

EDUCACIÓN FÍSICA

Paula Ruiz Martínez

La expresión corporal como
instrumento de comunicación y
gestión de emociones

TFG/ 2019/20

upna
Universidad Pública de Navarra
Nafarroako Unibertsitate Publikoa

Grado en Maestro de Educación Primaria

Grado en Maestro en Educación Primaria
Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua

Trabajo Fin de Grado

*La expresión corporal como instrumento de
comunicación y sociabilización*

Paula Ruiz Martínez

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
GIZA ETA GIZARTE ZIENTZIEN FAKULTATEA

UNIVERSIDAD PÚBLICA DE NAVARRA
NAFARROAKO UNIBERTSITATE PUBLIKOA

Estudiante

Paula Ruiz Martínez

Título

La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones

Grado

Grado en Maestro en Educación Primaria

Centro

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Universidad Pública de Navarra

Director-a

Berta Echavarri Videgain

Departamento

Ciencias de la salud

Curso académico

2019/2020

Semestre

Primavera

Preámbulo

El Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, modificado por el Real Decreto 861/2010, establece en el Capítulo III, dedicado a las enseñanzas oficiales de Grado, que “estas enseñanzas concluirán con la elaboración y defensa de un Trabajo Fin de Grado [...] El Trabajo Fin de Grado tendrá entre 6 y 30 créditos, deberá realizarse en la fase final del plan de estudios y estar orientado a la evaluación de competencias asociadas al título”.

El Grado en Maestro en Educación Primaria por la Universidad Pública de Navarra tiene una extensión de 12 ECTS, según la memoria del título verificada por la ANECA. El título está regido por la *Orden ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Primaria*; con la aplicación, con carácter subsidiario, del reglamento de Trabajos Fin de Grado, aprobado por el Consejo de Gobierno de la Universidad el 12 de marzo de 2013.

Todos los planes de estudios de Maestro en Educación Primaria se estructuran, según la Orden ECI/3857/2007, en tres grandes módulos: uno, *de formación básica*, donde se desarrollan los contenidos socio-psico-pedagógicos; otro, *didáctico y disciplinar*, que recoge los contenidos de las disciplinas y su didáctica; y, por último, *Practicum*, donde se describen las competencias que tendrán que adquirir los estudiantes del Grado en las prácticas escolares. En este último módulo, se enmarca el Trabajo Fin de Grado, que debe reflejar la formación adquirida a lo largo de todas las enseñanzas. Finalmente, dado que la Orden ECI/3857/2007 no concreta la distribución de los 240 ECTS necesarios para la obtención del Grado, las universidades tienen la facultad de determinar un número de créditos, estableciendo, en general, asignaturas de carácter optativo.

Así, en cumplimiento de la Orden ECI/3857/2007, es requisito necesario que en el Trabajo Fin de Grado el estudiante demuestre competencias relativas a los módulos de formación básica, didáctico-disciplinar y practicum, exigidas para todos los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Primaria.

En este trabajo, el módulo *de* formación básica nos ha permitido...llevar a cabo un trabajo en profundidad del tema desarrollado en el TFG. Así como para el desarrollo de unas sesiones completas y llevar a cabo un análisis basado en teorías adquiridas a lo largo de nuestra formación

El módulo didáctico y disciplina nos ha permitido permite enmarcar el proyecto en un estudio didáctico con una serie de objetivos y contenidos a desarrollar en el mismo. Así como el desarrollo de este en un ambiente de profesionalidad y experiencia.

Asimismo, el módulo prácticum nos ha permitido llevar a cabo la puesta en práctica de este TFG. Gracias al prácticum hemos podido desarrollar sesiones adaptadas al contexto y alumnado, por lo que el desarrollo de estas nos ha permitido cumplir los objetivos y contenidos planteados en el inicio de este.

Resumen

En el presente desarrollo del TFG se va a llevar a cabo un estudio de la expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones. Dicho estudio se engloba en dos marcos principales. Por un lado, el marco teórico que centra su estudio en las teorías sobre aprendizaje emocional y expresión corporal. Y, por otro lado, el marco metodológico basado en el estudio naturalista, es decir una investigación cualitativa en la que se describen detalladamente las situaciones e interacciones clasificadas como observables incorporando las experiencias de los participantes. Para llevar a cabo esta observación naturalista se han empleado una serie de instrumentos, en nuestro caso hemos llevado a cabo el empleo de las entrevistas y los diarios de aprendizaje. Dichos instrumentos, nos han servido como base para realizar los diferentes análisis con nuestro sistema de categorías y nos han permitido llevar a cabo diferentes conclusiones

Palabras clave: Expresión corporal, autoestima, creatividad, interacciones, emociones

Abstract

The following paper shows a research about body expression as a communication and emotional management resource. The research belongs to two main areas.

The theoretical area centers the research in the emotional learning and body expression theories, while the methodological area is based on the naturalist study. It has been carried a qualitative research where the different observable situations and interactions adding participant's experiences are described.

To carry out this naturalist inspection there have been used different researching tools like interviews and learning diaries.

By using these tools, we have been able to analyse the data with our category system and come to different conclusions.

Key words: body expression; self-esteem; creativity; interactions; emotions

LABURPENA

Gradu Amaierako Lan honetan, gorputz adierazpena ikertuko dugu komunikazio tresna eta emozioen kudeatzaile bezala. Ikerketa hau bi markoen inguruan egingo da. Alde batetik, marko teorikoa, ikasketa emozionala eta gorputz adierazpenaren teorietan zentratuko da. Bestetik, marko metodologikoa, ikerketa naturalistan oinarrituta, hau da, partehartzaileen egoera eta interakzioak zehazki erakusten dituen ikasketa kualitatiboa. Behaketa naturalista hau aurrera eramateko, tresna ezberdinak erabili dira. Gure kasuan, elkarrizketak eta ikasketa egunkariak aukeratu ditugu. Instrumentu hauek, analisiak aurrera eramateko oinarritzat hartu ditugu eta ondorio ezberdinak ateratzeko aukera eman digute.

Hitz gakoak: Gorputz adierazpena, autoestimua, sormena, interakzioak, emozioak

Índice

Introducción	1
1. Marco teórico	3
1.1. Aprendizaje emocional	3
1.1.1. Emociones	3-4
1.1.2. Inteligencia emocional	4-6
1.1.3. Educación emocional	6-7
1.1.4. Competencias emocionales	7-8
1.2. Expresión corporal	9
1.2.1. Concepto expresión corporal	9-11
1.2.2. Lenguaje corporal	12-15
1.2.3. Educación corporal	15
1.2.4. Eje vertebrador de la creatividad	16-17
1.2.5 Enseñanza aprendizaje emociones a través psicomotricidad	17-18
2. Marco metodológico	19
2.1. Justificación del paradigma de la investigación	19-22
2.2. Participantes y contexto	22
2.3. Temporalización	23
2.4. Proyecto	24-37
2.5. Instrumentos de observación	37-38
2.5.1. Entrevista inicial profesor	39
2.5.2. Entrevista inicial alumnos	39
2.5.3. Entrevista final profesor	40

2.5.4. Entrevista final alumnos	40
2.5.5. Diario de aprendizaje alumnos	41
2.5.6. Diario de aprendizaje profesor	42
2.6. Sistema de categorías	43-45
3.Registros	45
3.1. Entrevista inicial profesor	45-47
3.2 Entrevista inicial alumnos	47-50
3.3 Diario aprendizaje profesor	50-53
3.4 Diario aprendizaje niños	53-61
4.Análisis computo de tendencias	62-78
4.1 Primer nivel análisis	63-64
4.2 Segundo nivel análisis	64-71
4.3 Tercer nivel análisis	71-74
4.4 Cuarto nivel análisis	74-78
Conclusiones y cuestiones abiertas	79-81
Referencias bibliográficas	82-83
Anexos	84-100

▪ INTRODUCCIÓN

El objeto de estudio seleccionado para desarrollar mi TFG es el uso de la expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones. Este interés, nace en base a mi experiencia como educadora en el ocio y tiempo libre. A lo largo de estos últimos cuatro años, se ha llevado a cabo un trabajo de las emociones de manera directa en dichos campamentos. El trabajo de estas ha sido siempre a través de la expresión corporal, es decir de forma vivencial.

El trabajo de las emociones en el aula es una tendencia que nace en el siglo XXI, sin embargo, el método de trabajo de estas en el aula es muy diferente en cada centro escolar. Al llegar al centro escolar, vi como también se realizaba un trabajo muy interesante de las emociones, a través de un libro "Emocionario". Sin embargo, las sesiones se basaban en escuchar una pequeña pieza musical (que representaba la emoción), contar de manera oral dichas emociones, y realizar un dibujo de estas. Es aquí, donde realizo un análisis del trabajo del alumnado en el aula. Con algo tan vivo como son las emociones, el trabajo de estas se realiza sentado y con un papel delante. Como dice (Lasso,2011,5) "Las aulas de clase son amuebladas con la intención de inmovilizar a los estudiantes "Fue aquí, dónde me planteo el trabajar de forma transversal las emociones y la expresión corporal. Es decir, que el alumnado explore y experimente sus emociones a través del cuerpo, y utilizarlo como un instrumento de sociabilización.

La expresión corporal debe contribuir de manera directa al desarrollo integral de los individuos. Además de esto, la expresión corporal potencia el conocimiento y el lenguaje favoreciendo las relaciones interpersonales entre individuos. Gracias a esta, nos permite exteriorizar y revelar lo más interno del individuo por lo que reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, resulta positivo trabajar la transmisión de sentimientos a través de la expresión corporal

Es aquí donde me planteo una serie de cuestiones, basadas en el uso de la expresión corporal a lo largo de la historia. Todas ellas enmarcadas en el uso de la expresión

corporal como instrumento de sociabilización y expresión de emociones, es decir que el alumnado adquiriera un conocimiento de la expresión corporal desvinculado al baile. Además de esto quiero que el alumnado sea capaz de reconocer las diferentes emociones con el uso de la expresión corporal. Todo esto, enmarcado en un ambiente de compañerismo, respeto y creatividad. Por todo lo dicho anteriormente quiero que a través de la expresión corporal se creen situaciones diferentes a las que se viven en el aula día a día, observar seres creativos, sin vergüenzas unidos en el respeto y la confianza en sí mismos y en los que les rodean. Y que gracias a esta serie de valores y contenidos sean capaces de reflexionar sobre la importancia de la expresión corporal en nuestro día a día.

Para terminar, me gustaría hacer referencia a una cita de (Lora,2011,741)” La educación ha de facilitar al niño a la vivencia de este proceso como camino para alcanzar su optima disponibilidad para acceder tanto al conocimiento del mundo y actuar sobre él, transformarlo y recrearlo en beneficio de sí y de los demás como para sensibilizarse, conocerse a sí mismo y buscar su realización como ser humano

1.MARCO TEÓRICO

1.1 Aprendizaje emocional

1.1.1 Emociones

“La emoción es ese motor que llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro que nos mueve y nos empuja a vivir” (Mora,2012,14).

Según Bisquerra (2009) diferencia entre:

Emociones negativas: Se consideran emociones negativas el enfado, el miedo, la vergüenza, la tristeza, la ansiedad, la culpa y por último la envidia. Estas, se consideran desfavorables a la hora de alcanzar un objetivo, además de crearnos un malestar en el interior del ser humano.

Emociones positivas: Se consideran emociones positivas la alegría, la felicidad, la generosidad, la calma, el altruismo, el amor y por último el afecto. Estas, favorecen el éxito en las personas, otorgan bienestar y nos permiten llegar a los objetivos propuestos

Emociones estéticas: Se consideran emociones estéticas a aquellas que sentimos cuando nos encontramos delante de una obra de arte.

Emociones ambiguas: Se consideran emociones ambiguas, aquellas emociones que se clasifican según el contexto en emociones positivas o negativas. Por ejemplo: la esperanza, la sorpresa...

En el siguiente apartado vamos a ver las diferentes funciones de las emociones según Mora (2008):

-Las emociones nos sirven para defendernos de estímulos que nos mueven para conseguir o evitar algo ya sea dañino o beneficioso.

-Las emociones hacen que las diferentes respuestas de nuestro organismo sean polivalentes y flexibles.

-Las emociones nos alertan ante un estímulo específico

- Las emociones nos mantienen nuestro ser más curioso
- Las emociones nos sirven como instrumento de lenguaje y comunicación
- Las emociones nos permiten tener una memoria más afectiva
- Las emociones juegan un papel muy importante en el razonamiento del ser humano

1.1.2 Inteligencia emocional

En el siguiente apartado, veremos la descripción según Bisquerra del concepto de inteligencia emocional y los diferentes componentes de esta.

Bisquerra (2012) describe el concepto de inteligencia emocional a la capacidad de tomar conciencia en las emociones propias y del resto de personas. La conciencia emocional es requisito para llevar a cabo la regulación de estas.

La autorregulación emocional supone un equilibrio entre la impulsividad y la represión

Por lo tanto, la conciencia emocional y la autorregulación son competencias básicas a la hora de construir el bienestar personal y la felicidad

Punset (2012) Nos dice que a lo largo de la historia las emociones han sido abandonadas, o incluso han supuesto un destrozo si estas surgían. Es por esto por lo que, en ningún caso se profundizaba en su conocimiento ni se planteaba la idea de gestionarlas.

La ciencia constata la importancia en la gestión de las emociones básicas y la prioridad frente a muchos contenidos académicos básicos como calcular, la caligrafía y la gramática. Incluso la adquisición de valores queda en segundo plano. La clave del éxito en el futuro de un adulto reside el manejo de las emociones.

“La inteligencia, sea emocional o de cualquier otro tipo, o es social o no es inteligente” (Punset,2012,6). Por lo tanto, forjar una inteligencia emocional pasa por la adquisición de habilidades sociales. En esta época, no debemos desaprovechar esta revolución tecnológica y convertirnos en seres con más habilidades sociales que nunca.

Gracias a la ciencia, sabemos que hay que activar los afectos entre los 4 y los 10 años para que tengan la curiosidad intelectual necesaria. También sabemos el impacto que tiene en la vida de un adulto el estado emocional de la madre a lo largo de su gestación.

Por si esto no fuera poco se ha descubierto que uno de cada tres niños no consigue adaptarse al entorno y al mismo tiempo no tienen otro entorno social al que acudir que no sea la escuela. A su vez los jóvenes que no son capaces de encajar en el entramado social y con un autoestima por los suelos regresa a la violencia, el consumo de drogas.

La mejor manera de reducir estos niveles de violencia, problemas de salud y mentales es trabajar tempranamente el aprendizaje social y emocional. Por lo tanto, introduciendo de manera transversal en las aulas la gestión emocional se contribuirá significativamente a este objetivo

“La educación a lo largo del siglo XX se ha centrado en el desarrollo cognoscitivo, donde la adquisición de conocimientos ha ocupado la mayor parte del currículo académico” (Bisquerra,2012,8)

Bisquerra (2012)

A pesar de esto, siempre ha existido algún docente que ha introducido la iniciativa del trabajo de emociones del aula.

Es a finales del siglo XX cuando se produce el cambio. El principal motivo, nace a partir de la publicación de la obra Emotional Intelligence por Daniel Goleman cuando se inicia un cambio de tendencia hacia el trabajo de la inteligencia emocional.

A pesar de este cambio de tendencia los cambios educativos y sociales son lentos, por lo que a pesar de las numerosas investigaciones no se puede decir que la práctica educativa se haya visto afectada significativamente por ello.

“Las investigaciones han demostrado como las emociones negativas contribuyen a disminuir las defensas del sistema inmunitario y por lo tanto predisponen a contraer enfermedades (Bisquerra,2012,9)

El hospital de San Joan Deu tiene un área dedicada a la prevención y promoción de la salud infantil por diferentes razones

Conscientes de la importancia de la inteligencia emocional

Transmitir visión y convicción de sus factores positivos

Poner al alcance herramientas para familias educadores.

1.1.3 Educación emocional

En el siguiente apartado vamos a tratar la educación emocional, otro de los conceptos más importantes a la hora del desarrollo de este TFG. Para ello haremos un análisis del concepto de educación emocional, así como de los diferentes objetivos de esta.

“Un proceso educativo, continuo y permanente, que, pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra,2006,6).

En este apartado veremos los diferentes objetivos generales de la educación emocional según Bisquerra. Entre los que cabe destacar la regulación de las emociones propias algo que trabajaremos de forma directa en la puesta en práctica de este TFG.

Objetivos generales de la educación emocional Bisquerra (2006)

Los objetivos se pueden resumir en: Adquirir un mejor conocimiento de las emociones; Identificar las emociones en los individuos; Identificar y regular las emociones propias; prevenir las emociones negativas; generar emociones positivas; ser capaz de automotivarse.

“La educación emocional debe iniciarse en los primeros momentos de la vida y debe estar presente a lo largo de todo el ciclo vital.” (Bisquerra,2011,18).

Es por esto por lo que la educación emocional debe estar presente en toda la etapa educativa de cualquier individuo.

1.1.3 Competencias emocionales

Otro de los conceptos más importantes a la hora de trabajar las emociones, es la adquisición de las diferentes competencias emocionales. En el siguiente apartado veremos la clasificación en el modelo pentagonal de Bisquerra. Así como un análisis de estas.

Bisquerra (2006)

Conciencia emocional: La conciencia emocional se basa en el conocimiento de las emociones propias y de los demás. Esta conciencia, se basa en la observación y la autoobservación del individuo. La adquisición de la competencia emocional supone la comprensión de la diferencia entre pensamientos, acciones y emociones. Así como la capacidad de evaluar la intensidad de las emociones y la utilización del lenguaje verbal y no verbal.

