



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

PROPUESTA DIDÁCTICA DE EXPRESIÓN CORPORAL PARA EDUCACIÓN PRIMARIA A TRAVÉS DE LA DRAMATIZACIÓN, EL JUEGO Y LA DANZA

Rosa García Cabello

Graduada en Educación Primaria. Universidad de Sevilla, España.
rosagarciagc29@gmail.com

Sara Suárez Manzano

Universidad de Jaén, España. ssuarez@ujaen.es

José Luis Solas Martínez

Universidad de Jaén, España. jism0004@red.ujaen.es

Raquel M. Guevara Ingelmo

Universidad Pontificia de Salamanca, España. rmguevarain@upsa.es

RESUMEN

La expresión corporal es un área fundamental en el desarrollo del niño en edad infantil. En la etapa de Educación Primaria debe adquirir un especial protagonismo, por su importante contribución en el desarrollo de la socialización, creatividad y expresión emocional. Desde una perspectiva integral y constructivista, en este trabajo se presenta una propuesta didáctica llevada a cabo en un aula del segundo ciclo de Educación Primaria, en la que hay 26 estudiantes. Se desarrollan 4 sesiones de expresión corporal basadas en la dramatización, el juego y la danza, para mejorar el nivel de socialización y la expresión emocional de los participantes. Además, se valoró la intervención a través de una escala de estimación que evalúa el cumplimiento de los objetivos planteados. Los resultados muestran una valoración positiva de la propuesta, evidenciando la necesidad de trabajar la desinhibición desde edades tempranas, por considerarse un condicionante importante de la expresión corporal.

PALABRAS CLAVE:

Educación Primaria, expresión corporal, socialización, dramatización, juego

DIDACTIC PROPOSAL OF BODY EXPRESSION FOR PRIMARY EDUCATION THROUGH DRAMATIZATION, PLAY AND DANCE

ABSTRACT

Body language is a fundamental area in the development of children in early childhood. In the Primary Education stage, it should acquire a special role due to its significant contribution to socialization, creativity, and emotional expression. From a comprehensive and constructivist perspective, this paper presents a didactic proposal carried out in a classroom of the second cycle of Primary Education, with 26 students. Four sessions of body language based on dramatization, play, and dance are conducted to improve the level of socialization and emotional expression of the participants. Additionally, the intervention was assessed using a rating scale that evaluates the fulfillment of the objectives set. The results show a positive assessment of the proposal, highlighting the need to work on inhibition from an early age, as it is considered an important determinant of body language.

KEYWORD

Primary Education, body expression, socialization, dramatization, game

1. INTRODUCCIÓN

Aportar una definición de Expresión Corporal ha supuesto y continúa suponiendo, una tarea de gran complejidad dada la diversidad de aproximaciones conceptuales e interrelaciones que sobre este término se aportan desde una perspectiva educativa y artística. Son muchos los autores que han tratado de analizar el concepto Expresión Corporal contemplando la generalidad y la particularidad del término con una visión integradora (Sánchez et al., 2013).

La Expresión Corporal se emana del movimiento como una meta dentro de la educación, con la misión de alcanzar un desarrollo armónico del alumno de forma íntegra, de este modo se formará una destacable vía de canalización de sentimientos, emociones y habilidades, asumiendo como medio el propio cuerpo (Alonso, 2022).

Stokoe y Schächter (1994) defienden que la Expresión Corporal conlleva tomar conciencia del esquema corporal propio para lograr su progresiva sensibilización y aprender a utilizar el cuerpo completamente para alcanzar la exteriorización de ideas y sentimientos. Stokoe fue creadora y propulsora de la corriente de trabajo artístico-educativa a la que denominó Expresión Corporal en la década de los años 50.

Pérez-Castro y Urdampilleta (2012) expresan que se trata de un término amplio y polisémico que engloba gran cantidad de prácticas diferentes por lo que existen bastantes dificultades para elaborar una definición completa de este término. Numerosos autores la definen como un medio que se comunica con el entorno, con los otros y consigo mismo a través de códigos del cuerpo y de movimiento (Vega, 2009). Por otro lado, hay autores que la entienden como una técnica, que, a través del cuerpo, trata de interpretar las sensaciones y sentimientos (Pérez-Castro y Urdampilleta, 2012).

