiento del espacio.	
- Organización del grupo.	
- Control de los alumnos.	
- Control del tiempo.	
<b>PROFESOR</b>	
- Información: <i>captación de la atención, claridad, brevedad, terminología, tono de voz.</i>	
- Interacción con los alumnos: Feed- back	
- Situación del profesor en el espacio.	
<b>GRUPO</b>	
- Comportamiento general del grupo de alumnos.	

## 4. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA

A raíz de la elaboración de este trabajo se han llevado a cabo una serie de conclusiones relacionadas con el objetivo general y los objetivos específicos como se muestra a continuación.

1. El objetivo general de esta propuesta era contribuir al desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos de tercero de primaria a través de una propuesta de intervención de expresión corporal en el área de Educación Física. Este objetivo se ha cumplido ya que se puede apreciar a lo largo de todo el trabajo como la expresión corporal es algo fructífero para los alumnos así desarrollan unas buenas habilidades sociales dentro del aula.
2. A través de las definiciones de diversos autores se puede comprender el concepto de Expresión Corporal además de sus características principales, como señalaba el primero de los objetivos específicos.
3. El docente se encarga de enseñar a los alumnos a expresar con su cuerpo y así trabajar los elementos básicos de la expresión y siempre fomentando una actitud positiva entre el alumnado.
4. Los alumnos comprenderán el concepto de habilidades básicas y sabrán identificarlas en situaciones reales.
5. Describir las habilidades sociales, desde el punto de vista de la intervención docente, dentro del aula, es otro de los objetivos que se puede llevar a cabo satisfactoriamente ya que se han definido dentro del marco teórico y con la ayuda de diversos autores, dejando claro cuáles son las habilidades a trabajar dentro del grupo clase.
6. La aplicación, en las actividades educativas, de la expresión corporal a través de las habilidades sociales básicas concluye en un buen desarrollo de la metodología para poder llevar a cabo unas sesiones satisfactorias tanto para el alumnado como para el docente.
7. Sobre el último objetivo decir, que con las distintas sesiones de actividades programadas para esta propuesta de intervención, se puede llevar a cabo trabajar la Expresión Corporal desde un punto de vista educativo, ya que la mayoría de las actividades propuestas llevan como hilo conductor este concepto y se desarrollan dentro del aula en el área de educación física y su desarrollo será evaluado por el profesor y por los alumnos.

Después de tratar las conclusiones es necesario realizar un apunte en el que señalar que este trabajo se ha realizado para poderse aplicar dentro de un aula real, y así saber si las actividades diseñadas y la metodología a seguir serían las correctas para lograr que los alumnos trabajen las habilidades sociales a través de la expresión corporal. Ya que, de no ser así, se deberían modificar las sesiones y poner el foco de atención en los diversos problemas que podrían surgir durante su puesta en marcha para poder encauzar de nuevo la propuesta de intervención hacia los objetivos que se quieren conseguir.

## **5. CONSIDERACIONES FINALES**

Esta propuesta de intervención no se ha puesto en práctica, por lo que no se pueden sacar conclusiones exactas sobre las reacciones del grupo de alumnos para el que va destinada. Lo que sí se podría es ver hacia dónde pueden ir encaminados los resultados de esta propuesta, en base a estudios realizados por otros autores. Aunque si es cierto que para saber si las actividades diseñadas son las adecuadas para los alumnos y conocer cuáles son sus reacciones y respuestas, se debería aplicar a una situación real.

Como docentes podemos trabajar las distintas habilidades sociales desde la expresión corporal de forma más amplia, es decir, si las quieren trabajar todas con tus alumnos, o bien de manera específica, si solo quieren trabajar o centrarse en dos o tres, ayudándose de las actividades propuestas.

Personalmente me gustaría llevar a cabo, si fuera posible, este trabajo como docente dentro del aula, ya que por todo lo que he podido leer respecto al tema, trabajar la expresión corporal en primaria sería de gran ayuda para fomentar las habilidades sociales. Además, hablando con compañeros estudiantes y docentes del área de Educación Física me han comentado que la actitud de los alumnos mientras trabajan contenidos de expresión corporal es más relajada, respetuosa y fomenta la empatía, algo que es fundamental en las aulas para evitar que surjan conflictos entre los alumnos, y así puedan ser personas capaces de entenderse, comprenderse y convivir en paz.