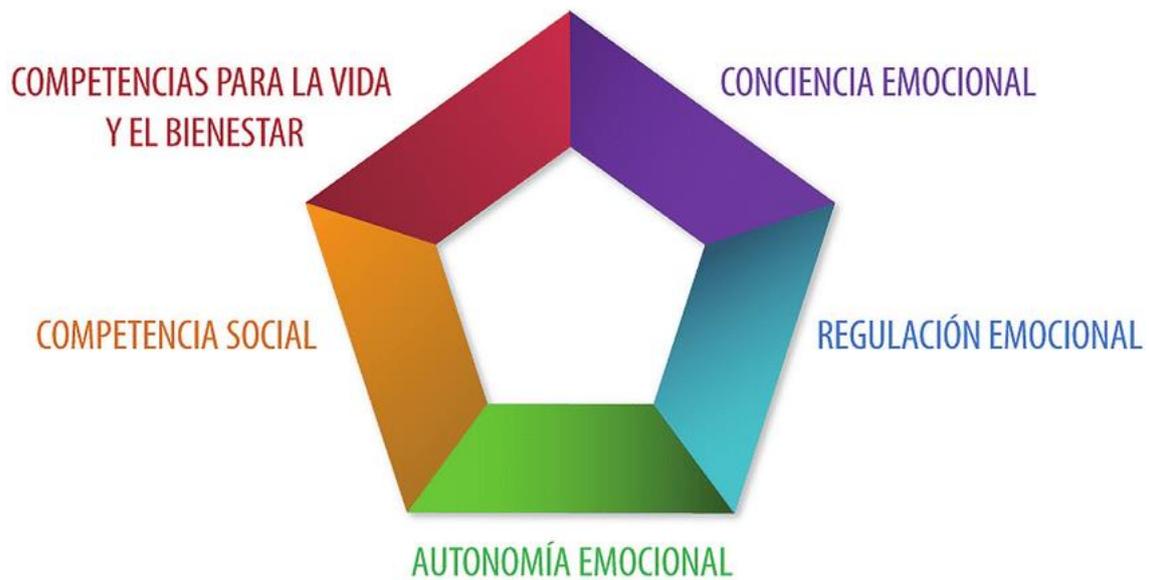


Figura 1. Modelo pentagonal de competencias emocionales (Bisquerra 2009)

La regulación de las emociones: Es el elemento esencial para la educación emocional. La habilidad de autorregulación consiste en tolerar la frustración, manejar la ira, desarrollo de la empatía. No hay que confundir los conceptos de regulación y represión ya que el primero engloba conceptos como el control, manejo...

La motivación: Hay que buscar la motivación a través de la emoción” La puerta de la motivación hay que buscarla a través de la emoción” (Bisquerra, 2006, 10). Uno de los retos principales de la educación es llegar a la automotivación a través de las emociones.

Las habilidades socioemocionales: Estas últimas nos facilitan a nuestras relaciones interpersonales. Nuestras relaciones están entrelazadas por las emociones. Es por esto por lo que, la adquisición de estas competencias nos ayuda a mantener un clima social favorable.

1.2 Expresión corporal

La expresión corporal es el elemento base en el desarrollo de este TFG. A continuación vamos a analizar los conceptos de expresión corporal desde el punto de vista de tres autores. Cabe destacar que todos comparten, la expresión corporal como contribuyente para el desarrollo integral del ser humano, así como instrumento de lenguaje para la transmisión de pensamientos emociones...etc.

1.2.1 Concepto expresión corporal

(Ortiz 2002, citado en Rebollo, Castillo, 2009, 106) realiza una aproximación al concepto de expresión corporal a partir de numerosas aportaciones de diversos autores. A partir de estas afirma que en el ámbito de la educación física la expresión corporal debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y desarrollo del lenguaje corporal a través de diferentes técnicas que favorezcan: “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, citado en Rebollo, Castillo, 2009, 106) también aporta su propia definición de expresión y comunicación corporal como: “lenguaje que se convierte en materia educativa y se utiliza para el desarrollo potencial de la capacidad expresiva del ser humano, fomentando el conocimiento personal, la comunicación interpersonal y la exteriorización de los sentimientos internos del individuo a través de gestos, posturas y movimientos expresivos”.

(Rueda 2004, citado en Rebollo, Castillo, 2009, 106) también plantea una definición desde un punto de vista educativo: “Es el ámbito de conocimiento, como contenido de educación física que investiga y experimenta las posibilidades corporales y la inteligencia

emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, y cuyo fin último es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo como eje globalizador e integrador es el punto de unión entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. Su fin está en el propio proceso expresivo”.

Corrientes de la expresión corporal

Mateau 1993, citada por Arteaga 2003, citado en Rebollo, Castillo,2009,10) establece cuatro ámbitos en los que se desarrolla la expresión corporal.

1.- Social

2.- Psicológico

3.- Artístico

4.- Pedagógico

Desde este ámbito educativo, (Rueda 2004, citado en Rebollo, Castillo,2009,106) destaca el carácter globalizador e integrador de la expresión corporal. Desde este punto de vista, “la educación a través del cuerpo y el movimiento no se reduce exclusivamente a aspectos perceptivo-motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo”

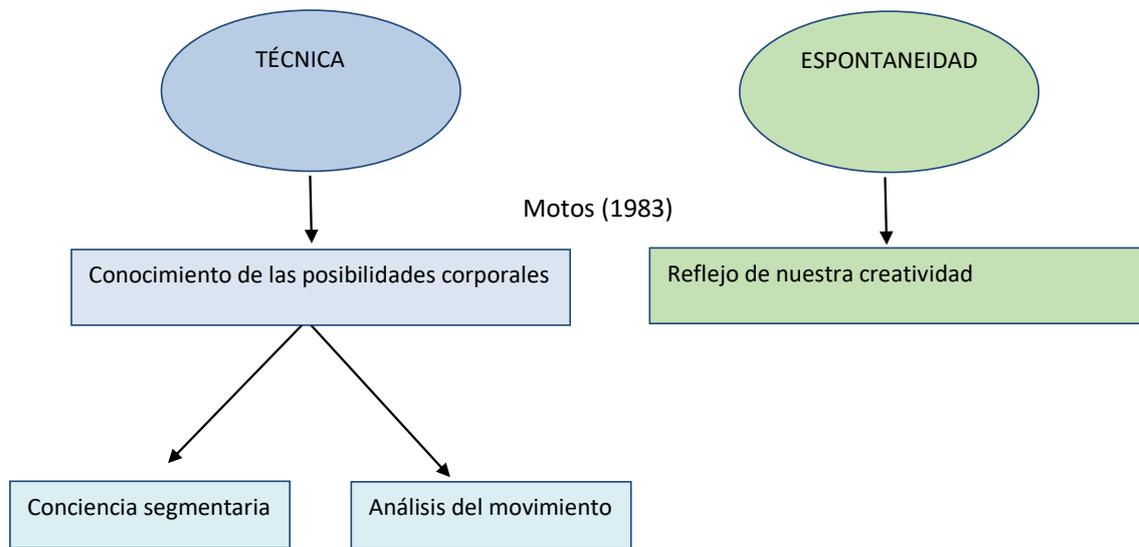


Figura 2. Pilares básicos para motos de la expresión corporal (Motos 1983) citado en Rebollo, Castillo, 2009, 109).

1.2.2 Lenguaje corporal

El lenguaje corporal es otro de los términos importantes a estudiar, ya que es la base de la expresión corporal. El cuerpo como instrumento de lenguaje para transmitir sentimientos, ideas, emociones entre otros.

“Comunicamos constantemente nuestros sentimientos reales por medio del lenguaje del comportamiento” (Hall,1989, citado en Nevares Heredia y Aguado 1995-1996).

Según Nevares Heredia y Aguado (1995-1996)

Utilizamos el lenguaje corporal como instrumento de expresión y comunicación de sentimientos y emociones. La expresión corporal se utiliza para enfatizar las ideas y contenidos que queremos expresar. Además de esto, se asocia a la no pertenencia de emociones y sentimientos a aquellas personas inexpresivas. Un claro ejemplo es James Bond, encarna un personaje duro, sin sentimientos. Para encarnar dicho personaje se procura que no se gesticule, realizar movimientos fluos...

La pregunta es si esos movimientos que utilizamos para transmitir nuestros sentimientos, los realizamos de forma consciente o no.

Existen movimientos que están consensuados culturalmente como mover la cabeza de izquierda a derecha para negar algo. Pero si analizamos la cantidad de formas de expresión inconscientes que realizamos para transmitir un mensaje, nos damos cuenta de que existen infinidad de gestos y movimientos a los que recurrimos diariamente de forma inconsciente.

Diversas investigaciones interculturales Ekman, Friesen y Soresen (Fast,1984, citado en Nevares Heredia y Aguado 1995-1996) realizaron investigaciones en culturas dispares y afirmaron que existen gestos universales. Se apoyan en que existen “innatos programas subcorticales que vinculan ciertos elementos evocativos o expresiones faciales universalmente perceptibles correspondientes a cada una de las emociones primarias:

alegría, interés, sorpresa, miedo, enojo, angustia, desgrado, desprecio, vergüenza” (Fast,1984, citado en Nevares Heredia y Aguado 1995-1996)

Por todo lo anterior se afirma que el ser humano se encuentra programado para determinados gestos ante emociones concretas.

Según Nevares Heredia y Aguado (1995-1996) dichos gestos y posturas se pueden considerar dentro de tres facetas diferentes:

-Inclusividad-no inclusividad: Es decir una serie de movimientos que tienden a incluir o no hacerlo a personas dentro de un grupo. Esta faceta nos permite comprender como en un grupo aceptamos o rechazamos a alguien.

-De orientación paralela: Esta faceta hace referencia a la relación entre dos personas en base a la confianza, distanciamientos sociales, relaciones de poder...etc.

-De congruencia o no congruencia: Esta faceta nos describe la capacidad que tiene un grupo a la hora de imitarse, adoptando las mismas posiciones

En el siguiente apartado vemos como Laso y Fast realizan un análisis del lenguaje corporal en el aula. Defienden que el trabajo del lenguaje no resida solo y exclusivamente en el área de lenguaje, ya que el cuerpo nos permite comprender muchas cosas también. Es por esto por lo que, adaptar el aula de forma que el movimiento del alumnado no se encuentre bloqueado resulta imprescindible a la hora de desarrollar un lenguaje pleno.

Según Laso (2011)

Los individuos poseen en su cuerpo un instrumento básico de comunicación que puede ser analizado desde diferentes perspectivas. Además de esto, cabe destacar que lo anteriormente dicho, está reconocido en el currículo del área de educación física en primaria.

La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones

” No todos los fenómenos comunicativos pueden ser explicados por medio de la categoría lingüística” (Eco,1999,187citado en Nevares Heredia y Aguado 1995-1996).

Fast (1984, citado en Nevares Heredia y Aguado 1995-1996) “El lenguaje del cuerpo puede comprender cualquier movimiento, reflexivo o no, de una parte, o de la totalidad del cuerpo que una persona emplea para comunicar un mensaje emocional al mundo exterior.”

Fast (1984)

Una nueva señal es la inconsciente dilatación de la pupila cuando el ojo ve algo agradable. El conocimiento del lenguaje corporal nos permite comprender que cuando un niño pequeño se chupa el dedo pulgar lo hace en busca de protección y seguridad. Saber que la gente levanta las cejas o baja los párpados en parte para expresar una emoción es un hecho de observación.

Los estudios más serios sobre el lenguaje corporal se han ocupado de las emociones transmitidas por el movimiento, no de la naturaleza innata de la persona que transmite el mensaje. Cuando mucho, la señal enviada, el lenguaje corporal, se ha empleado para hacer con que una persona se comprenda a sí misma. Cuando se pretende emplearlo para intentar analizar la personalidad o el carácter más bien que la conducta, parece cuajado de contradicciones.

A pesar de todo lo dicho anteriormente, sigue sin utilizarse como objeto de formación y se delegan todas las competencias al área de lenguaje. En las practicas docentes en la escuela se prima la mecánica, esto crea una brecha entre mente y cuerpo. En la que este último descansa el alma y el pensamiento. Nos basta con realizar un análisis de las aulas en primaria, están dispuestas para que el alumnado se encuentre inmovilizado a la hora de adquirir el conocimiento. (Foucault,2002, citado en Fast1984)

)” Cada uno de los alumnos tendrá su lugar determinado y ninguno abandonará ni cambiará el suyo sino por orden y con el consentimiento del inspector de las escuelas”.

Según Laso (2011)

En las áreas de conocimiento que priman la adquisición de conceptos, el cuerpo es asumido como un instrumento que limita el proceso. Es por esto por lo que los niños y niñas se desprenden de su corporalidad cuando se encuentran en Educación física.

En resumen, la relación cuerpo/conocimiento no van de la mano en la escuela. El lenguaje corporal de los niños es controlado y se impone una relación de docilidad a la hora de moverse en el aula.

1.2.3 Educación corporal

La educación corporal, quiere romper con los modelos tradicionales de educación que ha convertido a los niños en receptores de información. Sin embargo, esta, respeta la naturaleza propia del niño y aprovecha el placer y la alegría del movimiento espontaneo.

(Lora,2011,740)” La unidad indivisible del hombre y como consecuencia, la implementación real y efectiva de la educación integral”. La educación por su parte no puede situarse ajena a este tipo de conocimientos y debe facilitar al niño un conocimiento del mundo. Aquí entra el principio de la vivencia corporal, que permite al individuo situarse en un contexto en el que se hacen presentes emociones necesarias. El equilibrio de conocimientos y bienestar personal es el que da soporte a la inteligencia. Para ello la consciencia corporal juega un papel muy importante para poder adquirir todo lo anteriormente dicho, el niño o niña al expresar sus pensamientos comienza a crear consciencia sobre su cuerpo y sus funciones.

La tarea movimiento según Lora (2011) se basa en dar paso a la responsabilidad y el ejercicio, ejercita el respeto mutuo, la creatividad y el uso de lenguaje corporal como instrumento de comprensión y resolución de problemas. Toma la consciencia del niño por medio del dialogo, ejercita el pensamiento divergente y lateral a través de caminos diferentes para llegar a una misma meta.

1.2.4 Eje vertebrador de la creatividad

La expresión corporal es uno de los ejes más importantes a la hora del desarrollo de la creatividad en el ser humano, así como la expresión artística y musical. Es por esto, que realizar un análisis de la creatividad desde el punto de vista de diferentes autores y su evolución en la escuela a lo largo de los años es muy interesante.

La creatividad forma parte de un área difícil y compleja de analizar. La palabra creatividad en su origen etimológico procede del verbo “criar” que significa existencia.

Si vamos a autores como Torrance,1988y Casas,2000 citado en Domínguez; Pino; Martínez,2014,56) apuntan a la creatividad como un instrumento que facilita la adaptación en situaciones nuevas, constituyendo así una capacidad que, el individuo con base a las experiencias anteriores resulta productiva para su desarrollo

A pesar de que la creatividad forma parte de cualquier individuo, es necesario que los docentes y educadores ayuden a canalizarla, fomentarla y encauzarla de forma adecuada.

La educación física ha tomado un papel muy importante en la creatividad. A lo largo del siglo XX nace una corriente que trata de aplicar los conceptos generales de creatividad en el terreno de la motricidad (CM). Para explicar la relación existente entre movimiento y creatividad, hacemos referencia a las diferentes capacidades psicológicas que se manifiestan a nivel motriz. Estas respuestas son fluidas y contienen un grado de novedad y valor muy importante.

Desde mediados del siglo XX se han realizado diferentes estudios para analizar la CM de lo que se saca una conclusión clara sobre que “la originalidad representa la vertiente cualitativa del movimiento” (Domínguez; Pino; Martínez,2014,56). Además de esto según (Graupera y Ruiz,1994, citado en Domínguez; Pino; Martinez,2014,56) datan que uno de los objetivos de la educación física es fomentar la creatividad en el alumnado. Ya que a pesar de que el potencial creativo del alumnado debe potenciarse en el aula, habitualmente es inhibido y bloqueado.

Se han realizado estudios sobre la relación entre expresión corporal y creatividad. Considerándose uno de los cuatro elementos más importantes de la expresión corporal.

Dominguez;Pino;Martínez (2014) se afirma que una de las finalidades más importantes de la expresión corporal se rige en la búsqueda de la creatividad en el grupo de alumnos (Canales y Lopez,2002,citado en citado en Dominguez;Pino;Martinez,2014,57) postulan que existe un vínculo entre el proceso expresivo y la creatividad y que estos, estimulan el desarrollo de la singularidad de la competencia motriz .Además de todo esto, numerosas autoras sostienen que la expresión corporal ofrece al individuo un abanico muy grande de estímulos para adentrarse de manera directa en el proceso creativo.

1.2.5 Enseñanza aprendizaje de las emociones a partir de la psicomotricidad

En este último apartado, se realiza un pequeño análisis de los beneficios del trabajo de las emociones a través de la psicomotricidad. Después de realizar un estudio por un lado de las emociones, competencias emocionales, inteligencia emocional. Y por otro lado de la expresión corporal, lenguaje corporal, educación corporal conviene realizar un estudio de la fusión de estas.