Ortiz (2002) plantea una definición del concepto de Expresión Corporal a partir de las aproximaciones de diversos autores. Basándose en ellas, argumenta que en el área de la Educación Física la Expresión Corporal debe potenciar el desarrollo integral del individuo incrementando el conocimiento y desarrollo del lenguaje no verbal a través de diferentes técnicas que contribuyan a: “revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento, es decir, expresar”, “reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, es decir, comunicar” y “analizar el valor estético y artístico del cuerpo”.

Arteaga (2003), por su parte, realiza una aproximación al término de expresión y comunicación corporal como un lenguaje que se utiliza para el desarrollo de la capacidad expresiva del ser humano, favoreciendo el conocimiento personal y la comunicación entre las personas además de la exteriorización de sentimientos a través de movimientos expresivos y gestos (Arteaga, 2003).

Por ello, la Expresión Corporal se considera un recurso que fomenta la socialización y es necesaria para ser personas íntegras con habilidades sociales y comunicativas. Se emplea un lenguaje no verbal, ya que la comunicación se da a través de movimientos corporales. Se puede considerar que la Expresión Corporal no puede ser marginada o relegada de otros contenidos curriculares, ya que constituye una importante herramienta de comunicación, estimulando el diálogo a través de diferentes canales y destaca la importancia de la diversidad cultural que se pretende en educación (Alonso, 2022).

De acuerdo con Barrero (2022) y como plantean muchos investigadores en ese campo, el aprendizaje es un proceso a través del cual se integra nueva información, cuyo resultado se puede apreciar a nivel conductual y a nivel cognitivo. Desde el punto de vista constructivista, cuyos orígenes residen en la Teoría Constructivista de Jean Piaget, se corrobora de la importancia de un papel activo en el alumnado, siendo este el protagonista del largo proceso.

El alumno, desde este encuadre, es un constructor y creador de su propio aprendizaje. Mientras que el maestro es un mero guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las actuales leyes de educación apuestan por un estilo constructivista, siendo uno de los principales objetivos que persiguen conceder al alumnado este rol activo, dejando atrás concepciones tradicionales donde el maestro es el único experto y facilitador de contenidos y de conocimientos (Barrero, 2020)).

El ser humano se caracteriza por ser sociable. A lo largo de toda nuestra historia, hemos tenido la necesidad de comunicarnos, transmitirnos y relacionarnos con nuestros iguales y con el entorno que nos rodea. Es por esto por lo que la educación en este ámbito es clave para formar a los ciudadanos del futuro. De este modo, la Expresión Corporal se considera una técnica que las personas tienen que dominar para poder vivir integrado socialmente (Sánchez et al., 2013).

Cabe destacar como la Expresión Corporal se caracteriza por la ausencia de modelos cerrados de respuesta y por el uso de metodologías que fomentan la creatividad e imaginación (Pérez et al., 2012). Los objetivos que persigue el trabajo de Expresión Corporal son la búsqueda del bienestar con el propio cuerpo, es decir, el desarrollo personal y el descubrimiento y/o aprendizaje de significados corporales.

Sin embargo, a pesar de todos los beneficios que reporta el tratamiento de la Expresión Corporal en las escuelas se puede determinar que existe una deficiencia en la formación de los docentes de Educación Física para ser capaces de incluirla en sus programaciones. Consecuentemente, no se puede garantizar una enseñanza de calidad colmada de recursos y herramientas por parte del docente, pues este no se siente competente en este ámbito, excluyendo este contenido de la Educación Física (Gil-Ares & Armada-Crespo, 2023).

El objetivo principal de este trabajo es ofrecer una propuesta didáctica para desarrollar la expresión corporal a nivel escolar con niños y niñas de Educación Primaria desde un enfoque constructivista que permita la expresión emocional a través de la dramatización, el juego y la danza.

2. DISEÑO DE LA PROPUESTA

La propuesta didáctica que se plantea considera una concepción integral de la expresión corporal de acuerdo con Ordás et al. (2012). Además, contempla las vertientes física, psíquica y social del niño.

La propuesta de intervención se basa en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la LOE de 2006. Concretamente para su diseño, se ha tenido en cuenta el Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 15-05-2023).