Además este trabajo ha supuesto para mí poner en juego todos los aprendizajes y competencias adquiridos a lo largo de mis estudios de grado, haciendo que me forme como docente vocacional y con muchas ganas de emprender mi labor en el campo de la

enseñanza. Por todo ello me he decantado a realizar esta propuesta de intervención sobre este tema escogido.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguirre, A.M. (2016) La Orientación familiar. En Aguirre, A.M. Caro, C, Fernández, S. y Silvero, M. ( 2016). *Familia, escuela y sociedad*, Madrid: UNIR.
- Ballester, R. y Gil, M.A. (2002). *Habilidades Sociales*. Madrid: Síntesis.
- Barrera, M<sup>a</sup>.C. (2012). *La respiración*. Recuperado de <http://www.webconsultas.com/categoria/tags/aparato-respiratorio>.
- Berge, Y. (1979). *Vivir tu cuerpo: para una pedagogía de movimiento*. Madrid: Narcea.
- Caballo, V. (1986). *Evaluación de las habilidades sociales*. Madrid: Pirámide.
- Corvalán, C.(2013). *Educación y reeducación postural en niños preescolares*. Recuperado de Revista Vinculando: <http://vinculando.org/educacion/educacion-y-reeducacion-postural-en-ninos-preescolares.html>
- Cortina, A. (1998). *Hasta un pueblo de demonios. Ética pública y Sociedad*. Madrid: Taurus.
- Rodríguez Ruíz, C. (s.f) Educapeques. Recuperado el 14 de abril de 2017 de <http://www.educapeques.com/>
- Castillo, E. y Rebollo, J.A. (2010) La Expresión Corporal como materia curricular del área de Educación Física para primaria. Recuperado el 5 de mayo de 2017 de <http://www.efdeportes.com/>
- García, I. (2008). Expresión corporal y danza como contenidos para el desarrollo de la creatividad en las clases de Educación Física. En: *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 12, Nº 118. <http://www.efdeportes.com/efd118/expresion-corporal-y-danza-en-las-clases-de-educacion-fisica.htm>
- Kostolany (1977). *Los gestos*. Bilbao: El mensajero.
- Learreta, B.(1999). Análisis de los contenidos de Expresión Corporal a través de los textos legales a lo largo de la historia del sistema educativo español. En *Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física*, Vol. I. 566-579. Huelva: Instituto Andaluz del Deporte.
- Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de *Educación*. Boletín Oficial del Estado, de 4 de octubre de 1990.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de *Educación*. Boletín Oficial del Estado, de 4 de mayo de 2006.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, *para la mejora de la calidad educativa*. Boletín Oficial del Estado, de 10 de diciembre de 2013.
- Mazón Cobo, V (2010). *Competencias Primaria. Colección EF*. Barcelona: INDE publicaciones.
- Mazón, V, Sanchez, M.J, Santamarta, J.E y Uriel, J.R (2010). *Programación de la EF basada en Larraeta, B, Sierra, M.A. y Ruano, K. (2005). Los contenidos de la Expresión Corporal*. Barcelona: INDE publicaciones.