Según señala Montero (2008) en su artículo

El termino psicomotricidad nace en un congreso de Paris por el Dr. Ernest Dupree quien le da un enfoque terapéutico. Por otro lado, un monje nómada L'epep reunía niños con problemas de aprendizaje, que mediante los beneficios de movimiento favorecía su aprendizaje con la realización de tareas físicas. La idea de psicomotricidad se introduce en España a través de Wallon y Ajuriaguerra en la década de los setenta

“Según asociaciones españolas psicomotricistas el termino psicomotricidad integra las interacciones emocionales, simbólicas y sensomotrices”. (Montero, 2008,24)

La intervención psicomotriz en las aulas de infantil y primaria es esencial y esto se basa en diferentes premisas:

-El desarrollo psicológico del niño a través de la interacción con el medio ambiente

-Relación entre las funciones neuro motrices del organismo y sus funciones psíquicas

La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones

-Adquisición de las complejas capacidades mentales a partir de la construcción del esquema corporal

-Cuerpo como elemento básico de contacto con el exterior

-Movimiento como instrumento para canalizar el comportamiento e interactuar con el resto de los individuos

Según el estudio realizado por Fuentes (2015) la psicomotricidad influye en el autocontrol emocional de los niños. Además de esto se determinó también que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes en los que se les aplicó el estudio. Es por todo esto que debido al estudio anterior se puede afirmar que la psicomotricidad influye significativamente en el aprovechamiento emocional en niños de 5 años. Además, (Jiménez y Cano 2011 citado en Fuentes 2015) concluye que el M-DECA y la metodología de trabajo planteada resultan muy valiosos en el desarrollo de secuencias didácticas para niños de tercer grado de preescolar y que es posible adaptarlo sin importar la modalidad de trabajo de tal manera que se convierte en un maestro, un observador y un evaluador con un alto grado de objetividad. (Fuentes, 2015, 83) "Hay niños que no saben utilizar la tijera, otros no saben trozar simplemente arrancan el papel, no colorean bien quedándose en un mismo espacio hasta en muchas ocasiones dañando la hoja, el dibujar un

monigote solo hacen una bola o rayan encima no realizan dibujos con semejanza, Programas que respondan a las necesidades individuales de los niños/as, permiten solventar dificultades evidenciadas en el proceso de desarrollo, con el fin de evitar o prevenir el fracaso escolar. Es por todo esto que el trabajo de las emociones a través de la expresión corporal tiene infinidad de rasgos positivos de cara al alumnado de primaria

2.MARCO METODOLÓGICO

2.1 Justificación del paradigma de investigación

Para la investigación de nuestro objeto de estudio nos hemos basado en el empleo del paradigma naturalista o hermenéutico y de la metodología cualitativa, apoyándonos en la utilización de diferentes instrumentos. El paradigma humanista se centra en el significado de las acciones humanas y de la vida social (Erikson, 1986), aspectos que están relacionados con nuestro objeto de estudio.

A lo largo de la historia la educación física se ha guiado por modelos positivistas, reduciendo sus temas objeto de estudio a visiones médico-biológico donde la fisiología, la biomecánica, la psicología, están más preocupadas en comprobar los niveles de eficacia de los deportista practicantes que sus sensaciones y emociones.

En nuestro caso, estamos estudiando un campo de la educación física en donde la importancia recae en los valores y actitudes. Es por esto qué, nos planteamos trabajar desde un punto de vista completamente diferente al modelo racionalista o positivista.

Este estudio se basa en la práctica educativa en un grupo de 25 alumnos con un objeto de estudio concreto referido a el uso de la expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de las emociones. El modelo naturalista que nosotros adoptamos pretende explicar e interpretar la realidad que se nos presenta la práctica de la educación física en un colectivo de 25 alumnos no únicamente con el objeto de conocerla sino con intención de analizar y ver incluso, sin ser pretenciosos, si se ha producido algún tipo de cambio respecto del objeto de estudio (Kirk ,1990; Sparkes, 1992, Tinning, 1992).

La investigación cualitativa, se basa en la descripción detallada de situaciones, interacciones y comportamientos clasificados como observables incorporando lo que los participantes dicen, sus experiencias, sus actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones tal y como son expresados por ellos mismos.

Por todo lo anterior justificamos el empleo del paradigma naturalista y de la metodología cualitativa ya que nuestro objeto de estudio se basa en la comprensión de lo que el individuo como ser único ha experimentado.

Para llevar a cabo esta observación naturalista se han empleado una serie de instrumentos. La triangulación según Denzin (1970), implica la utilización complementaria de métodos cualitativos y cuantitativos, el uso combinado de ellos contribuye a corregir los inevitables sesgos de percepción que se pueden producir. Todo ello se realiza bajo un tratamiento holístico y fenomenológico, donde la valoración de los resultados se realiza desde la observación del proceso que cumplen los participantes, orientando nuestras explicaciones no sobre los resultados finales sino sobre el recorrido de la experiencia.

El enfoque naturalista, posee una serie de características determinadas:

- La naturaleza de la relación entre investigados y objeto: el investigador y las personas investigadas, están interrelacionadas es decir se influyen mutuamente. En nuestro caso la relación entre profesor y alumno

-La naturaleza de las conclusiones: las conclusiones generalizadas no son válidas en este tipo de enfoque. Uno de los motivos es que vamos a llevar a cabo una observación en un colectivo durante un determinado período de intervención.

-Método de recogida de información: instrumentos que nos provean de datos cualitativos. En nuestro caso: Entrevista Inicial y final a profesor y alumnos, así como un diario de aprendizaje del alumno y del profesor.

-Escenario: vamos a estudiar una situación particular que no tiene por qué representar ni defender una generalización y extrapolación a la mayoría de la población. Los estudios de casos son definidos por Denny (1978:370) como: "Un examen completo o intenso de una faceta, una cuestión o quizás los acontecimientos que tienen lugar en un marco geográfico a lo largo del tiempo

-Los estudios de campo de tipo naturalista se centran genéricamente en la descripción de tendencias de conducta. En nuestro caso utilizaremos el análisis categorial: moralidad versus molecularidad y el diseño del sistema categorial (Camerino, 1992).

A continuación, realizamos una breve explicación sobre las características básicas de la Metodología Cualitativa Bisquerra (1989):

-El investigador es entendido como un instrumento de medida

-Los estudios suelen ser intensivos y en pequeña escala

-No se acostumbra a poner a prueba ni teorías ni hipótesis

-Hay flexibilidad en el sentir inductivo, evolutivo y artesanal de los procesos de los productos.

Los procesos de categorización son largos y complejos ya que se pasa de la no sistematización a la máxima sistematización; por tanto, existen procesos de recategorización.

Si hacemos una reflexión sobre las características de la metodología cualitativa, en función de las perspectivas de los autores señalados y en función de nuestra propia concepción de la investigación cualitativa, podemos ver que es la metodología óptima para aplicar sobre nuestro objeto de estudio. Así nosotros centraremos en el trabajo con un grupo concreto de alumnos de 1º de primaria y lo que más nos va a interesar es estudiar la expresión corporal como instrumento de comunicación de emociones y su sociabilización con el resto de los individuos

Vamos a llevar a cabo un proceso de triangulación de datos, a través de la utilización de diferentes instrumentos controlando así el sesgo de la investigación. Para ello nosotros mismos hemos diseñado la utilización de una diversidad de instrumentos para la recopilación de datos.

La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones

Para el desarrollo de la experiencia y la temporalización en cuanto a la aplicación de los instrumentos en la investigación de la motricidad nos hemos basado en el trabajo realizado por Camerino (1995), en el cual plantea la distribución de los instrumentos o estrategia de recogida de datos, entrelazándolos en dos sentidos, longitudinal y transversal. Los instrumentos están distribuidos de una determinada manera para obtener una visión cronológica que permite captar, los dos sentidos de la recogida de datos que se ha hecho. El longitudinal a partir de (Nombrar los instrumentos que habéis utilizado durante toda la intervención por ejemplo diario de maestro) diario del maestro, diario de aprendizaje alumnado el transversal a partir de entrevista inicial y final del alumnado.

2.2 Participantes y Contexto

La propuesta está realizada para el primer ciclo de primaria, más concretamente un curso de primero de primaria de Liceo Monjardín. Este colegio está situado en el centro de Pamplona más concretamente entre dos barrios en pleno desarrollo como son Ripagaina y Soto Lezkairu. Este centro se caracteriza por utilizar la psicomotricidad y expresión corporal desde los primeros cursos de infantil. Sin embargo, a partir de 1º

de primaria hasta 6º la expresión corporal se trabaja en carnaval lo que supone que el alumnado adquiere el concepto de expresión corporal solo y exclusivamente a través del baile. El grupo al que va dirigido consta de 25 alumnos entre 5 y 6 años. Entre ellos una niña diagnosticada con un trastorno del lenguaje y tres niños diagnosticados con un TDAH. Además de esto tenemos 5 niños procedentes de diferentes países Rumania Rusia Republica Dominicana entre otros...

2.3 Temporalización marzo y abril

X-Sesiones proyecto.

Por circunstancias del COVID 19 solo se pudieron llevar a cabo tres sesiones de todo el proyecto ya que a partir del 13 de marzo se cerraron todos los centros escolares y universidades de España.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2	3	4	5 X	6
9	10 X	11	12 X	13
16	17 X	18	19	20
23	24 X	25	26 X	27
30	31 X			

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			2 X	3
6	7 X	8	9 X	10
13	14 X	15	16	17
20	21 X	22	23 X	24
27	28 X	29	30 X	

2.4 Proyecto

El siguiente proyecto nace a partir de mi experiencia y trabajo en el aula de las emociones. El trabajo de estas se realiza a través de un libro "Emocionario". Sin embargo, estas sesiones se basaban en escuchar una pequeña pieza (que representaba la emoción), contar de manera oral dichas emociones, y realizar un dibujo de estas. Aquí empiezo a ver lo interesante que sería llevar a cabo una propuesta en la que basar mi estudio del TFG.

Es en este punto cuando comencé la creación de las diferentes sesiones, quería que todas siguiesen un hilo conductor. Al ser el 1º ciclo de primaria necesitaba algo muy visual y atractivo para que les enganchara, decidí que fuesen los protagonistas de la película de Inside out (Miedo, alegría, tristeza, enfado). Toda esta unidad didáctica quería enmarcarla en el concepto de amistad. Además de esto, quería que tuviese un producto final, algo visual y manipulativo a lo que pudiesen recurrir en el aula siempre que quisiesen

De ahí nació el diccionario de las emociones, al ser 1º de primaria tenía que ser algo visual sin excesiva letra. Se me ocurrió que a través de una fotografía en pequeños grupos representando una emoción pudiesen crear el diccionario de emociones para toda la clase. Así tendrían un diccionario con ellos de protagonistas.

Los principales objetivos de este proyecto son por un lado todos los relacionados con la experimentación y el uso de recursos expresivos del cuerpo para comunicar ideas y sentimientos. Además de esto, el alumnado tiene que ser capaz de utilizar las calidades básicas del movimiento, ser capaz de ejecutar ritmos sencillos e imitar en forma de espejo. Todo esto enmarcado en la búsqueda de una creatividad y originalidad en cada una de las sesiones.

Los contenidos que se trabajan son las posibilidades expresivas del cuerpo, la sincronización de estructuras rítmicas, exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, la observación y comprensión de lenguaje corporal sencillo, imitación de personajes, objetos y situaciones. Todo esto enmarcado en un disfrute mediante la expresión, en la que requiere una participación, reconocimiento y respeto.

SESIÓN INTRODUCTORIA

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>PELICULA INSIDE OUT</i>	Veremos la película Inside Out para introducir las emociones al alumnado de manera visual.
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	“Personajes” Después de ver la película analizamos de forma oral los personajes de esta, que son los que vamos a trabajar. ” Pinta caras”: Por grupos nos pintamos la cara del color de los personajes. Para ello asignaremos a cada grupo una emoción una vez asignadas pintaremos las caras de cada grupo del color correspondiente
<i>ENTREVISTA INICIAL</i>	Tras el visionado de la película y el análisis de los personajes (emociones que vamos a trabajar) comenzamos con la entrevista inicial a los niños, en la cual a través de preguntas nos iremos introduciendo en lo que vamos a trabajar a lo largo de las siguientes sesiones.

SESIÓN 1: ¿QUÉ SIENTO?

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<p><i>CALENTAMIENTO</i></p> <p>Cow boy Pedro:</p> <p><i>(Anexo I)</i></p>	<p>“Cow Boy Pedro”: A través de la siguiente canción de gestos iremos introduciendo al alumnado en la sesión</p>
<p><i>PARTE PRINCIPAL</i></p> <p>Caja:</p> <p><i>(Anexo II)</i></p> <p>Situaciones:</p> <p><i>(Anexo III)</i></p>	<p>” Reconocemos emociones”: Andando en círculo por la sala vamos moviéndonos en función de las emociones que va nombrando el profesor. Alegría, tristeza, enfado, miedo, amor.</p> <p>“Caja de las emociones”: Todo el grupo en círculo irá cogiendo de la caja de las emociones, un emoticono. Cuando todos tengan el suyo, deberán agruparse (5 grupos de 5) con los compañeros que posean el mismo. Una vez en grupos, deberán representar la emoción, les indicaremos que tiene que estar enmarcado en una situación en la que se sientan así.</p> <p>” Una, dos y tres emoción”: Vamos caminando en círculo por la sala al ritmo de la música cuando se para la música representamos corporalmente la emoción que nos apetezca</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i></p> <p>Relajación:</p> <p><i>(Anexo IV)</i></p>	<p>“Nos relajamos”: Nos ponemos en círculo y nos vamos relajando con música tranquila. Finalmente analizamos cómo ha ido la sesión con la ayuda de la hoja de evaluación</p>

SESIÓN 2: AMISTAD

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<p><i>CALENTAMIENTO</i></p> <p>Baile de la fruta (Anexo V)</p>	<p>“Baile de la fruta”: Como cada sesión empezamos con un pequeño juego de ritmo y baile con nuestro cuerpo</p>
<p><i>PARTE PRINCIPAL</i></p> <p>De ellos aprendí (Anexo VI)</p> <p>Qué bonito es querer (Anexo VII)</p> <p>Happier (Anexo VIII)</p>	<p>” Nos duchamos”: Nos ponemos por parejas y vamos a duchar a los compañeros. A través de esta ducha trabajaremos el contacto corporal, así como el respeto al cuerpo de los compañeros. Primer paso para comenzar una amistad con ellos.</p> <p>“Te quiero”: Caminando por la sala al ritmo de la música, que esta irá de menor ritmo a mayor el alumnado debe moverse como el animal que elija, cuando suene el silbato deben mostrar un gesto de cariño al compañero que elijan.</p> <p>“Confío en mi compañero”: Dividimos la clase por parejas, una tendrá la suerte de ver y la otra no. Al ritmo de la música y siempre agarrado de nuestro compañero nos moveremos por la sala bailando.</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i></p>	<p>“Masajes”: Nos ponemos en círculo y vamos realizando masajes a la persona que tenemos delante.</p>

SESIÓN 3: ALEGRÍA

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<p><i>CALENTAMIENTO</i></p> <p>Me llamo curro: (Anexo IX)</p>	<p>“Danza me llamo curro”: Comenzamos con una danza de ritmos para introducirnos de manera gradual en la sesión de hoy</p>
<p><i>PARTE PRINCIPAL</i></p> <p>Happy: (Anexo X)</p>	<p>“Mostramos felicidad”: Con la primera actividad gracias al trabajo del cuerpo en sesiones anteriores debemos movernos alrededor de la sala expresando felicidad. Aquí dejamos libertad al alumnado para que se mueva como el cuerpo le pida cuando está feliz.</p> <p>“Te pilló feliz”: Les ponemos en contexto en la clase están hoy todas las emociones sin embargo queremos que la clase se quede solo de alumnos felices, es decir que ese día solo esté presente la felicidad en el aula. Entregaremos unas caretas de emoticonos felices a los niños que se la paran. Tendrán que ir pillando a sus compañeros entregándoles un emoticono de felicidad, el juego termina cuando todos posean la careta de felicidad.</p> <p>¿Quién se ríe?»: Por parejas vamos a trabajar que sentimos cuando el compañero nos hace reír. Sentados uno enfrente del otro en primer.</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i></p>	<p>“Un pasito para adelante”: En círculo vamos dando un paso adelante decimos nombre y como expresamos la alegría para asentar los conocimientos que hemos adquirido a lo largo de la sesión.</p>

SESIÓN 4: TRISTEZA

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<p><i>CALENTAMIENTO</i></p> <p>Epo e tai tai e:</p> <p><i>(Anexo XI)</i></p>	<p>“Epo e tai tai e”: Como cada sesión empezamos con un pequeño juego de ritmo y baile con nuestro cuerpo</p>
<p><i>PARTE PRINCIPAL</i></p> <p>Variedad de estilos:</p> <p><i>(Anexo XII)</i></p> <p>Canción triste:</p> <p><i>(Anexo XIII)</i></p> <p>Someone like you:</p> <p><i>(Anexo IV)</i></p>	<p>” Dos mundos muy diferentes”: La clase va a contar con dos mundos el de la alegría y el de la tristeza. Cuando suene la música deberán escuchar la melodía, y dependiendo de la emoción que les provoque, los alumnos se desplazarán a al “mundo” que más se corresponda con la emoción que esa música les provoca.</p> <p>“Tristeza”: En círculo trabajamos los diferentes movimientos corporales de cuando sentimos tristeza. Es decir, a través de esta actividad analizaremos cómo nos comportamos corporalmente cuando nos sentimos tristes.</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i></p> <p>Say something:</p> <p><i>(Anexo V)</i></p>	<p>” ¿Mimos tristes?”: Por parejas se le da una situación a una de ellas y tienen que expresarse corporalmente como mimos en dicha situación.</p> <p>“Repaso mientras me relajo: Nos ponemos en círculo y nos tumbamos, con música relajante el profesor irá repasando lo que se ha visto en la sesión de hoy</p>

 SESIÓN 5: ENFADO

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<p><i>CALENTAMIENTO</i></p> <p><i>Cuento enfado</i></p> <p><i>(Anexo VI)</i></p>	<p>“Cuento cuando estoy enfadado: Esta sesión la comenzamos con un pequeño cuento que nos cuenta cómo se siente el protagonista cuando está enfadado.</p> <p>” Nos convertimos en brujos y brujas”: Dos o tres alumnos son brujos y brujas que deben pillar al resto cuando el resto va siendo pillado se convierten en brujos y brujas enfadadas.</p>
<p><i>PARTE PRINCIPAL</i></p> <p><i>Cuento motor enfado</i></p> <p><i>(Anexo VII)</i></p>	<p>” ¿Representamos?”: Por grupos se les reparte un animal que deben expresar todos juntos en grupo. Sin embargo, hay un problema el animal está muy muy enfadado.</p> <p>” La tribu de Paula”: A través del cuento motor de la tribu de Paula nos introduciremos en el mundo del enfado</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i></p>	<p>“Nos desenfadamos”: Tumbados todos en el suelo vamos relajando cada una de las partes del cuerpo que han estado en tensión debido al enfado</p>