Los objetivos planteados para la propuesta son:

- Expresar, conocer, investigar y explorar a través de la expresión corporal
- Favorecer la creatividad y la mejora de la autoestima.
- Potenciar la desinhibición y el desarrollo de las capacidades expresivas interpersonales en el alumnado.

La metodología a emplear está basada en el enfoque constructivista implicando un papel activo y protagónico de los niños y niñas y asegurando así un aprendizaje significativo (Vega, 2009). Además, se utilizarán la metodología de asignación de tareas y descubrimiento guiado planteados por Cuéllar (2004). La combinación de estos dos planteamientos metodológicos supondrá beneficios como los señalados:

En la metodología de *asignación por tareas*, los objetivos son definidos por el profesor/a y están orientados a las necesidades del alumnado, favoreciendo la individualización y autonomía de estos, el trabajo en equipo y fomentando el respeto hacia las otras personas. El profesor toma la mayor parte de las decisiones, pero ofrece libertad en la consideración de otras. Su papel es informar y guiar al alumno /a que sigue su propio ritmo al realizar las tareas. Hay retroalimentación durante el proceso y la evaluación es continua e individualizada. La organización es grupal o individual.

En cuanto a la metodología de *descubrimiento guiado*, el maestro es quien establece los objetivos y el alumnado adquiere un papel protagonista, activo y participativo en la resolución de las tareas, teniendo toda la responsabilidad en su resolución. El profesor actúa como guía del proceso. En primer lugar, se plantean los objetivos a conseguir en cada sesión cuestionando al final de la misma si se han visto cumplidos. El trabajo puede ser grupal o individual y la evaluación es continua mediante observación directa recogiendo la información a través de una rúbrica.

La propuesta se desarrolla en un total de 4 sesiones. Las tablas de la 1-4 detallan los elementos para su puesta en práctica.

Tabla 1.

Desarrollo de la primera sesión de Expresión corporal

SESIÓN EXPRESIÓN CORPORAL ACTIVIDADES DE DISTENSIÓN DE GRUPO	
Lugar: Patio del colegio	Duración (minutos): 45 minutos
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> ● Favorecer la comunicación, la expresividad, la integración social y la capacidad relacional creando un clima positivo de confianza en el aula. ● Participar en la creación de un clima de aula positivo. 	
Objetivos curriculares:	
<p>1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p> <p>5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.</p>	
Contenidos:	
<ul style="list-style-type: none"> ● Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal. ● Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. 	
Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud	
2.2. Actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud en el ámbito escolar y en nuestro tiempo de ocio fomentando el desarrollo de habilidades personales y sociales de cooperación. EF.02.05.	
Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz	
3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad). EF.02.02.	
3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. EF.02.02., EF.02.08.	
3.9. Representaciones de improvisaciones artísticas que mejoren la espontaneidad y la creatividad. EF.02.02., EF.02.08.	
3.10. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno, alejándose de estereotipos sexistas educando en la igualdad de género. Participación, disfrute y colaboración activa en cada una de ellas. EF.02.02., EF.02.09., EF.02.13.	
Espacio y Material: Tarjetas con animales, aros (nº alumnos)	
Curso/edad: Tercero primaria	Nivel: Inicial

Descripción	Descripción gráfica	Duración
<p>LA GRANJA</p> <p>Prepararemos papeles con distintos animales en función de los grupos que queramos crear, por ejemplo, perros, gallinas, vacas y gatos. De cada animal habrá el mismo número de papeles. Les repartiremos a cada alumno un papel de forma aleatoria que contenga uno de los animales. El animal que les haya tocado solo lo sabrán ellos y con los ojos cerrados deberán ir por el espacio de trabajo emitiendo el sonido de sus animales. No podrán emitir ningún otro sonido y deberán agruparse todos los miembros que posean el mismo animal solo usando el sentido del oído. La actividad finaliza cuando estén los 4 grupos formados y el primer equipo que lo consiga gana.</p>		10 min
<p>JUEGO DE LA BATIDORA</p> <p>Todos los alumnos se disponen en círculo. El profesor estará en el centro del mismo. Cuando el profesor señale a un alumno dirá un objeto, animal, planta, etc. y este debe representarlo como mejor considere. A continuación, para aumentar la complejidad del juego, cuando el profesor señala a un alumno este deberá representarlo igualmente y los compañeros que se encuentren a los lados también deben participar en la representación. Por ejemplo: el profesor dice "Palmera", entonces el alumno debe alzar sus brazos como si fueran las hojas de una palmera y los compañeros de los lados deben hacer como si fueran monos.</p>		12 min
<p>LAS SILLITAS</p> <p>Es el típico juego de la silla. Se colocan haciendo un círculo tantas sillas o aros, menos una, como chicos haya. Es decir, si hay 23 niños, se colocan 22 sillas. El grupo va bailando al son de la música hasta que ésta se para y tienen que ocupar una silla. Uno de los chicos se quedará sin silla y, por tanto, eliminado. Para que no se quede eliminado, se irá formando un nuevo círculo paralelo con los chicos que se vayan eliminando del primero. De este modo cada vez un círculo</p>		12 min