- Monjas (1994). *Evaluación de las competencias y las Habilidades Sociales en la edad escolar*. Madrid: Siglo veintiuno.
- RAE (2009). *Diccionario de la Lengua Española*.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la *Educación Primaria*.
- Ríos, S. (2005). *El arte de exponer en público*. Revista Aula.
- Romero Martín, R. (1997). *La expresión corporal en el ámbito educativo*. Askesis. Pila Teleña. Nº1. Año 1. Recuperado de <http://www.akesis.arrakis.es>
- Rueda, B.(2004). *La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física*. En E. Castillo y M. Díaz (Coords). *Expresión Corporal en Primaria* (p.11-30) Servicio de publicaciones Universidad de Huelva.
- Sáenz-López, P. (1997). *La Educación Física y su didáctica*. Sevilla: Wanceulen.
- Sánchez Bañuelos, F. (2002). *Didáctica de la Educación Física para Primaria*. Madrid: Pearson Educación.
- Santiago, P. (1985). *De la expresión corporal a la comunicación interpersonal*. Madrid: Nacea.
- Save de Children(2016). Artículo recuperado de [https://elpais.com/elpais/2016/02/18/media/1455822566\\_899475.html](https://elpais.com/elpais/2016/02/18/media/1455822566_899475.html)
- Schinca, M. (1988). *Expresión Corporal. Bases para una programación teórico – práctica*. Madrid: Escuela Española.
- Sierra Zamorano, M.A. (2001). *La Expresión Corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física*. Tesis Doctoral.
- Sillóniz, A.(2004). *La motivación en el aula*. Recuperado de [indexnet.santillana.es/rcs/\\_archivos/Recursos/religion/motivacion.pdf](http://indexnet.santillana.es/rcs/_archivos/Recursos/religion/motivacion.pdf)
- Teruel, M<sup>a</sup>.P.(2000). *La inteligencia emocional desde la perspectiva de la LOGSE*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. Nº 38, p.141-152.
- Vallejo, B.(2003). *Expresión corporal con tercera edad*. En G. Sánchez, B. Tabernero, F.J. Coterón, C.Llanos y B. Learreta (Cord). *Actas del I Congreso Internacional de Expresión Corporal y Educación: Expresión, Creatividad y Movimiento*, (p.463-468). Zamora: Amarú.
- Vallés Arándiga, A. (1996). *Las Habilidades Sociales en la escuela: una propuesta curricular*. EOS Gabinete de Orientación Psicológica.
- Viciana, V. y Arteaga, M. (2004). *Las actividades coreográficas en la escuela. Danzas, Bailes, Funky, Gimnasia – Jazz*. Barcelona: INDE
- Villada, P. (1997) *Manual del maestro especialista en EF*. Madrid: Pila Teleña.
- Wainwright, G.R. (1998). *El lenguaje del cuerpo*. Madrid: Pirámide.



## 7. ANEXOS

### 7.1 ANEXO :SESIÓN 1

- El video proyectado como introducción a la primera sesión de Expresión Corporal será:
  - Youtube. “Teatro de sombras. Expresión Corporal”.
- Música utilizada para la actividad: El imán
  - Rítmica: black eye peace. “ Igottafeling”
- Música utilizada para la actividad: “El escultor”
  - Lenta: Lucciano Pavarotti. “Nessundorma”

### 7.2 ANEXO: SESIÓN 2

- Las tarjetas que estarán dentro de la bolsa para la actividad de la “bolsa mágica” contendrán los siguientes nombres:
  - Animales: Gallina, Rana, Caballo, Tigre, Pez.
  - Sentimientos: Tristeza, Miedo, Alegría, Aburrimiento, Sorpresa.
  - Acciones: Ducharse, Conducir, Meter un gol, Tocar un instrumento, Hacer una tortilla de patata.

### 7.3 ANEXO: SESIÓN 3

- Las músicas utilizadas para el juego “ Música maestro” serán:
  - LMFAO “Party rock anthem”
  - PITBULL “Fell this moment”

- ROMEO SANTOS “No tiene la culpa”
- TCHAIKOVSKY “El cascanueces”
- CELIN DION “My heart will go on”

#### 7.4 ANEXO: SESIÓN 4

- Para el juego “El zoo” se utilizarán las siguientes tarjetas con los nombres de animales.
  - León
  - Vaca
  - Perro
  - Gato
  - Rana
  - Serpiente
  - Caballo
- En el juego “Cuentos” se representarán los siguientes:
  - La bella durmiente.
  - Blancanieves.
  - El gato con gotas.
  - La cenicienta.
  - La sirenita.
  - El rey león.

## 7.5 ANEXO: SESIÓN 6

- La música utilizada para el juego “Círculo contra círculo” será un CD variado de músicas del folclore aragonés.
- Para el juego “Leo los labios” se escribirán en unos papelitos unas frases con distintas acciones que los alumnos tendrán que descifrar leyendo los labios del compañero y posteriormente representar.
  - Beber agua.
  - Jugar a voleibol.
  - Comer sopa caliente.
  - Rascarse la nariz.
  - Silbar.
  - Dar un beso.