SESIÓN 6: AMOR

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	<p>“Ritmo”: En círculo vamos creando ritmos con nuestras partes del cuerpo</p>
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	<p>“La palomitas amorosas”: Con música sonando, estaremos con los ojos cerrados, nos iremos moviendo por el gimnasio expresando amor, cada vez que nos tocamos con una compañera o compañero debemos quedarnos quietos y mostrarle un gesto de cariño al compañero</p> <p>“Pilla beso”: Esta versión del pilla pilla será que cuando nos pillan deberemos quedarnos quietos, para liberarnos deben darnos un beso en la mejilla.</p> <p>“ Mímica emociones amorosas”: Todos en círculo vamos avanzando de uno en uno y vamos diciendo algo que nos gusta del compañero de la derecha acompañado de un movimiento corporal que represente cariño.</p>
<i>VUELTA A LA CALMA</i>	<p>“Ronda de cosquillas”: Ronda de cosquillas por parejas hacemos cosquillas por la cara, el cuerpo...</p>

 SESIÓN 7: MIEDO

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	<p>“Llegamos al mundo del miedo”: Nos movemos por la sala con los ojos cerrados sin ver nada, les ponemos obstáculos para que los sientan. Cuando terminemos preguntamos la sensación y a que tenían miedo</p>
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	<p>¡Un dos tres miedo!: En círculo van saliendo al centro y cuentan una situación en la que sintieron miedo y como lo expresaron. Una vez expresado todos los compañeros se acercan a curar ese miedo a través de un abrazo</p> <p>“Supera el miedo”: Por parejas deberemos confiar en ella y hacer trabajo del miedo a través de diferentes acciones: Saltar por encima, tirarse y que el otro le coja, con los ojos cerrados que uno haga de guía y el otro debe llegar hasta el otro punto de la clase</p> <p>“Animales que miedo”: Se le pide al alumnado que elijan un animal que les da miedo, una vez lo hayan elegido tienen que ir representado por la sala. Cuando suene el silbato deben emitir el sonido del animal. Con esa emisión del sonido representa la expulsión al exterior del miedo de nos produce dicho animal.</p>
<p><i>VUELTA A LA CALMA</i> Sonidos de terror: <i>(Anexo XX)</i></p>	<p>“¿Qué suena ahí?”: Con la luz apagada el alumnado irá escuchando sonidos desagradables que producen miedo. Se indica que cuando sientan ese miedo agarren de la mano a uno de sus compañeros</p>

SESIÓN 8: REPASO EMOCIONES

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	“Pañuelo emociones”: Versión del pañuelo clásico con las emociones se les asigna diferentes emociones y cuando el que se la para chilla esa emoción los de los diferentes equipos deben ir a por el pañuelo.
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	
Canción alegre: (Anexo XXI)	“El balón de las emociones”: Nos distribuimos por todo el espacio en parejas, cada pareja con un balón de goma espuma. De fondo pondré diferentes estilos de música, los niños tienen que pasarse el balón en desplazamiento y expresar con él las emociones que la música le está transmitiendo
Canciones tristes: (Anexo XXII)	
Canción enfado: (Anexo XXIII)	“¿Cómo me siento?”: En pareja tendrán que expresar una emoción para que su compañero adivine cual es. Cada emoción tiene que ser representada desde tres posiciones diferentes, comenzando tumbados desde el suelo, seguidamente agachados y finalizando de pie.
Mix canciones: (Anexo XXIV)	
	“La ciudad de las emociones”: Los edificios serán colchonetas en el suelo. Cuando pare la música, tendrán que meterse en los edificios donde habrá un cartel con una emoción diferente en cada una de ellas y tendrán que expresarlas durante un minuto. Todos deben entrar en todas los edificios

SESIÓN 9: FICHA EMOCIONES

SESIÓN 9: FICHA REPASO EMOCIONES

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	Una vez en el aula hacemos un análisis del desarrollo de las sesiones realizadas en el gimnasio. Con ayuda de una ficha de emociones.
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	Rellenaremos la ficha que nos permitirá tener así de forma escrita todo lo que hemos desarrollado en las diferentes sesiones. Además, nos servirá para realizar el diccionario de las emociones
<i>VUELTA A LA CALMA</i>	Una vez realizado todo lo anterior de manera oral y voluntariamente se pondrán en común las respuestas de la ficha de las emociones

SESIÓN 10: CREACIÓN GRUPOS Y REPARTO EMOCIONES

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	“Creación grupos”: En primer lugar, realizaremos la división de grupos. Serán grupos mixtos y se intentará que a lo largo de las sesiones hayan trabajado juntos
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	“Reparto emociones”: repartirán las emociones a modo sorteo ya que han trabajado todas las emociones por igual
<i>VUELTA A LA CALMA</i>	“Ideas de fotografías: Les proyectaremos en la pizarra ideas de cómo pueden salir en la foto expresando la emoción que les ha tocado

SESIÓN 11: FOTOGRAFÍAS

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	“Creación de fotos”: Una vez repartidos los grupos se irán haciendo fotos representando la emoción que les ha tocado a cada grupo.
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	“Creación cartulinas” Una vez estas fotos se impriman, se repartirá a cada grupo su foto. Con ayuda de la ficha rellena en la sesión 9 y los conocimientos adquiridos experimentalmente a lo largo de las sesiones plasmarán en la cartulina.
<i>VUELTA A LA CALMA</i>	“Autoevaluación y coevaluación”: Una vez hayan acabado la cartulina y se la hayan entregado al profesor para que la corrija. Deberán rellenar las hojas de autoevaluación y coevaluación
Autoevaluación	
<i>(Anexo XIX)</i>	

SESIÓN 12: DICCIONARIO

PARTES SESIÓN	ACTIVIDADES
<i>CALENTAMIENTO</i>	“Entrega cartulinas”: En esta última sesión el docente se encargará de corregir la cartulina de cada grupo con ayuda de una rúbrica de evaluación en la que se valorará si están presentes todos los puntos citados anteriormente, así como el trabajo en grupo a lo largo de toda la unidad didáctica, presentación etc.
<i>PARTE PRINCIPAL</i>	“Creación diccionario”: Una vez cada grupo tiene las cartulinas. Se pondrán todos juntos y crearán el diccionario. Las emociones irán en el orden en el que se han desarrollado las sesiones
<i>VUELTA A LA CALMA</i> Evaluación diccionario (Anexo XXX)	“Presentación diccionario”: Finalmente cuando tengan el diccionario irán por las diferentes clases presentándolo. De forma transversal en el área de Lengua se trabajará la forma de realizar una pequeña intervención oral

2.5. Instrumentos de observación

Entrevista: El modelo de entrevista cualitativa utilizada ha pretendido ser de carácter informal o no directiva (Patton, 1984. En Buendía 1992:260). O según otro autor Taylor (1986:101) informal no directiva o entrevista en profundidad las entrevistas descriptivas, no directivas, no estructuradas no estandarizadas y abiertas. Pero al intentar llevarlo a la práctica en determinadas situaciones hemos tenido que inducir o ayudar a verbalizar sensaciones y experiencias vividas a través de preguntas ya que si no los niños no se lanzaban a contar nada. Por ello hemos tenido que realizar una adaptación de este tipo de entrevistas. Nos acercamos a un tipo de entrevista estructurada. Nosotros como entrevistadores formulamos preguntas y el alumno expone sus puntos de vista.

-Diario de aprendizaje: Según Martínez (2007) El diario de aprendizaje es uno de los instrumentos que día a día nos permite sistematizar nuestras observaciones

(Según Bonilla y Rodríguez citado en Martínez,2007) “el diario de campo debe permitirle al investigador un monitoreo permanente del proceso de observación. Puede ser especialmente útil al investigador en él se toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo”.

El diario de aprendizaje es un instrumento que enriquece la relación teoría–práctica.

La observación es una técnica de investigación de fuentes primarias, sin embargo, es necesario un instrumento que sea capaz de abordar un objeto de estudio o una comunidades aquí donde entra en juego el diario de aprendizaje.

2.5.1 Entrevista inicial profesor

- ¿Crees que el alumnado adquirirá un concepto de expresión corporal fuera del baile?
- ¿Esta unidad didáctica supondrá un avance en el desarrollo de las siguientes sesiones con el “Emocionario”?
- ¿Gracias a esta unidad didáctica sabrán canalizar corporalmente mejor sus emociones?
- ¿Crees que la fusión de las emociones y la expresión corporal supondrá una facilidad para el alumnado a la hora de adquirir dichos conocimientos sobre las mismas?
- ¿Cómo te gustaría ver al alumnado a la hora de realizar las sesiones?
- ¿Qué dificultades nos vamos a encontrar a la hora del desarrollo de las sesiones?
- ¿Como docente crees que se debería trabajar de forma más transversal los contenidos?

2.5.2 Entrevista inicial alumnos

- ¿Os gustaría convertirnos en los protagonistas de “del revés”?
- ¿Qué emociones aparecen en la película?
- ¿Queréis aprender a movernos como ellas?
- ¿Cuál es vuestra emoción favorita?
- ¿Tenéis ganas de pasarlo bien y aprender?
- ¿Qué vamos a hacer si tenemos algún problema?
- ¿Qué vamos a aprender?

2.5.3 Entrevista final profesor

- ¿Crees que el alumnado ha adquirido un concepto de expresión corporal fuera del baile?
- ¿Esta unidad didáctica ha supuesto un avance en la identificación y expresión de las emociones?
- ¿Gracias a esta unidad didáctica ves que el alumnado ha mejorado en la canalización de las emociones corporalmente?
- ¿Crees que la fusión de las emociones y la expresión corporal ha supuesto algo positivo y que puede llevarse a cabo una aplicación en ciclos superiores?
- ¿La actitud del alumnado en las sesiones ha sido la esperada?
- ¿Las dificultades han supuesto una interrupción a la hora del desarrollo de las sesiones?
- ¿Como docente que sacas positivo y negativo en la aplicación de esta unidad didáctica?

2.5.4 Entrevista final alumnos

- ¿Os ha gustado el trabajo de emociones de forma corporal?
- ¿Qué sentís después de haber trabajado las emociones de esta forma?
- ¿Habéis visto lo creativos que podéis llegar a ser solo dejándoos llevar por las emociones que sentís?
- ¿Cual es vuestra emoción favorita después de haberlas trabajado?
- ¿Habéis aprendido a resolver los conflictos de otra forma?
- ¿Os sentís mejor?

2.4.5 Diario de aprendizaje niños

Diario Aprendizaje	Poco 	Regular 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			
¿Me porto bien?			
¿Cuido los materiales?			
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			
¿He participado?			
¿He aprendido algo sobre las emociones?			
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

2.4.6 Diario de aprendizaje profesor

Diario profesor	Comentarios
-----------------	-------------

Desarrollo de la sesión

Actitud alumnado

Objetivos cumplidos

2.6 Sistema de categorías

Categorías	Subcategorías
Cohesión grupal (CG)	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en equipo (CGE) • Trabaja de forma individual (CGI)
Intervención en las actividades (IA)	<ul style="list-style-type: none"> • Interviene de forma activa (IAA) • Interviene solo con ayuda del docente (IAD)
Creatividad (C)	<ul style="list-style-type: none"> • Creatividad en cualquier tipo de actividad planteada (CS) • Creativo solo en las que motivan a serlo (CM) • No es creativo en ninguna de las actividades (NC)
Identificación emociones (IE)	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de emociones positivas (IEP) • Identificación de emociones negativas (IEN)
Expresión de emociones corporalmente (EEC)	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión emociones positivas (EECP) • Expresión emociones negativas (EECN)
Expresión corporal como instrumento de sociabilización (ECS)	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza la expresión corporal para sociabilizarse (ECS) • No relaciona expresión corporal con sociabilizarse (ECNS)

Cohesión grupal (CG)	Trabajo en equipo (CGE)	Realiza un trabajo en equipo en todas las actividades propuestas. No importa el equipo en el que se sitúe, colabora siempre por la existencia de unión en el equipo.
	Trabaja de forma individual (CGI)	Trabaja de forma individual siempre. No muestra actitud en el trabajo de equipo, se muestra como un ser individual en cualquiera de las actividades propuestas.
Intervención en las actividades (IA)	Interviene de forma activa (IAA)	Interviene de forma activa en todas las sesiones. Sin importar si se siente cómodo o no a la hora de trabajar diferentes emociones y su expresión de forma corporal.
	Interviene solo con ayuda del docente (IAD)	Presenta una intervención solo y exclusivamente cuando el docente le implica en la actividad aludiéndolo personalmente.
Creatividad(C)	Creatividad en cualquier tipo de actividad planteada (CS)	Es un ser creativo en todas las actividades planteadas sin importar la motivación que siente en la participación de estas.
	Creativo solo en las que motivan a serlo (CM)	Es un ser creativo solo en las actividades que se plantea un trabajo de la creatividad.
	No es creativo en ninguna de las actividades propuestas (CN)	Es incapaz de ser creativo. Siempre se basa en las actitudes del resto y la imitación de estas.

Identificación emociones (<i>IE</i>)	Identificación emociones positivas (<i>IEP</i>)	Realiza una identificación propia y en el resto de los seres de las emociones positivas, dejando de lado las emociones negativas.
	Identificación emociones negativas (<i>IEN</i>)	Solo identifica emociones negativas tanto en su propio ser como en sus iguales. No es capaz de reconocer emociones positivas
Expresión emociones corporalmente (<i>EEC</i>)	Expresión emociones positivas (<i>EECP</i>)	Es capaz de mostrar solo las emociones positivas. Realiza movimientos muy asociados con las emociones positivas. No es capaz de expresar las emociones negativas corporalmente
	Expresión emociones negativas (<i>EECN</i>)	Es capaz de mostrar corporalmente solo las emociones positivas. Cuando se le indica expresar una emoción positiva, muestra rechazo hacia ella.
Expresión corporal como instrumento de sociabilización (<i>ECS</i>)	Utiliza la expresión corporal para sociabilizarse (<i>ECS</i>)	Hace uso de la expresión corporal como un instrumento para sociabilizarse con sus iguales de forma directa
	No relaciona sociabilización con expresión corporal (<i>ECNS</i>)	No es capaz de asociar la expresión corporal como instrumento para sociabilizarse con sus iguales

3.REGISTROS

3.1 Entrevista inicial profesor

- *¿Crees que el alumnado adquirirá un concepto de expresión corporal fuera del baile?*

-Mmm creo que esta unidad didáctica es una oportunidad para dejar de lado la relación que se tiene del baile con la expresión corporal. Eee en los centros habitualmente o por lo menos en este se tiende a dejar la unidad didáctica de expresión corporal para el carnaval, relacionándolo solo y exclusivamente con el baile cuando la expresión corporal va mucho más allá de eso

- *¿Esta unidad didáctica supondrá un avance en el desarrollo de las siguientes sesiones con el “Emocionario”?*

-Soy tutor de una de las aulas de 1º de primaria y trabajo con ellos el emocionario, **creo que supondrá un refuerzo de los conocimientos que impartimos con el emocionario en el aula (IEP)**

- *¿Gracias a esta unidad didáctica sabrán canalizar corporalmente mejor sus emociones?*

-A pesar de ser las emociones algo que se expresa directamente con el cuerpo, nosotros con el emocionario no trabajamos con la expresión de estas. **Eee así que creo que será una buena oportunidad de ver como canalizan los niños las emociones (EECN, EECP)**

¿Crees que la fusión de las emociones y la expresión corporal supondrá una facilidad para el alumnado a la hora de adquirir dichos conocimientos sobre las mismas?

-Como docente de Educación física creo que cualquier conocimiento fusionado con la educación física crea un conocimiento mucho más sólido y significativo. La educación física se basa en una experimentación con el cuerpo, aprender experimentando es lo más motivador que podemos ofrecerle a nuestro alumnado (ECS)

- ¿Cómo te gustaría ver al alumnado a la hora de realizar las sesiones?

-Mmm...tal y como son(risas)Tengo la suerte de impartir otro tipo de clases a lo largo del día sin embargo cuando bajo con los alumnos al gimnasio siento una conexión con ellos mucho mayor que cuando me encuentro en el aula. Búa como me estoy enrollando, así que creo que me gustaría verlos como siempre participativos, activos con ganas de aprender divirtiéndose (IAA)

- ¿Qué dificultades nos vamos a encontrar a la hora del desarrollo de las sesiones?

-En esta clase en concreto tenemos un caso muy complicado ya que no comprende acciones que no se realizan de manera rutinaria por lo que en las clases de educación física supone un caos en su interior (CGI). Sin embargo, tenemos un momento muy bueno para aprovechar el acercamiento a la misma con un contacto más directo con ella a través del lenguaje corporal. (CGE)

- ¿Como docente crees que se debería trabajar de forma más transversal los contenidos?

La expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones

Eee claro que, si A todos nos gustaría en el fondo, sin embargo, como has podido observar cada día en el aula es una carrera de fondo constante, por lo que llevar una coordinación entre el profesorado para que los contenidos se adquieran de manera transversal es muy difícil y muchos no están por la labor de colaborar.

3.2 Entrevista inicial alumnos

¿Os gustaría convertirlos en los protagonistas de “del revés”?

-Todos-Siii (CGE)

-Niña-Yo en miedo (IEN)

-Niña-Yo en tristeza (IEN)

-Niño-Yo en alegría (IEP)

¿Qué emociones aparecen en la película?

Niña-La azul (IEN)

- Profesora- ¿Y cómo se llama esa?

-Niña-No se

-Otra niña-Tristeza (IEN)

-Profesora muy bien ¿Quién más?

-Niño-Alegría (IEP)

-Niña-Enfado (IEN)

-Todos-Miedo (IEN)

-Profesora *Nos falta una...*

-Niños- ¿Quién?

-Profesora-*Era verde...*

Niño-**Asco (IEN)**

- ¿Queréis aprender a movernos como ellas?

-Todos-Siiiiii

-Profesora- *¿Y cómo se movían?*

-Niña-**Enfado echaba fuego (IEN)**

-Profesora-*Si vale, pero ¿Cómo se movía enfado?*

-Profesora-*Por ejemplo, rápido y con pasos fuertes*

-Niña-**tristeza lenta y con la cabeza triste (IEN)**

-Profesora-*Muy bien*

¿Cuál es vuestra emoción favorita?