se irá haciendo más pequeño y el otro más grande y todos podrán seguir jugando. VARIANTE: En vez de bailar van a ir haciendo lo que los organizadores ordenen, por ejemplo, ir haciendo la rana o el mono.		
Observaciones: El tiempo de cada actividad se podrá ver modificado a lo largo de la sesión en función de cómo se dé el desarrollo de cada actividad y cuánto tiempo usemos en las explicaciones y organización.		

Tabla 2.

Desarrollo de la segunda sesión de Expresión corporal

SESIÓN EXPRESIÓN CORPORAL INICIACIÓN A LA DRAMATIZACIÓN	
Lugar: Patio colegio	Duración (minutos): 45 minutos
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ● Colaborar en la consecución de objetivos compartidos, ofreciendo y solicitando ayuda y estableciendo una comunicación eficaz. ● Desarrollar la creatividad en actividades grupales. ● Participar con los otros de forma espontánea y desinhibida. ● Identificar las diferentes manifestaciones del movimiento expresivo 	
Objetivos curriculares: <p>1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p> <p>5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.</p>	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ● Desarrollo del movimiento a partir de las cualidades físicas básicas y las cualidades del movimiento. ● Desarrollo de la creatividad a la hora de crear nuevos movimientos corporales relacionados con la expresión de emociones. 	
Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud <p>2.2. Actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud en el ámbito escolar y en nuestro tiempo de ocio fomentando el desarrollo de habilidades personales y sociales de cooperación. EF.02.05.</p>	
Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz <p>3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal. Aplicación del gesto y del movimiento corporal en dramatizaciones. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.9. Representaciones de improvisaciones artísticas que mejoren la espontaneidad y la</p>	

creatividad. EF.02.02., EF.02.08.
 3.10. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno, alejándose de estereotipos sexistas educando en la igualdad de género. Participación, disfrute y colaboración activa en cada una de ellas. EF.02.02., EF.02.09., EF.02.13.

Espacio y Material: conos de entrenamiento, tarjetas con animales y balones.

Curso/edad: : Tercero primaria **Nivel:** Inicial

Descripción	Descripción gráfica	Duración
-------------	---------------------	----------

LOS NÚMEROS OCULTOS
 Se trata de una actividad inicial que busca captar la atención de los alumnos, así como despertar su curiosidad. Esta actividad invita a los alumnos a indagar en la dinámica del juego motivándolos a participar sin importar fallar, pues se entiende que el fallo forma parte del aprendizaje. El profesor coge varios conos de entrenamiento. A continuación, agachado tira de forma aleatoria varios conos delante de él. Con la mano que se apoya en el suelo pondrá los dedos que indican qué número es. Los alumnos tendrán que ser muy observadores para ver que cada vez que se lanzan los conos cambian los dedos con los que se apoya en el suelo el profesor.



5 min

PHOSKITO
 Los alumnos se dividen en dos grupos. Los miembros de cada grupo se dan la mano formando una línea recta. Cuando el profesor toque el silbato ambos grupos deberán enrollarse formando una espiral y gritar "¡Phoskito!" tres veces, luego deberán volver a la postura inicial. Se realizará tres veces para que los alumnos desarrollen diferentes estrategias para mejorar.





7 min

<p>NOS TRANSFORMAMOS EN ANIMALES</p> <p>La actividad consiste en que los alumnos representen animales con sus cuerpos, realizando formaciones sencillas. Para ello, la clase se divide en grupos de 5 o 6 integrantes. A continuación, el profesor enseña un dibujo de un animal y los diferentes equipos deben construir una formación con sus cuerpos que se asemeje, todo lo que puedan, al animal del dibujo. Por ejemplo, el profesor les muestra un dibujo de un león y los niños, de manera cooperativa tienen que aportar ideas sobre cómo podrían representarlo, hasta que finalmente alcanzan el objetivo común mediante la participación de todos.</p>		<p>13 min</p>
<p>EL BALÓN FANTÁSTICO</p> <p>A cada alumno se le entrega un balón para que cada uno haga con él lo que quiera libremente. Cada uno con su balón, tendrá que interpretar las siguientes acciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El balón pesa mucho y no podemos con él. - El balón es una pluma que no pesa nada. - El balón es un regalo que esperábamos y nos hace mucha ilusión. - El balón es algo que no deseábamos. - Votamos nuestro balón e intentamos robar los de los compañeros. (masiva). 		<p>12 min</p>
<p>EL ESCULTOR</p> <p>Los alumnos se pondrán por parejas y uno de los dos compañeros de la pareja tendrá que formar una figura con todo el cuerpo o diferentes segmentos de este, dejando el resto del cuerpo inmóvil. El compañero tendrá que mantener los ojos cerrados y mediante el tacto deberá reconocer la figura que ha creado su compañero y colocarse en la misma posición que este.</p> <p>Variantes: para trabajar los diferentes segmentos del cuerpo, podemos pedirle de forma individual al alumno que va a crear una figura con su cuerpo, sin que se entere el compañero, que solo utilice uno o varios segmentos de su cuerpo para crear la figura.</p>		<p>8 min</p>
<p>Observaciones:</p> <p>El tiempo de cada actividad se podrá ver modificado a lo largo de la sesión en función de cómo se dé el desarrollo de cada actividad y cuánto tiempo usemos en las explicaciones y organización.</p>		

Tabla 3.

Desarrollo de la tercera sesión de Expresión corporal

<p align="center">SESIÓN EXPRESIÓN CORPORAL APRECIACIÓN DEL ESPACIO</p>		
Lugar: Patio.		Duración (minutos): 45 min
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Colaborar en la creación de un clima de confianza. ● Participar de forma activa en el desarrollo de las actividades. 		
<p>Objetivos curriculares:</p> <p>1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p> <p>5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.</p>		
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Capacidad de diferenciación de los segmentos corporales. ● Conocimiento de la relación entre el cuerpo y el espacio ● Participación activa, cooperación, creatividad e imaginación en las creaciones propias. 		
<p>Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud</p> <p>2.2. Actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud en el ámbito escolar y en nuestro tiempo de ocio fomentando el desarrollo de habilidades personales y sociales de cooperación. EF.02.05.</p> <p>Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz</p> <p>3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad). EF.02.02.</p> <p>3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.9. Representaciones de improvisaciones artísticas que mejoren la espontaneidad y la creatividad. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.10. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno, alejándose de estereotipos sexistas educando en la igualdad de género. Participación, disfrute y colaboración activa en cada una de ellas. EF.02.02., EF.02.09., EF.02.13.</p>		
Espacio y Material: Gimnasio y Hojas de papel en sucio		
Curso/edad: Tercero primaria		Nivel: Inicial
Descripción	Descripción gráfica	Duración