-Mayoría- **La alegría (IEP)**

-Niño-**enfado (IEN)**

-Niña-**Asco porque lleva vestido (IEN)**

¿Tenéis ganas de pasarlo bien y aprender?

-Todos- **¡Si! ¡si! (CGE)**

-Todos- **Muchas (CGE)**

¿Qué vamos a hacer si tenemos algún problema?

-Niña-*Podemos decírselo a la profesora*

-Niño-**Si lo hablamos podemos solucionarlo (CGE)**

-Algunos-Siiii

-Niño-Pegando no

¿Qué vamos a aprender?

-Niña y Niño-El emocionario

-Profesora- Noo Chicos el emocionario es el libro con el que aprendemos las emociones, pero esta vez vamos a trabajarlas a través de nuestro cuerpo.

-Profesora- ¿Os apetece?

-Todos- ¡SI!

3.3 Diario profesor

Diario profesor 5 marzo

El desarrollo de la primera sesión se ha llevado a cabo con mucha motivación y creatividad en el aula (CS). Hemos llevado a cabo el visionado de la película Inside Out como introducción de las emociones en el aula. Después de verla hemos realizado tres actividades más que nos han servido como introducción del tema. El pinta caras ha sido todo un éxito ya que se han sentido del color de los personajes de la película y esto nos ha ayudado a la representación de dicha emoción. (EECP, EECN).

La actitud por parte de los niños ha sido inmejorable. A pesar de esto en según qué momentos de la película desconectaban por completo. En cuanto a las actividades la favorita por la mayoría ha sido el pinta caras. Han trabajado muy bien en equipo a la hora de representar la emoción de la película (CGE). Se ha podido observar desde el primer momento la cohesión grupal que trae este grupo de alumnos a pesar de su corta edad (CGE). Se claramente una identificación de las emociones, sin embargo, la mayoría asocia mejor las emociones positivas que las negativas (IEP). Tiene mucho que ver la situación emocional de cada niño a la hora del desarrollo de las sesiones. La expresión

de las emociones ha estado condicionada por lo que han visto en la película algo que confío que en las próximas sesiones sean mucho más creativas y consigamos que cada uno se exprese tan y como se siente, sin ser condicionado por como la sociedad nos ha enseñado a mostrarnos emocionalmente (CM).

Diario profesor 10 marzo

En esta sesión bajamos ya al gimnasio, los alumnos estaban impacientes ya que la que iba a desarrollar la sesión de educación física era yo. Además, se encontraban muy nerviosos por saber cómo íbamos a trabajar las emociones a través de la expresión corporal.

El calentamiento ha sido un motor muy bueno para introducir la sesión, les ha gustado mucho y ha sido un buen instrumento para los más despistados de la clase (IAA) Las actividades en general han sido exitosas, gracias al emocionario y la película vista el primer día el reconocimiento de cada emoción se ha llevado a cabo sin ningún problema (IEP, IEN). La aparición de la caja de las emociones les ha dejado atónitos, ha sido con la actividad que más se han enganchado a nivel de grupo (CGE).

La intervención por parte del alumnado nace del interés por aprender. Además, al estar fuera del aula, tienen menos miedo a la equivocación (IAA)

La tercera actividad ha sido la más creativa de la sesión sin embargo al no ser tan dirigida ha habido alumnos que no se encontraban metidos en la misma. (CM)

Diario profesor 12 de marzo

La amistad como motor de la sesión ha sido todo un éxito, como docente era la sesión de la que tenía mayores expectativas. Aun así, el alumnado a diferencia del martes estaba con más miedo debido a la situación que se nos avecinaba.

A pesar de la situación el alumnado ha utilizado esta sesión para evadirse de todo lo que pasaba en el mundo. Mi experiencia como monitora me ha permitido visualizar muchas veces la actividad de la ducha. Sin embargo, nunca había probado a realizarlo en un grupo tan unido, (CGE). A pesar de esto, comenzaron la actividad con la misma vergüenza que comienza cualquier grupo a los que había visto anteriormente.

Es una actividad que después de desarrollarla da un clic en el alumnado pasando a no tener vergüenza de nada. Por lo que fue un instrumento perfecto para el correcto desarrollo de la actividad 2 y 3

La actividad 2 he podido ver un alumnado creativo (CS), A pesar de esto hay alumnos que no son nada creativos y que se basan en la imitación del líder del grupo (NC)

En la actividad 3 he podido observar nuevamente la cohesión grupal que hay en esta clase. (CGE). En un trabajo de confianza como este, ya que uno de los compañeros carece del sentido de la vista he podido observar la capacidad de sociabilizarse para ganarse la confianza del otro (ECS)

La actividad 4 nuevamente vuelve a ser la menos exitosa, veo que es un grupo que necesita una dirección muy marcada a lo largo de las sesiones

Por último, me gustaría destacar la vuelta a la calma. Los masajes siempre son un éxito en los grupos de niños, pero con la unión de este ha sido mucho más cercano y especial. (CGE)

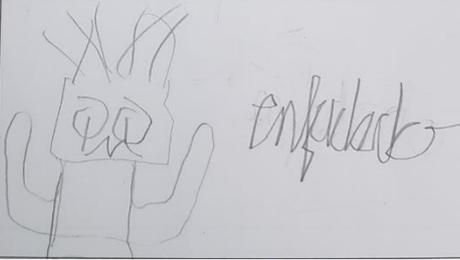
3.4 Diario de aprendizaje niños

Diario Aprendizaje	Poco	Normal	Mucho
5 Marzo			
¿Me esfuerzo?			<input checked="" type="checkbox"/>
¿Me porto bien?			<input checked="" type="checkbox"/>
¿Cuido los materiales?		<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			<input checked="" type="checkbox"/>
¿He participado?			<input checked="" type="checkbox"/>
¿He aprendido algo sobre las emociones?			<input checked="" type="checkbox"/>
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p><i>Tristeza</i></p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p><i>Alegria</i></p>  </div> </div>		

Interviene de forma activa (IAA)

Identificación emociones positivas (IEP)

Identificación emociones negativas (IEN)

Diario Aprendizaje 5 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?	<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Me porto bien?	<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Cuido los materiales?		<input checked="" type="checkbox"/>	
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?	<input checked="" type="checkbox"/>		
¿He participado?	<input checked="" type="checkbox"/>		
¿He aprendido algo sobre las emociones?	<input checked="" type="checkbox"/>		
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

Trabaja de forma individual (CGI)

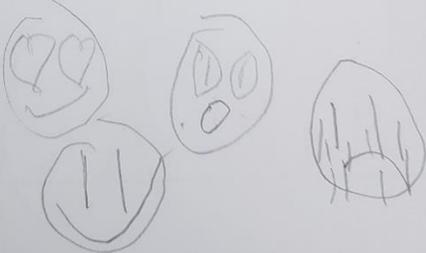
Interviene de forma activa (IAD)

Identificación emociones negativas (IEN)

Diario Aprendizaje 5 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			X
¿Me porto bien?			X
¿Cuido los materiales?			X
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			X
¿He participado?			X
¿He aprendido algo sobre las emociones?			X
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

Interviene de forma activa (IAA)

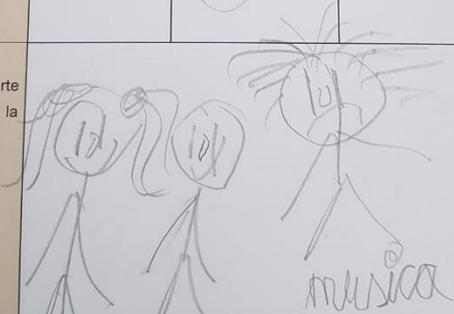
Identificación emociones positivas (IEP)

Diario Aprendizaje 10 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			✓
¿Me porto bien?			✓
¿Cuido los materiales?			✓
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			✓
¿He participado?			✓
¿He aprendido algo sobre las emociones?			✓
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

Interviene de forma activa (IAA)

Identificación emociones positivas (IEP)

Identificación emociones negativas (IEN)

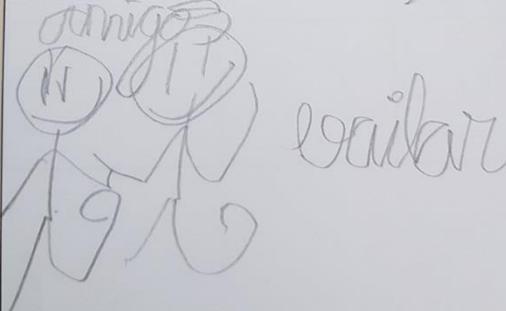
Diario Aprendizaje 10 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			
¿Me porto bien?			
¿Cuido los materiales?			
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			
¿He participado?			
¿He aprendido algo sobre las emociones?			
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

Interviene solo con ayuda del docente (IAD)

Identificación emociones positivas (IEP)

Identificación emociones negativas (IEN)

Expresión corporal emociones positivas (EECP)

Diario Aprendizaje 10 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			Si
¿Me porto bien?			A veces
¿Cuido los materiales?			Si
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			Si
¿He participado?			X
¿He aprendido algo sobre las emociones?			X
Dibuja tu parte favorita de la sesión de hoy			

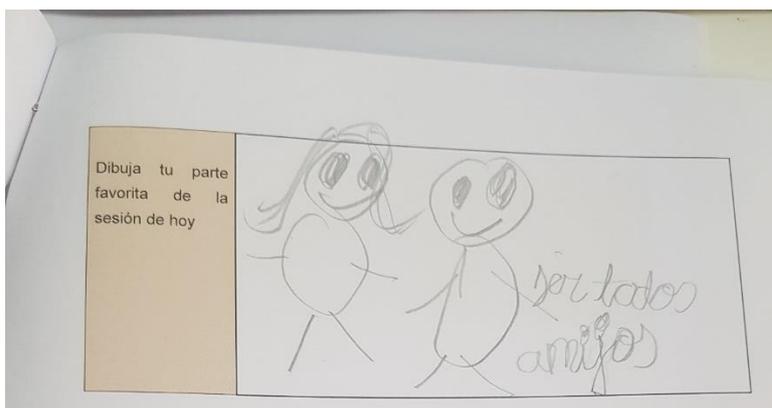
Interviene de forma activa (IAA)

Identificación emociones positivas (IEP)

Identificación emociones negativas (IEN)

Expresión corporal emociones positivas (EECP)

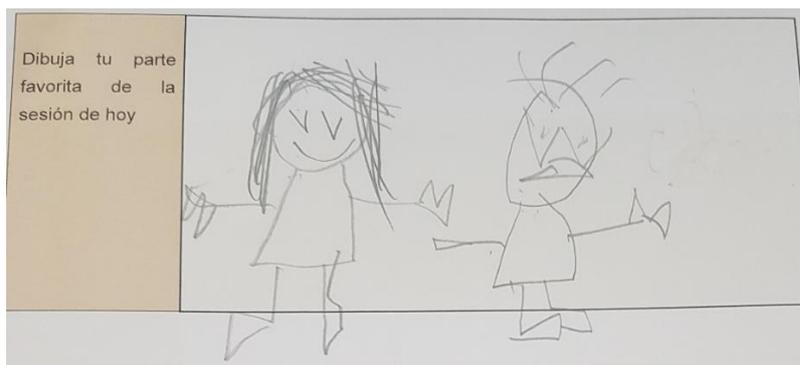
Diario Aprendizaje 12 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			✓
¿Me porto bien?			✓
¿Cuido los materiales?			✓
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			✓
¿He participado?			✓
¿He aprendido algo sobre las emociones?			✓



Trabajo en equipo (CGE)

Utiliza la expresión corporal para sociabilizarse (ECS)

Diario Aprendizaje 12 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?	X		
¿Me porto bien?	X		
¿Cuido los materiales?	X		
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?	X		
¿He participado?	X		
¿He aprendido algo sobre las emociones?	X		



Identificación emociones negativas (IEN)

Interviene solo con ayuda del docente (IAD)

Trabaja de forma individual (CGI)

Diario Aprendizaje 12 Marzo	Poco 	Normal 	Mucho 
¿Me esfuerzo?			X
¿Me porto bien?			X
¿Cuido los materiales?			X
¿Ayudo y respeto a mis compañeros?			X
¿He participado?			X
¿He aprendido algo sobre las emociones?			X

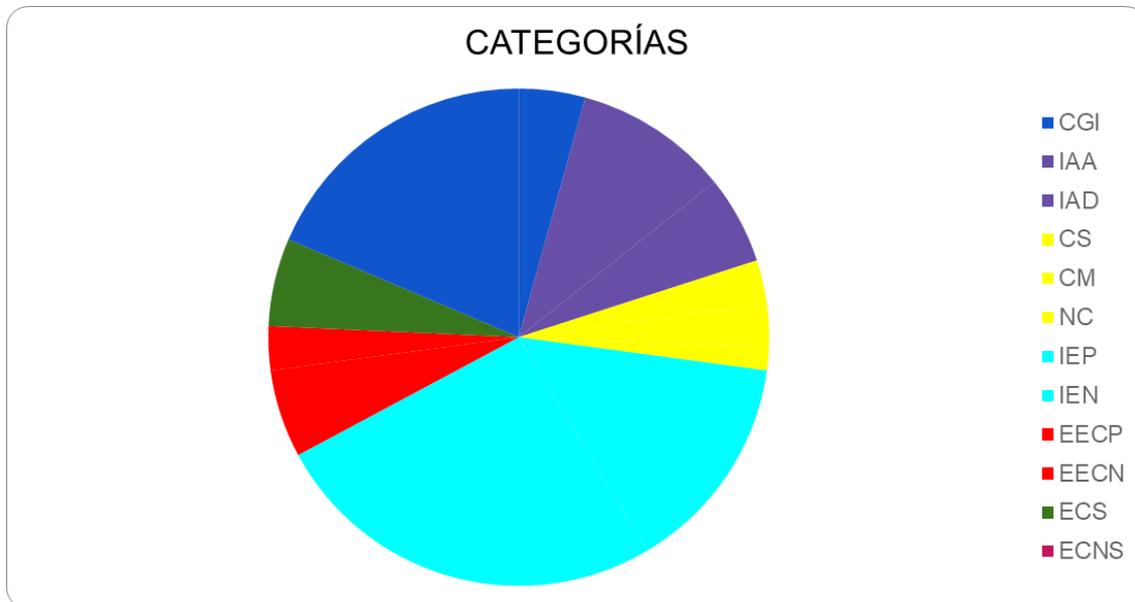


Trabajo en equipo (CGE)

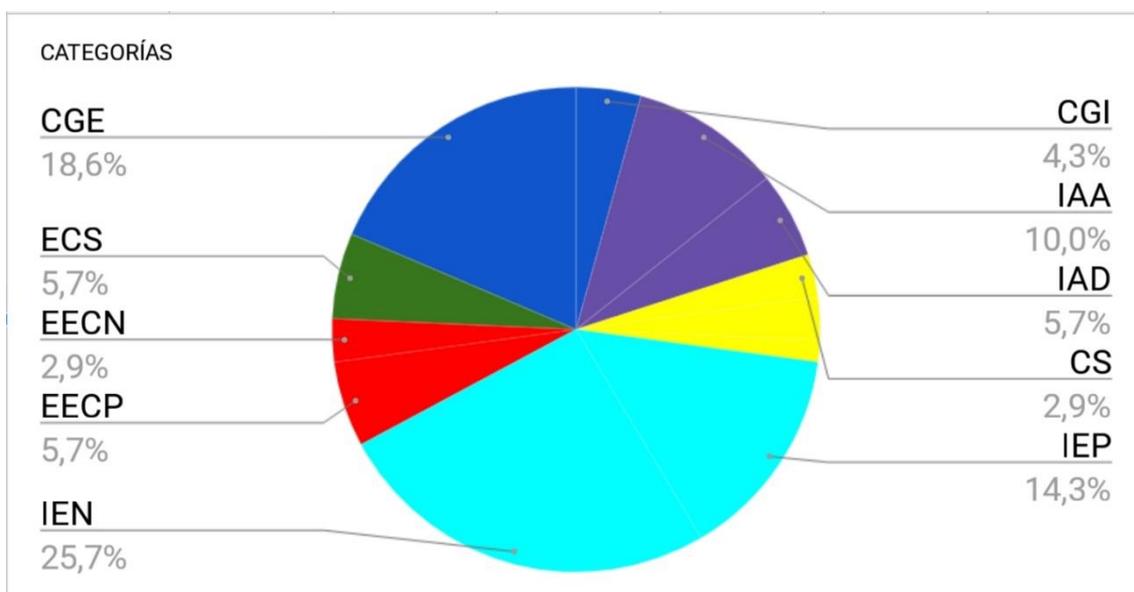
Utiliza la expresión corporal para sociabilizarse (ECS)

4. ANÁLISIS COMPUTO DE TENDENCIAS

En el siguiente análisis vamos a ir analizando todas las eventualidades del proyecto. No queremos ser pretenciosos, simplemente queremos exponer la experiencia vivida en el aula. Debido a la situación del COVID19 solo se han podido llevar a cabo el registro de 3 sesiones desarrolladas en el aula. Para llevar a cabo este análisis nos vamos a basar en la experiencia vivida, y las preguntas que nos planteábamos en el inicio de este TFG. Todo esto dividido en cuatro niveles de análisis: el primero de ellos por categorías, el segundo por subcategorías, sesiones y por último instrumentos. Este análisis de datos es una muestra del desarrollo de este, si la situación nos hubiese permitido llevar a cabo un registro de todas las sesiones



4.1.1 Primer nivel de análisis por categorías



El siguiente gráfico nos ofrece una visión general de las categorías que mayor tendencia han tenido a lo largo del desarrollo de las tres sesiones *cohesión grupal* 22,9%, *intervención* 15,7%, *identificación emociones* 30%. Vemos como las actividades planteadas en el proyecto, incentivan al acercamiento del alumnado obteniendo así una cohesión grupal más fuerte y un sentimiento de grupo muy diferente al que encontrábamos previamente al desarrollo del proyecto.

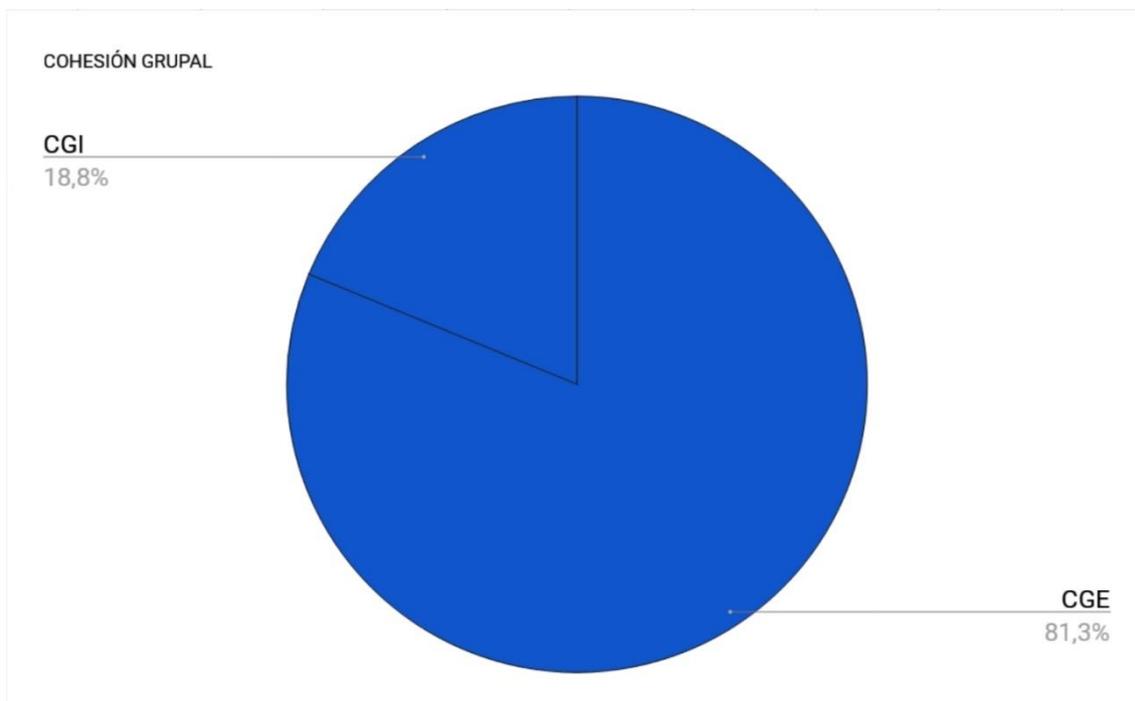
Observamos también la alta tendencia de la intervención del alumnado en el desarrollo de las actividades, esto es debido a la motivación que ofrecen las actividades y la implicación personal que necesitan para llevar a cabo un correcto desarrollo de la sesión.

Por último, observamos la capacidad del alumnado para llevar a cabo la identificación tanto de emociones positivas como negativas, todo esto a través de la expresión corporal. Vemos por lo tanto que el trabajo de las emociones a través de la expresión corporal ofrece resultados muy positivos a la hora de llevar a cabo un reconocimiento de las emociones más vivencial y significativo.

Observamos también que las categorías de la *creatividad 2,9%* y la *expresión corporal 8,6%* tienen una tendencia muy similar en el siguiente gráfico. Podemos decir por tanto que a lo largo de las sesiones la motivación se ha visto muy influenciada en la expresión corporal de las emociones. Cuánto más creativo este el alumnado a lo largo de la sesión, mayor facilidad a la hora de expresarse corporalmente.

El aula es un espacio limitado de movimiento, por lo que no favorece a la adquisición de habilidades sociales con el resto de los compañeros. Sin embargo, el gimnasio es un espacio habilitado para fomentar las habilidades sociales y el contacto. Vemos como gracias a las sesiones desarrolladas en el gimnasio existe una tendencia de sociabilización del alumnado a través de la expresión corporal. Sentir, expresar, movernos favorece el acercamiento entre el alumnado ya que tanto el espacio como el tipo de actividades fomentan esto.

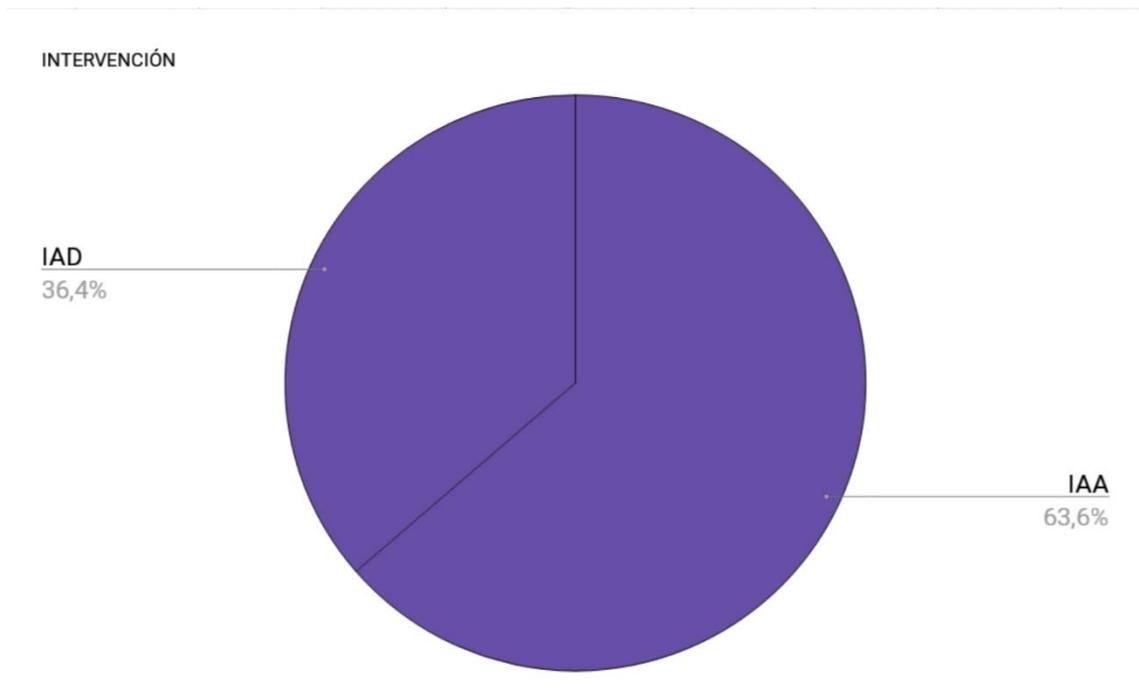
4.1.2 Segundo nivel de análisis por subcategorías



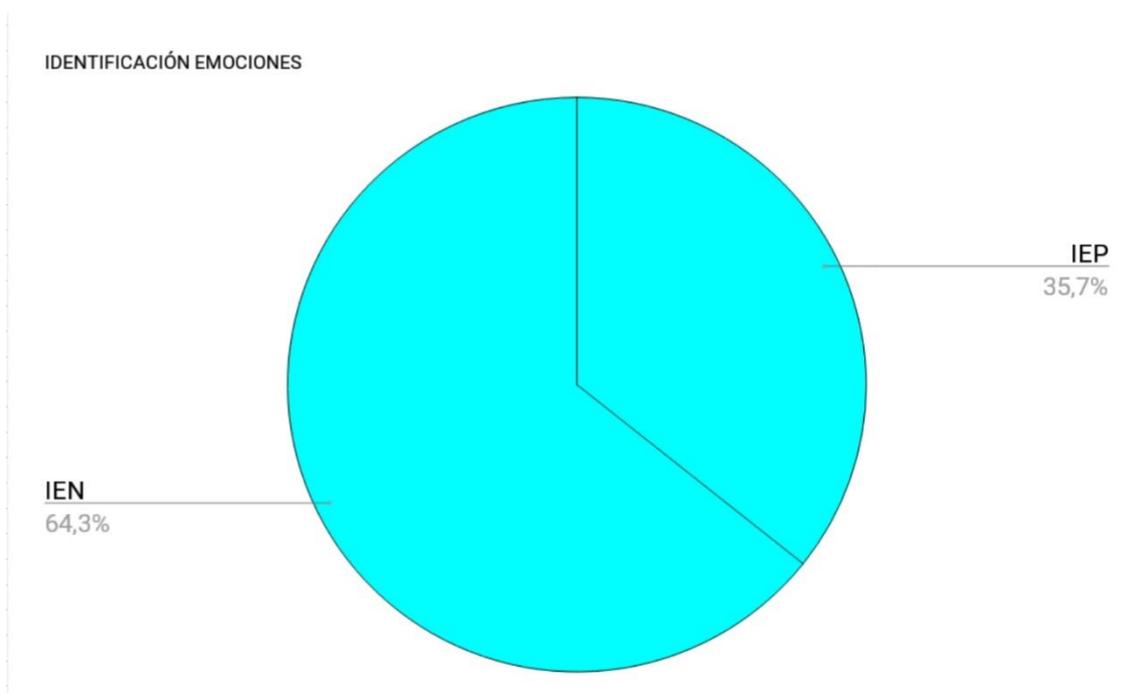
La cohesión grupal es una de las categorías con más tendencia en los gráficos de los diferentes niveles de análisis. Además de esto, nos permite responder a dos de las preguntas realizadas en el inicio de este TFG. Nos preguntábamos si visualizaríamos un acercamiento entre los diferentes individuos, creando un sentimiento de grupo mucho mayor que el que poseían. *Vemos en el siguiente grafico la tendencia de la CGE 81,3%*, es decir el trabajo en equipo es una subcategoría que podemos clasificar como la base en el desarrollo de las sesiones. *Dejando de lado por lo tanto el CGI 18,8%*, trabajo individual en niveles muy bajos.

El trabajo individual en las sesiones se ha dado en ocasiones muy excepcionales, en los que el alumnado poseía una carga emocional negativa ese día muy grande, por lo que resultaba complicado el trabajo en equipo y la relación con el resto de los individuos. Esta cohesión grupal ha facilitado un desarrollo de la confianza y compañerismo a lo largo de las sesiones, debido a esto los conflictos apenas han estado presentes en su desarrollo.

Por todo lo anterior podemos concluir, que gracias a la cohesión grupal presente en el grupo a lo largo de las sesiones ha facilitado al alumnado a la hora de expresar corporalmente sus emociones, tanto positivas como negativas. Todo esto en un clima de confianza y sentimiento de grupo mucho mayor.



En lo que a la intervención se refiere vemos como existe *una tendencia de intervención activa por parte del alumnado IAA 63,6%*. Sin embargo, *observamos una alta presencia de la intervención con ayuda del docente IAD 36,4%*. Es un grupo que esta poco acostumbrado a intervenir de forma activa en las actividades por lo que, la ayuda del docente ha sido también importante a la hora del desarrollo de las sesiones. A pesar de esta dificultad, observamos como el desarrollo de las sesiones ha favorecido al desarrollo de la intervención activa del alumnado, creando individuos más participativos, sin miedo a la equivocación. La cohesión grupal ha podido influenciar de forma positiva en este desarrollo, ya que al poseer un cohesión grupal mucho mayor, el miedo a intervenir y equivocarse del alumnado se reduce.

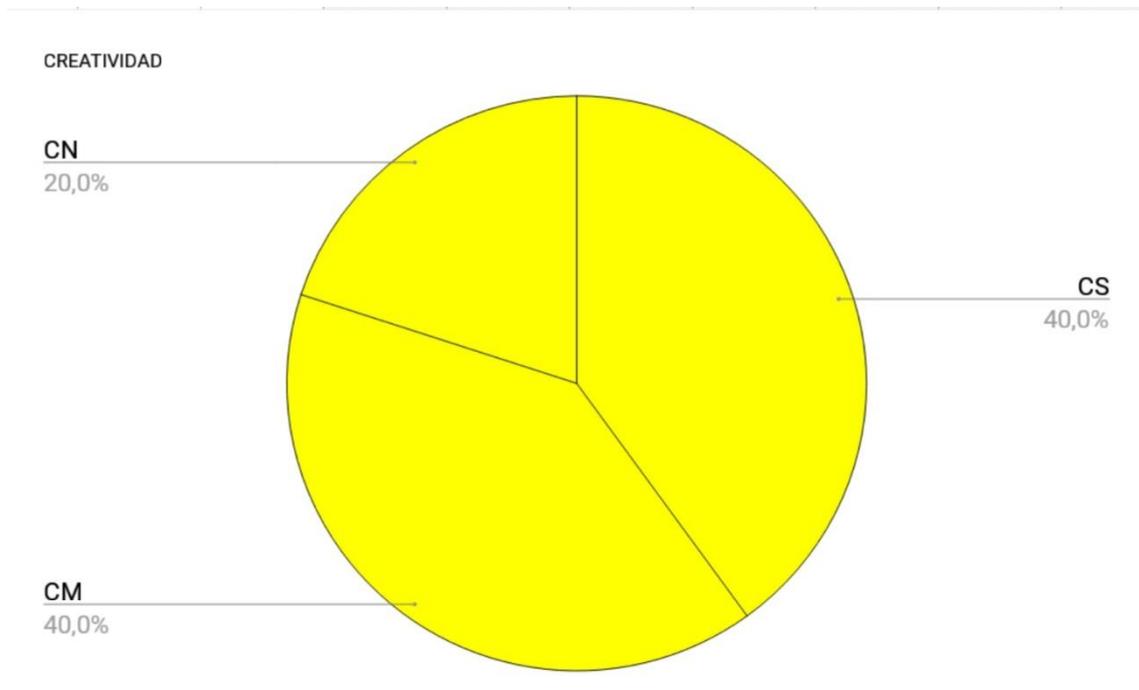


La identificación de emociones es la subcategoría con mayor tendencia del análisis. Vemos aun, así como el alumnado tiene mayor capacidad para *la identificación de las emociones negativas IEN 64,3%*. Uno de los motivos por lo que ocurre esto, puede ser la importancia y centralización de las emociones negativas en nuestro día a día. Es decir, la mayor parte de los individuos nos preocupamos por reconocer las emociones negativas, y dejamos de lado las positivas.

Con esto, he podido ver la importancia de valorar cuando el alumnado siente emociones positivas. La importancia de hacer sitio a esos sentimientos. Ya que los sentimientos positivos son los que nos hacen sentirnos bien cada día. Sin embargo, *si la identificación IEP 35,7% nos resulta difícil*, no sabemos que estamos sintiendo y por que

Me gustaría destacar que dentro de la identificación de las emociones negativas la identificación del enfado y la tristeza les provoca una confusión en numerosas ocasiones. En cuanto a la identificación de emociones positivas, el reconocimiento y distinción de estas no les produce confusiones.

Por todo lo mencionado anteriormente podemos afirmar que la expresión corporal facilita el reconocimiento de las emociones positivas y negativas en el alumnado. Gracias al desarrollo de las sesiones hemos percibido que trabajar las emociones de forma vivencial favorece el reconocimiento de estas.

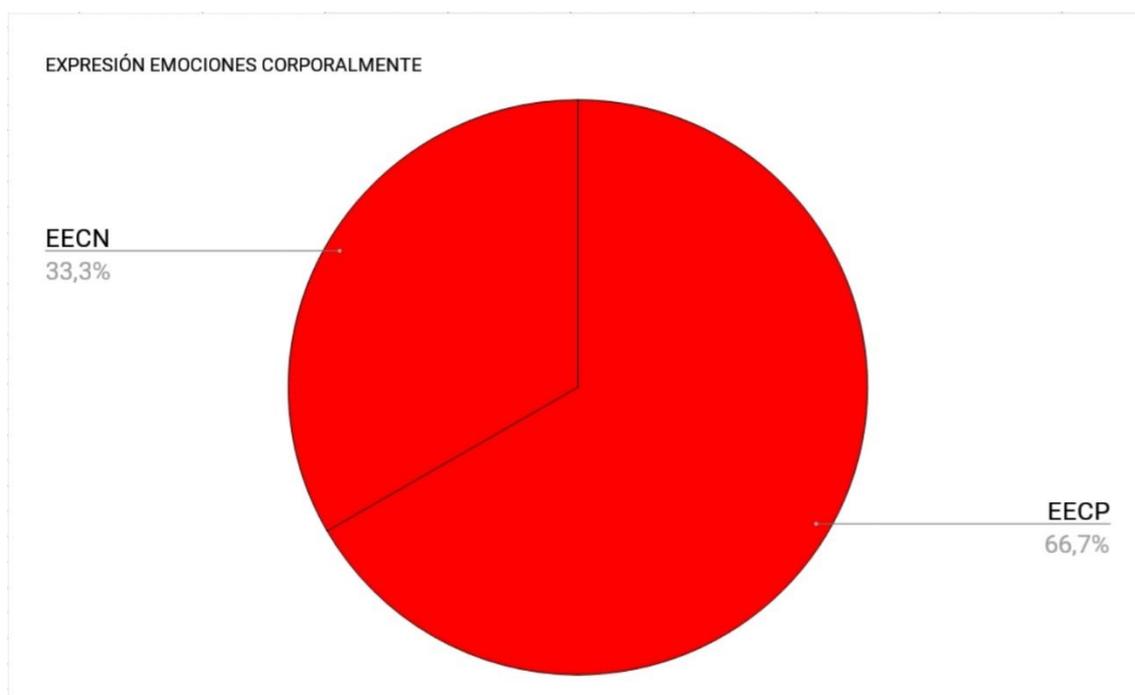


Como hemos visto en el análisis previo de las categorías la motivación y la expresión corporal iban de la mano. Sin embargo, en el siguiente gráfico vamos a realizar un análisis más exhaustivo de la motivación. Esta categoría se encuentra dividida en tres subcategorías.

Observamos que la que *mayor tendencia tiene en el gráfico es la CS 40%*, es decir la presencia de creatividad en el alumnado frente a cualquier actividad presentada. Dos de las preguntas planteadas previamente, estaban íntimamente relacionadas con la creatividad. Con el siguiente gráfico podemos observar que, a pesar de llevar a cabo el desarrollo de tres sesiones la creatividad frente a las actividades planteadas se encuentra presente.