<p>NOS MOVEMOS COMO ANIMALES</p> <p>Esta sesión comenzará con un calentamiento que se desarrollará realizando movimientos repetidos imitando a los animales.</p> <p>Damos saltitos como un gorrión.</p> <p>Damos grandes saltos como una rana.</p> <p>Movemos nuestra cintura como una serpiente.</p> <p>Movemos nuestros brazos como águilas volando.</p> <p>Damos puñetazos al aire como un canguro.</p> <p>Giramos nuestro cuello como un búho.</p> <p>Nos transformamos en una bola como un armadillo.</p> <p>Despertamos como una mariposa.</p> <p>Volamos libremente (Carrera continua suave)</p> <p>Para formar los grupos del próximo juego le diremos a los alumnos que mientras "vuelan" por el espacio deben estar atentos a las indicaciones del profesor. Este irá diciendo números que indican el número de compañeros que deben formar una agrupación. De esta forma si el profesor dice el número 5, todos los alumnos deben agruparse en grupos de 5 rápidamente.</p>		<p>10 min</p>
<p>JUEGO DE LA BOTELLA</p> <p>Los alumnos se dividen en grupos de 5 o 6 personas, respetando las agrupaciones obtenidas anteriormente.</p> <p>Cada grupo formará un pequeño círculo con un compañero en el centro. El compañero del centro debe adoptar una postura erguida con los pies juntos y rectos, los brazos cruzados sobre el pecho y el cuello recto. A continuación, avisará a sus compañeros de que está lista y se dejará caer hacia atrás, el resto de los compañeros debe impedir que se caiga empujando a la persona del centro suavemente para mantenerla en pie. El juego terminará cuando todas las personas del grupo que hayan querido participar lo hayan hecho.</p> <p>En este juego no se debe obligar a ningún alumno a participar pues se basa en la confianza del alumno hacia sus compañeros. Si el alumno no se siente preparado para dejarse caer podrá adoptar el rol de cooperar con los demás compañeros para que el compañero del centro no se caiga.</p>		<p>12 min</p>

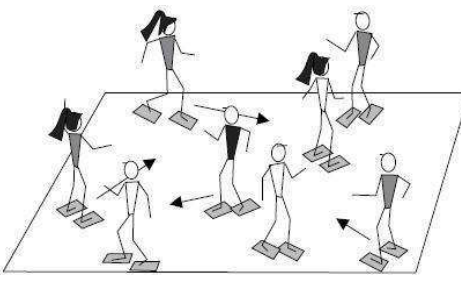





<p>SUELO HELADO</p> <p>El suelo está helado y nadie puede pisarlo ya que se congelaría y no podría moverse. Este juego sigue una dinámica similar al juego popular del “pilla pilla”. Un alumno la queda y debe pillar a otro alumno, el cual sustituirá el rol del compañero que lo pilla. La complejidad radica en que los alumnos se desplazarán usando papeles en sucio, hojas de revista o de periódicos. Cada alumno dispondrá de varias hojas de papel que debe usar para desplazarse. Las estrategias para usar por los alumnos para desplazarse son libres</p>		<p>12 min</p>
<p>ASTRONAUTAS</p> <p>Los alumnos deben moverse como astronautas. “Estamos en el espacio y nos movemos despacio...”.</p> <p>Mientras los alumnos se mueven lentamente les iremos dando indicaciones que buscan calmar a los alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El astronauta camina lentamente sobre la luna. - El astronauta clava una bandera en la luna. - El astronauta se siente orgulloso de su logro. - El astronauta se dirige flotando hacia la nave espacial. - El astronauta entra en la nave espacial, se quita el casco y el traje espacial. - El astronauta muy cansado se sienta en la cama y se tumba. - El astronauta se duerme. 		<p>10 min</p>
<p>Observaciones:</p> <p>El tiempo de cada actividad se podrá ver modificado a lo largo de la sesión en función de cómo se dé el desarrollo de cada actividad y cuánto tiempo usemos en las explicaciones y organización.</p>		

Tabla 4.

Desarrollo de la cuarta sesión de Expresión corporal

SESIÓN EXPRESIÓN CORPORAL UN PEQUEÑO SALTO AL ESCENARIO	
Lugar: Patio colegio.	Duración (minutos): 45 minutos
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Utilizar el mimo y la dramatización para mejorar la comunicación. ● Disfrutar del juego expresivo con los demás. ● Valorar y aceptar los recursos expresivos tanto propios como los de los demás compañeros. 	
<p>Objetivos curriculares:</p> <p>1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p> <p>5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.</p>	
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Desarrollo del movimiento a partir de las cualidades físicas básicas y las cualidades del movimiento. ● Desarrollo de la creatividad a la hora de crear nuevos movimientos corporales relacionados con la expresión de emociones. 	
<p>Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud</p> <p>2.2. Actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud en el ámbito escolar y en nuestro tiempo de ocio fomentando el desarrollo de habilidades personales y sociales de cooperación. EF.02.05.</p>	
<p>Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz</p> <p>3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad). EF.02.02.</p> <p>3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal. Aplicación del gesto y del movimiento corporal en dramatizaciones. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.9. Representaciones de improvisaciones artísticas que mejoren la espontaneidad y la creatividad. EF.02.02., EF.02.08.</p> <p>3.10. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno, alejándose de estereotipos sexistas educando en la igualdad de género. Participación, disfrute y colaboración activa en cada una de ellas. EF.02.02., EF.02.09., EF.02.13.</p>	
Espacio y Material:	
Curso/edad: Tercero primaria	Nivel: Inicial