Por lo que hemos conseguido despertar dicha creatividad en el alumnado. Vemos también que existe *una tendencia elevada con la subcategoría CM 40%*, es decir la presencia de la motivación en las actividades que motivan a serlo. Por lo que podemos afirmar que el proyecto consta de unas actividades que despiertan la motivación del alumnado en su desarrollo.

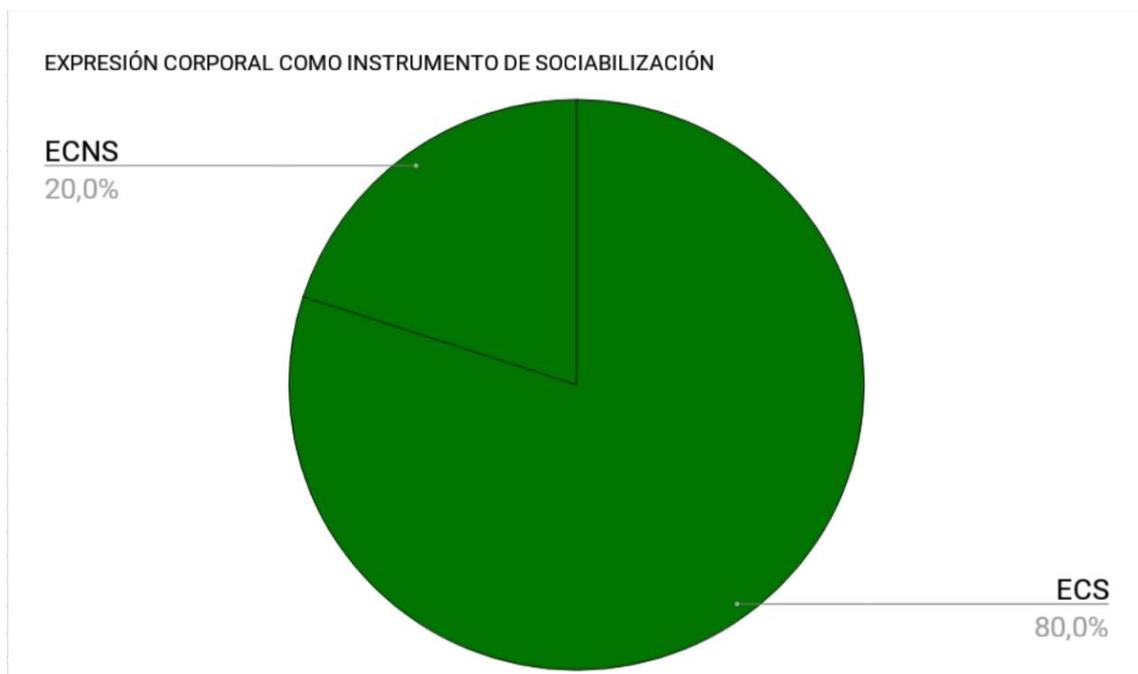
Por último, observamos *una escasa tendencia hacia la CN 20%* la presencia de esta subcategoría se ha visto influenciada por el alumnado con dificultades personales y familiares en casa, los cuales se encuentran en una situación vulnerable y no sienten la motivación a la hora de desarrollar ningún tipo de actividad. Esto se verá reflejado con mayor claridad a la hora del análisis de los instrumentos.



En el siguiente gráfico vamos a realizar el análisis de las tendencias relacionadas con la categoría de expresión emociones corporalmente. Observamos como el gráfico se encuentra dividido en dos subcategorías. *La EEC 66,7%, abarca un espacio del gráfico mucho mayor que la EECN 33,3%.*

A pesar de que la identificación de las emociones negativas era mucho mayor que el de las positivas, en la expresión corporal encontramos una tendencia completamente diferente. La expresión corporal de las emociones positivas le resulta mucho más fácil al alumnado. Quizás a pesar de identificar con mayor facilidad las emociones negativas, la expresión de estas nos resulta mucho más complicado. Sin embargo, la *EECP* resulta ser una tendencia muy presente.

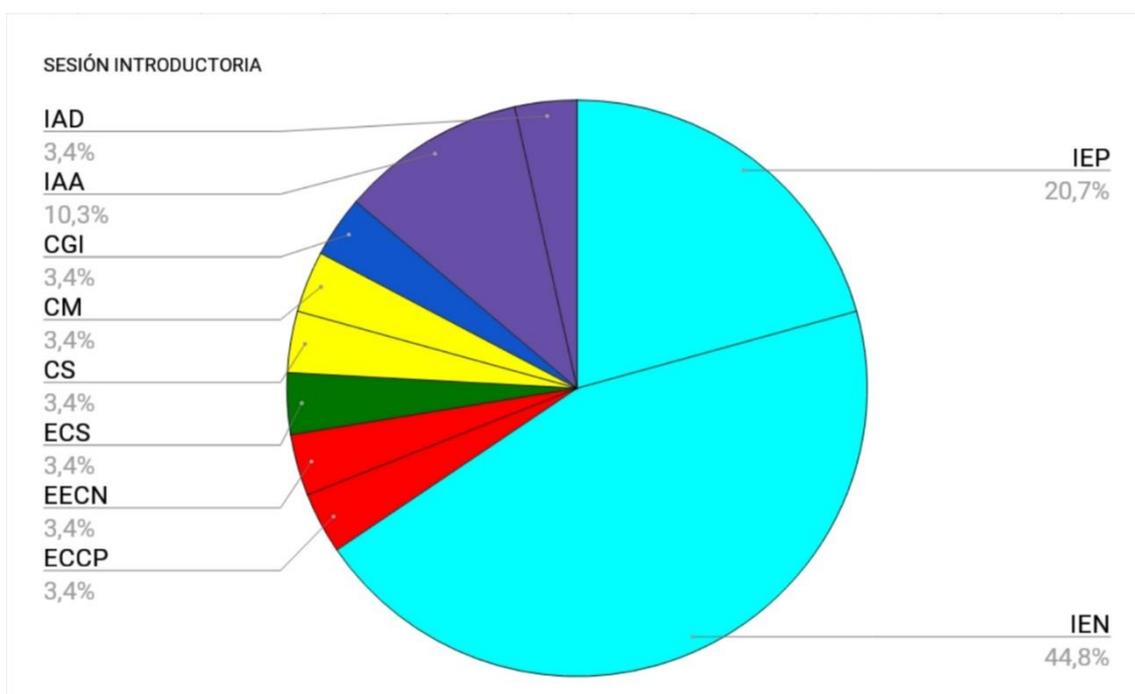
Expresar corporalmente lo que sentimos no nos resulta complicado, y más cuando estas emociones son positivas y están relacionadas con experiencias que nos provocan sentimientos bonitos. Por todo lo anteriormente dicho podemos afirmar que la expresión corporal de las emociones es otro de los pilares básicos a la hora del desarrollo del TFG.



En el último gráfico de este nivel vamos a llevar a cabo el análisis de las tendencias relacionadas con la expresión corporal como instrumento de sociabilización en el aula. Observamos *una tendencia superior de ECS 80%*, esto quiere decir que el alumnado a lo largo de las sesiones ha utilizado la expresión corporal como recurso para comunicarse con el resto de los individuos.

Puede que muchas de estas acciones se hayan producido de forma inconsciente, sin embargo, con mi observación en el desarrollo de las sesiones, he podido ver que las actividades cumplen con el objetivo de utilizar el cuerpo como mecanismo comunicativo en este caso para la transmisión de emociones y sentimientos. A pesar de esto, observamos *una ligera tendencia hacia la ECNS 20%*, esto se debe a la actitud de un par de niños con dificultades para comunicarse con sus iguales. Aun así, en alguna de las actividades se ha producido un avance en su comunicación corporal.

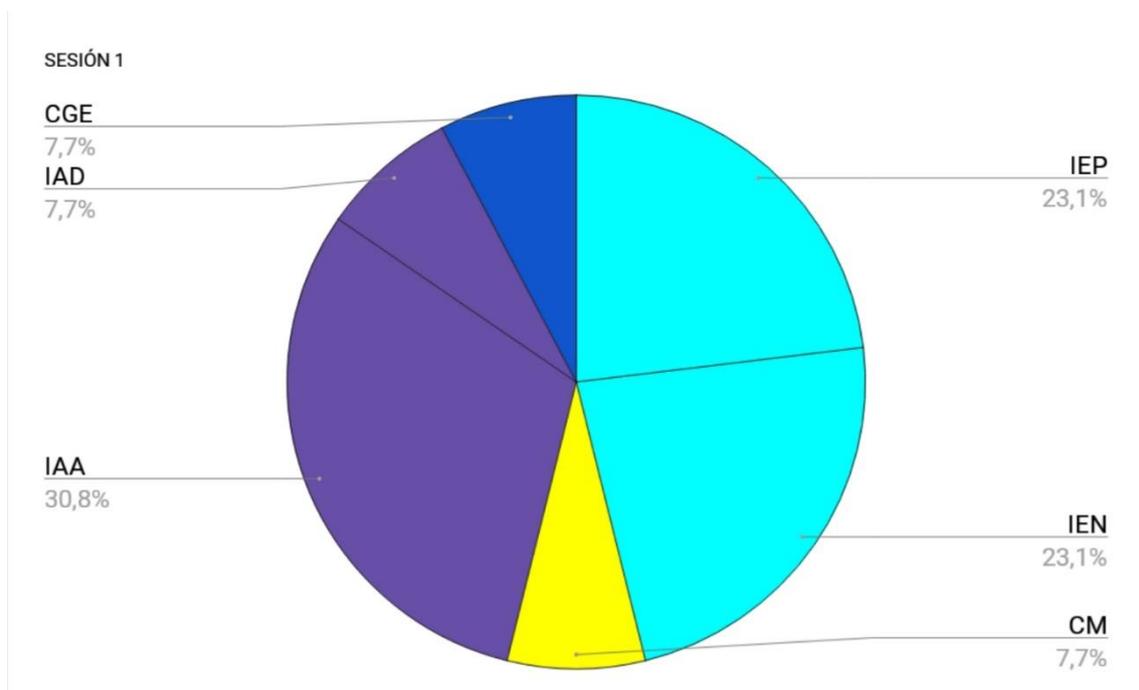
4.1.3 Tercer nivel de análisis por sesiones



En el siguiente gráfico vamos a realizar el análisis de tendencias en la sesión introductoria. A pesar de ser la primera sesión desarrollarse en el aula, se encuentran presentes todas las subcategorías de nuestro sistema de categorías. Esto, nos refleja que, a pesar de ser la primera sesión para el alumnado, es un proyecto que comienza con fuerza y provocando cosas a nuestro alumnado.

La identificación de emociones tanto positivas como negativas *son las subcategorías con mayor presencia en nuestro gráfico 65,5%*. Cumple con nuestros objetivos ya que, al ser la primera sesión, el objetivo principal era el reconocimiento de las emociones que íbamos a trabajar a lo largo de todo el proyecto. *Vemos también la que la intervención 13,7% del alumnado en esta sesión ha tomado mucha importancia*, esto es reflejo de la motivación y el despertar de la curiosidad por aprender cosas nuevas.

Es por esto por lo que, la creatividad es la tercera tendencia más importante en este *gráfico cogiendo un peso muy importante 7,8*, comenzar una experiencia fomentando la creatividad es muy importante a la hora del desarrollo de las próximas sesiones

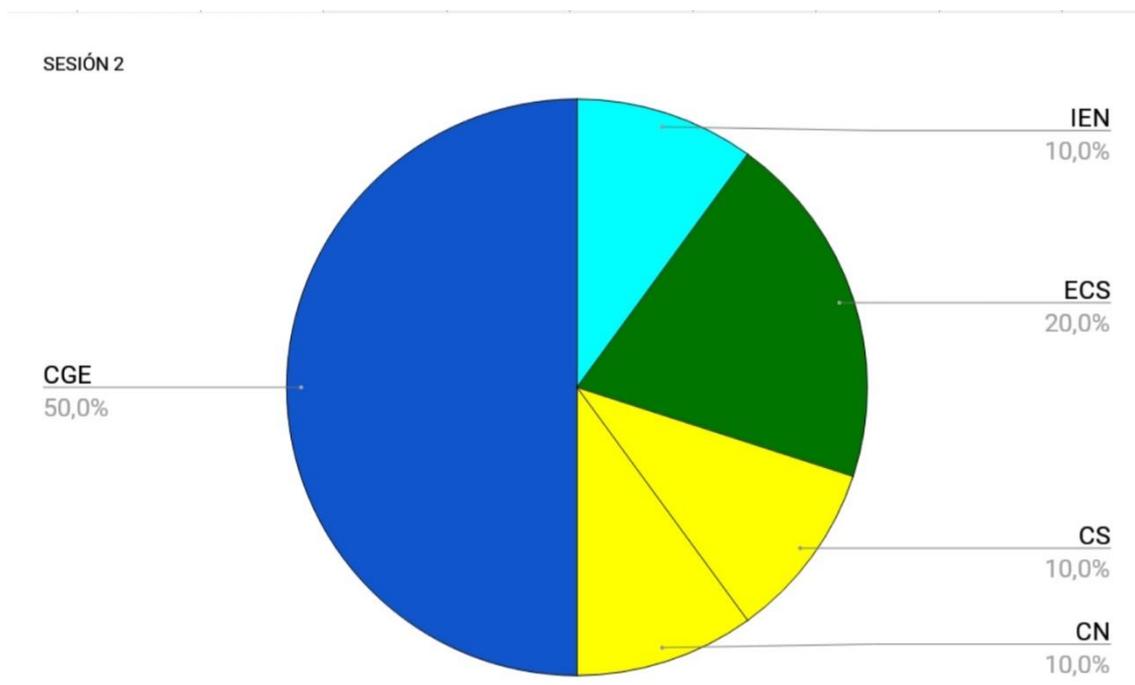


En el siguiente gráfico continuamos con el análisis de tendencias en las sesiones. En este caso la primera sesión, el alumnado estaba extremadamente participativo. Vemos un reflejo de esta actitud en el gráfico *siendo la intervención la tendencia de las subcategorías más importantes 38,5%*.

Además de esto, observamos que dentro de la intervención *la IAA 30,8% tiene mayor tendencia en el gráfico*, es decir el alumnado interviene de forma activa en la mayor parte de las actividades, siendo una minoría la que participa con ayuda del docente.

Vemos también la importancia que toma nuevamente la identificación de emociones, en este caso la IEP Y IEN tienen el mismo porcentaje en el gráfico 23,1%.

Es por esto, por lo que las actividades han favorecido a la identificación igualitaria de ambos tipos de emociones. Observamos también como la CM y la CGE, poseen el mismo porcentaje 7,7%. En esta sesión se pudo ver cómo afecta la cohesión grupal a la hora de la creatividad presente en el grupo, es decir conforme más se unía el grupo mayor creatividad se presentaba en el desarrollo de las actividades.



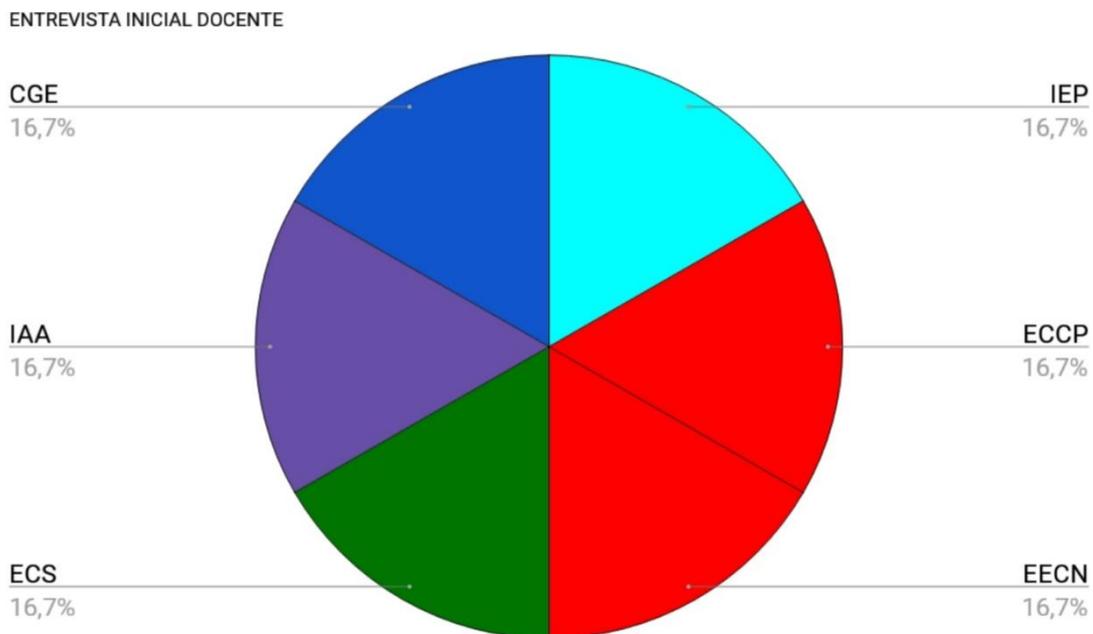
En el último gráfico de análisis de sesiones, observamos un cambio de tendencias. En una sesión basada en el trabajo de la amistad, vemos como la CGE 50% ocupa la mitad del gráfico de esta sesión. El gráfico refleja con total claridad los objetivos que se querían cumplir con el desarrollo de las actividades. Era una sesión preparada para crear una unión de grupo, que fomentase la confianza en el grupo y la aceptación de cada uno de los individuos de este.

Vemos como esta cohesión grupal, dispara el uso del cuerpo como instrumento de sociabilización, ya que cuanto mayor confianza tenemos y mayor aceptación en un grupo

creamos un ambiente de desinhibición corporal del alumnado que se pudo ver claramente con el desarrollo de la sesión. *Toda esta desinhibición despierta la creatividad CS 10%* (presente en el gráfico) del alumnado paralelamente, mostrando un interés por sentir y vivir cosas nuevas mucho mayor.