Descripción	Descripción gráfica	Duración
<p>EL MAGO</p> <p>Todos los alumnos se desplazan por el espacio libremente. Un alumno (el mago), que posee una cinta de gimnasia rítmica, hará que los alumnos se sientan tristes o alegres en función del estado de ánimo del "mago", que representará dicho estado. Posteriormente se irán añadiendo otras emociones. El mago irá cambiando, atendiendo al criterio del profesor.</p>		10 min
<p>¿SABES IMITARLO?</p> <p>El profesor propondrá una serie de escenas para que las representen a través de la mímica los alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una persona metida en una caja de cristal cerrada, la cual variará de tamaño, con las consecuencias que conlleva (miedo, presión, amplitud). - Ídem, pero en una esfera de cristal. - El ser humano cuando descubrió el fuego. - Una medusa en el agua. <p>Por parejas deberán representar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un tándem de bicicleta. - Un tándem en piragua. - Siameses. <p>Un dúo de cantantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un animal de cuatro patas (uno en la cabeza y otro en las patas). - Gigante (uno encima y otro debajo). <p>Dúo de bailarines.</p>		12 min
<p>ADIVINA LA PELÍCULA</p> <p>Los alumnos se dividirán en grupos de 5 o 6 componentes. Cada grupo elegirá una película conocida. Los miembros de cada grupo deben ponerse de acuerdo en cómo realizarán la representación de su película y se la representarán a otro grupo para que la adivine.</p>		12 min
<p>OH MI LINDO GATITO</p> <p>Los alumnos se colocan formando un círculo, en el cual, un compañero/a será el gatito y deberá hacer reír a otro compañero/a de los que se encuentren formando el círculo, empleando gestos, sonidos, movimientos. Para que el compañero deje de hacer el gatito debe decir en voz alta y sin reírse "¡Oh mi lindo</p>		10 min

gatito!". Si el gatito consigue hacer reír a otro compañero/a, el otro la quedará, pasando a ser el gatito esta vez y teniendo que hacer reír a otro compañero diferente. Así sucesivamente.		
Observaciones: El tiempo de cada actividad se podrá ver modificado a lo largo de la sesión en función de cómo se dé el desarrollo de cada actividad y cuánto tiempo usemos en las explicaciones y organización.		

3. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

La evaluación se llevó a cabo de forma continua utilizando como técnica de recogida de información la observación y como instrumento para la recolección de los datos una escala de estimación (tabla 5). Este instrumento fue mostrado a los alumnos para darles a conocer los criterios de evaluación. La escala oscila entre el 1 (no se consigue), 2 (se consigue) o 3 (se consigue de manera excelente).

Tabla 5.

Escala de estimación para la evaluación de las sesiones

ÍTEMS	1	2	3
Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.			
Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.			
Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.			
Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.			
Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.			
Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.			

4. RESULTADOS.

Los resultados de la aplicación de esta propuesta didáctica pueden valorarse positivos. Así, el 95% de los estudiantes mostraron una alta participación desde el comienzo de las sesiones. En su evolución, el 90% de los estudiantes mostraron una actitud más distendida y tolerante ante las diferentes formas de expresión del resto del grupo, ganando confianza a la hora de realizar las dinámicas. En líneas generales, el grupo ganó cohesión, las relaciones entre iguales se beneficiaron, ya que se desarrolló la inteligencia emocional y, de forma individual, cada alumno potenció su autoestima y la seguridad en sí mismo.

Algunos aspectos a destacar de la puesta en marcha de la propuesta son:

- El desarrollo de las sesiones de expresión corporal puede verse condicionado por el miedo a hacer el ridículo, la falta de seguridad y la vergüenza mostrada por los niños en las actividades presentadas, sobre todo en las que se requiere la expresión de emociones, la adquisición de roles o el baile.
- Es preciso desarrollar juegos de desinhibición desde edades tempranas para mejorar la autoestima y confianza con uno mismo y con los compañeros, favorecer un clima positivo en el aula que ayude a conseguirlo y promover la cooperación entre compañeros.
- La actitud del maestro en las clases de expresión corporal es fundamental. Así, el educador debe favorecer la seguridad del niño en sí mismo, haciéndoles sentir cómodos y seguros. La personalidad y actitud del profesor en este caso resulta de especial relevancia.
- El docente debe participar en las sesiones, siendo un ejemplo de naturalidad y espontaneidad que ayude a ganar seguridad a los niños y niñas.

5. CONCLUSIONES

La expresión corporal es fundamental en el desarrollo integral del niño. En ella se trabajan y contemplan las dimensiones física, psíquica y social de las personas, por lo que supone una excelente oportunidad para potenciar y favorecer un desarrollo positivo.

Con la intervención llevada a cabo, se perseguía además fomentar la socialización de los alumnos, la confianza en sí mismos, el reconocimiento y gestión de emociones y potenciar el clima positivo del grupo desde el área de educación física.

Las principales conclusiones obtenidas de la puesta en práctica de esta propuesta son:

1. Se ha notado una evolución notable en la actitud de los niños y niñas de forma gradual. Así, se han observado grandes avances desde la sesión inicial

a las demás en la confianza que han ido ganando, la expresión de sus emociones y la autoconfianza.

2. Los niños han disfrutado con la propuesta lúdica y se ha notado una evolución notable en la desinhibición conseguida y mostrada en los gestos, los movimientos corporales y la expresión de emociones.

Cabe señalar que la expresión corporal cuenta con un universo infinito de posibilidades y que, consigue el desarrollo de competencias de forma lúdica de una forma incomparable en la etapa de Educación Primaria. Se espera contribuir con este trabajo a la consideración de la misma como un área fundamental en el desarrollo integral de niños y niñas.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alonso, D. A. (2022). Danza y expresión corporal como materia científica en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (45), 1174-1187. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91308>

Arteaga, M. (2003). *Fundamentos de la Expresión Corporal. Ámbito pedagógico*. Grupo Editorial Universitario.

Barrero, C. (2020). La Expresión Corporal y las danzas como recurso de enseñanza-aprendizaje: beneficios en el alumnado más tímido e introvertido. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Cantabria]. <http://hdl.handle.net/10902/19728>

Cuéllar, M. J. (2004). *Expresión Corporal*. Arte Digital.

Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. *Boletín oficial de la Junta de Andalucía*, de 15 de mayo de 2023. https://www.juntadeandalucia.es/eboja/2023/90/BOJA23-090-00026-8470-01_00283499.pdf

Gil-Ares, J., & Armada-Crespo, J. M. (2023). Análisis de la expresión corporal en el grado en Educación Primaria. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(152), 13-21. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/2\).152.02](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/2).152.02)

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>

Kalmar, D. (2006). *Que es la Expresión Corporal: a partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe*. Lumen Humanitas.

Ordás, R. P., Lluch, Á. C., & Sánchez, I. G. (2012). Una metodología para la expresión corporal actual en el ámbito educativo y recreativo. *EmásF: revista digital de educación física*, 14, 39-51.

<https://www.researchgate.net/publication/277261147> Una metodología para la expresión corporal actual en el ámbito educativo y recreativo

Ortiz, M.M. (2002). *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*. Grupo Editorial Universitario de Granada.

Pérez, R., Calvo, A., & García, I. (2012). Una metodología para la expresión corporal actual en el ámbito educativo y recreativo. *EmásF. Revista digital de Educación Física*, 14, 1-13.

Pérez-Castro, J. & Urdampilleta, A. (2012). *Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica*. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 167. <http://www.efdeportes.com/>

Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 23, 19-22. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732289004.pdf>

Stokoe, P., & Schachter, A. (1994). *La expresión corporal*. Paidós.

Vega, M.d.J. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horizontes pedagógicos*, 11(1). <https://horizontespedagogicos.iber.edu.co/article/view/332>

Fecha de recepción: 18/7/2023

Fecha de aceptación: 10/8/2023