A pesar de esto, observamos una tendencia de la CN 10% a lo largo de las sesiones a pesar de fomentar la creatividad en cada una de ellas, una gran minoría del alumnado presenta dificultades a la hora del desarrollo de esta creatividad. Algo preocupante ya que tienen una edad en la que son seres muy creativos y me preocupa la inexistencia de creatividad en algunos de ellos.

4.1.4 Cuarto nivel de análisis por instrumentos

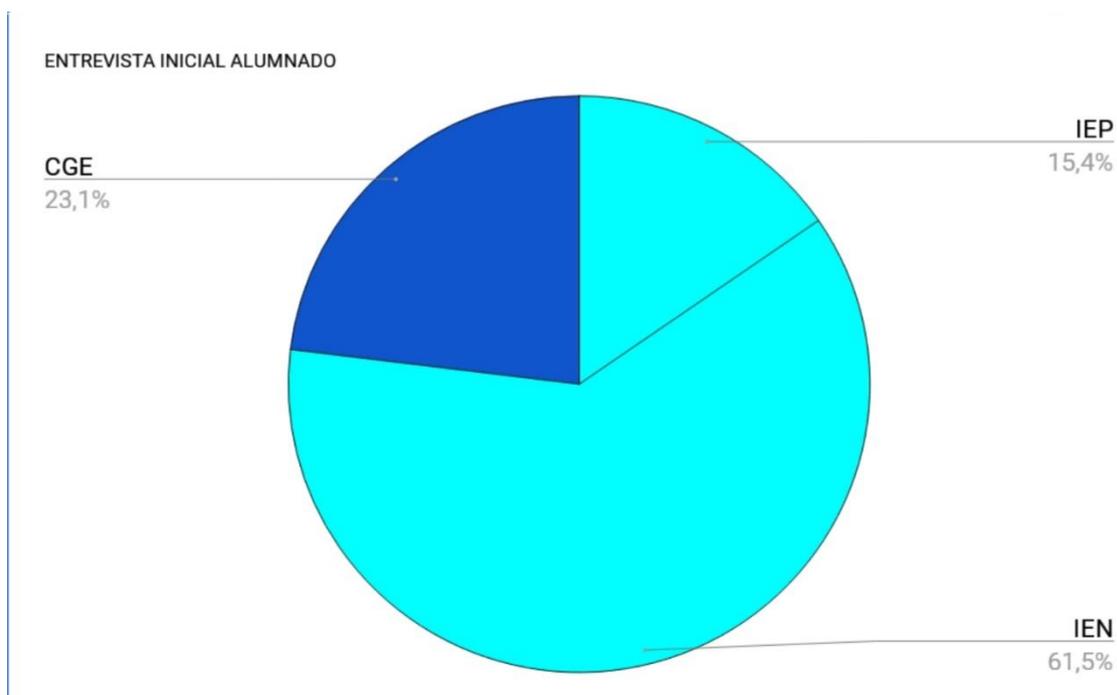


El siguiente gráfico nos presenta las tendencias obtenidas con el análisis del instrumento a la entrevista del profesor. Observamos la presencia de cinco subcategorías, de forma

equitativa. Es un gráfico que refleja las expectativas del docente en este caso de Educación Física sobre sus alumnos a la hora del desarrollo de las sesiones.

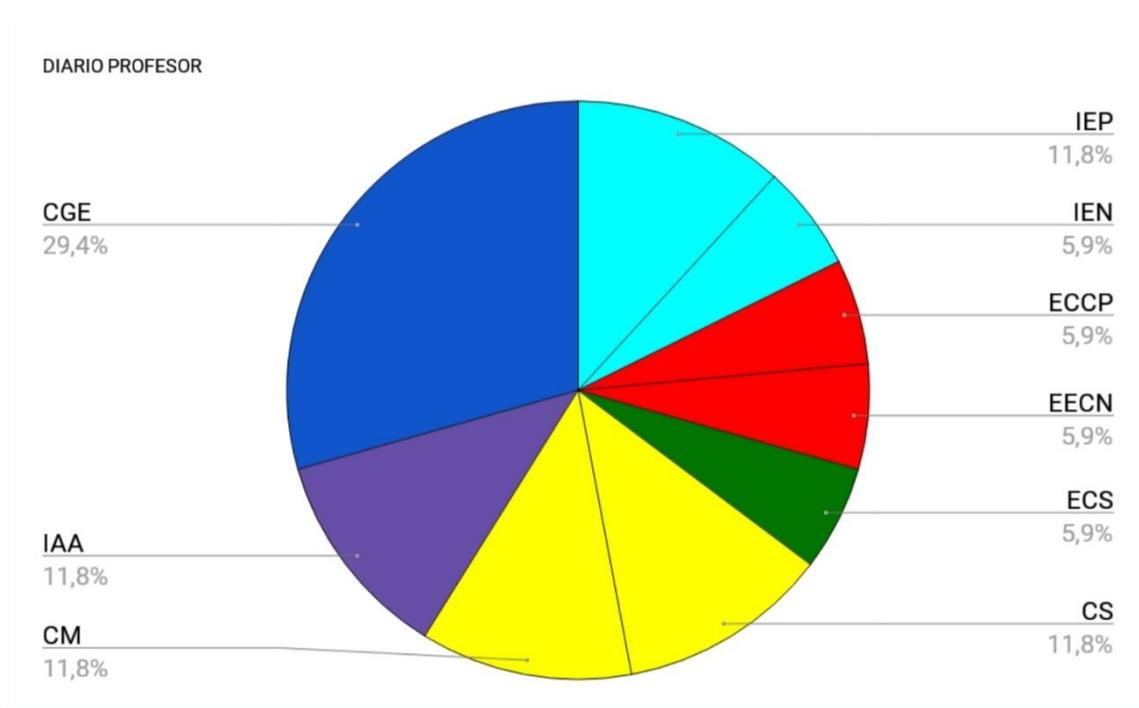
Observamos la falta de la subcategoría relacionada con la creatividad, algo que llama la atención porque es el ciclo inferior de primaria, dónde los seres creativos deberían estar presentes en el desarrollo de cualquier tipo de actividad. No obstante, vemos como las expectativas del docente están basadas en el desarrollo de una cohesión grupal *CGE 16,7%*, un *alumnado participativo*, y con altas expectativas del *uso de la expresión corporal tanto como instrumento de sociabilización ECS 16,7%*.

A continuación, añadimos una de las respuestas del docente en la entrevista relacionadas con la siguiente subcategoría: “La educación física se basa en una experimentación con el cuerpo, aprender experimentando es lo más motivador que podemos ofrecerle a nuestro alumnado”. La presencia de cinco de las seis subcategorías en las expectativas del docente, antes de llevar a cabo el desarrollo de la sesión me parece muy importante ya que es el que conoce a su alumnado. Por lo que gracias al uso de este instrumento supe que el proyecto que iba a llevar a cabo iba a funcionar y cumplir muchos de los objetivos que me había propuesto.



La entrevista al alumnado es otro de los instrumentos que me permitieron visualizar las expectativas de estos. Sin embargo, son unas expectativas que reciben un cambio muy importante, y que veremos reflejado en el análisis del diario de aprendizaje del alumnado.

No obstante, observamos un gráfico con una tendencia elevada hacia la *identificación de emociones IEP IEN* 76,9 % esta facilidad a la hora de identificar las emociones se produce por el trabajo previo de las mismas a lo largo del curso. La *cohesión grupal CGE* es otra de las categorías que observamos en este gráfico 23,1%, es un grupo que presentaba una unión muy fuerte antes de llevar a cabo el desarrollo del proyecto.



En el siguiente gráfico vemos un reflejo cuantitativo del diario de aprendizaje del profesor. En un análisis general podemos observar la presencia de las seis subcategorías. Esto es algo muy positivo ya que se ha visto reflejado en el desarrollo de las diferentes

sesiones las categorías de nuestro sistema. *La CGE 29,4% es la que mayor importancia toma en el gráfico.* A continuación, presentamos uno de los fragmentos del diario del profesor:

“Han trabajado muy bien en equipo a la hora de representar la emoción de la película”. Se ha podido observar desde el primer momento la cohesión grupal que trae este grupo de alumnos a pesar de su corta edad (CGE).

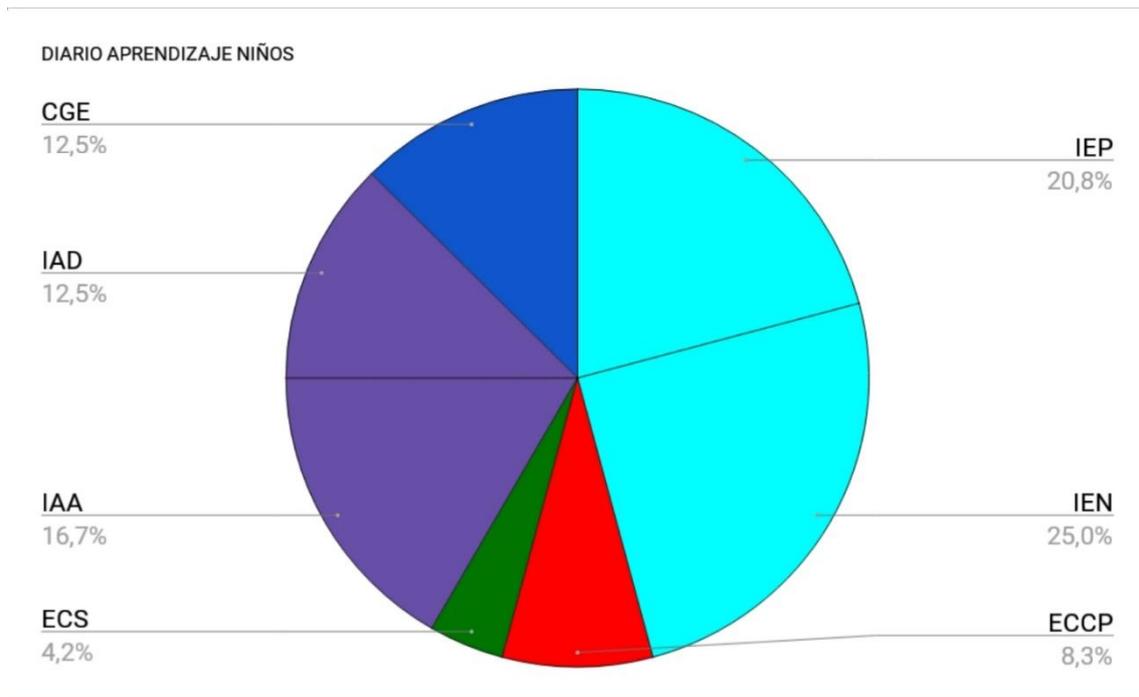
Esto nos refleja que el docente ha observado de manera incidente la existencia de una cohesión grupal mayor a medida que se desarrollaban las sesiones. *La segunda tendencia más importante es la CS Y CM 11,8%*, A continuación, se presenta una anotación del docente en su diario:

“El desarrollo de la primera sesión se ha llevado a cabo con mucha motivación y creatividad en el aula”.

Como indicaba anteriormente la creatividad no se encontraba presente en las expectativas del docente, sin embargo, vemos como es una de las tendencias más importantes en el desarrollo de las sesiones.

Sigue existiendo una amplia tendencia en lo que hace referencia a la identificación de las emociones. Vemos también la presencia de la ECCP Y EECN 5,9% es decir las sesiones no se quedan en una simple identificación, sino que el alumnado es capaz de expresarlas corporalmente.

Todo esto enmarcado en la IAA 11,8% y ECS 5,9% es decir un porcentaje elevado tanto de intervención en las actividades como en la sociabilización entre individuos dentro de las mismas.



Este último gráfico, me parece uno de los más importantes ya que refleja de forma cuantitativa, las vivencias que ha tenido el alumnado con el desarrollo de cada una de las sesiones.

Observamos como el alumnado se ha sentido capaz de identificar sus emociones y las del resto de individuos a través de la expresión *corporal* siendo la IEP Y IEN 45,8%, una de las más importantes en este gráfico. Vemos también la presencia de la ECCP 8,3%, es decir, no solo ha facilitado la expresión corporal a su identificación, sino que ha permitido al alumnado a expresar las emociones corporalmente.

Observamos también como la *intervención del alumnado forma parte de este gráfico ocupando un 30% del mismo*. Por lo que el alumnado reconoce a pesar de su corta edad, que ha participado de forma activa en el desarrollo de las diferentes sesiones.

Observamos como la creatividad no está presente en el gráfico, podíamos analizarlo como algo negativo. Sin embargo, desde mi experiencia y vivencia en el aula, he podido analizar que los niños y niñas son seres creativos sin saberlo, no buscan una creatividad, la poseen. Simplemente son actividades pensadas para el desarrollo inconsciente de la creatividad en el alumna

▪ CONCLUSIONES Y CUESTIONES ABIERTAS

Tras el análisis de los gráficos podemos afirmar que nos encontramos en la línea de estudio planteada. A pesar de la situación excepcional de COVID19, que nos ha permitido desarrollar solo tres sesiones. Hemos observado se presentan las diferentes categorías y subcategorías de nuestro sistema, además de dar respuesta a muchas de las preguntas planteadas en el inicio de este TFG.

En el trabajo se plantea la expresión corporal como instrumento de comunicación y gestión de emociones. Las emociones se comunican a través del lenguaje corporal cuerpo-cara. A su vez la psicomotricidad, hace uso de la expresión corporal para la transmisión de sentimientos e ideas a través del cuerpo. Tras el estudio realizado basado en dos marcos principales por un lado el teórico y por otro lado el metodológico. Y su posterior análisis de gráficos, tras la creación de un sistema de categorías podemos afirmar que el trabajo transversal de las emociones y la expresión corporal facilitan la comunicación y gestión de emociones.

A nivel emocional, podemos afirmar que el trabajo de las emociones a través de la expresión corporal ha facilitado al alumnado a la hora de identificar las emociones tanto positivas como negativas. Además de esto, debido a la mejora en la autorregulación de las emociones, el clima en el aula ha mejorado, los conflictos son menores y se contribuye a la comunicación de sentimientos e ideas a la hora de resolverlos. Además de todo lo dicho anteriormente, se observa una mejora de la confianza en uno mismo y del autoestima del alumnado.

A nivel corporal, podemos decir que tal y como indican los análisis estudiados previamente. Podemos afirmar que la expresión corporal es un concepto que se sitúa mucho más allá de la simple asociación con el baile. Gracias a la expresión corporal, se ha llevado a cabo una identificación de las emociones tanto positivas como negativas con mayor facilidad. Además, la expresión de estas, haciendo uso de los recursos

expresivos del cuerpo. Todo esto, ha fomentado la cohesión grupal y el autoestima del alumnado.

Debemos de insistir que todos los planteamientos anteriores son tendencias y que creemos positivamente que en el transcurso y desarrollo de todo el proyecto cuando lo podamos llevar a cabo esta tendencia probablemente se constate o al menos creemos que es la línea que se marca como tendencia.

Gracias a la expresión corporal hemos percibido individuos más participativos en el desarrollo de las actividades, y se han creado situaciones de respeto y confianza que no se habían visto hasta ahora en el aula. Además de esto, la creatividad ha sido una tendencia con mayor influencia a lo largo del proyecto, es decir ha estado presente en el desarrollo de cada una de las actividades obteniendo resultados muy positivos y que fomentaban a su vez el respeto al resto de los compañeros.

Por todo lo dicho anteriormente podemos afirmar que todos los conceptos, teorías y estudios analizados en el marco teórico se reafirman tras la puesta en práctica del proyecto y el posterior análisis de los registros del marco metodológico. Y que, gracias a esto, nos hemos ido respondiendo todas la preguntas planteadas previamente al desarrollo de este TFG.

A pesar de la situación del COVID19, y la aplicación en el aula de tres sesiones podemos afirmar que nos encontrábamos en la línea de estudio aceptada. Además de esto, podemos afirmar que, si la situación nos hubiese permitido llevar a cabo el desarrollo de todo el proyecto en el aula, los resultados se asemejarían a los obtenidos en los gráficos analizados en el previo apartado.

Por lo tanto, dicho proyecto podría aplicarse en ciclos superiores trabajando de esta forma el “Emocionario” de manera significativa y vivencial y ver así los beneficios que otorga el trabajo de las emociones a través de la expresión corporal. Así, se podría realizar un análisis más exhaustivo de los resultados y observar si el trabajo gradual del mismo en diferentes ciclos nos permite obtener resultados diferentes. Y ver si afectan de forma positiva en la resolución de conflictos, la canalización de emociones, la

cohesión grupal y la creatividad. Formando así individuos mucho más sensibles y comunicativos en etapas posteriores de la ESO, donde el autoestima y la confianza en uno mismo juegan un papel muy importante.

Este estudio podría aplicarse a grupos más reducidos y con mayor confianza como son grupos de amigos y familiares. Ya que es un proyecto basado en la gestión de las emociones a través de la expresión corporal dos de los conceptos más importantes a la hora de crear un clima de confianza y respeto entre individuos.

▪ REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arteaga, M.; Viciano, J. (1997). *Desarrollo de la expresión corporal*. Inde. Barcelona.

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

Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre educación*,9-25, (11). [Disponible en (31/03/2020) <https://scholar.google.es/>].

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional*. Bilbao: DESCLÉE DE BROUWER

Bisquerra, R(Coord); Punset, E; Mora, F; García Navarro, E; López Cassa, E; Pérez-González, JC; Lanteri, L; Nambiar, M; Aguilera, P; Segovia, N; Planells, O. (2012). ¿Como educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia.

Esplugets de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan Deu. [Disponible en (30/03/2020) <https://scholar.google.es/>].

Canales, I; López, C (2002) Creatividad y singularidad, ejes vertebradores de la expresión corporal. *Revista educación física. Propuestas para renovar la práctica*,23-26,86.

Casas, J. (2000) *La creatividad en la educación infantil primaria y secundaria*. Cádiz: Abslon.

Domínguez, A; Pino, M^o; Martínez A (2014) Estudio comparativo de niveles de creatividad motriz en practicantes y no practicantes de expresión corporal. *Nuevas tendencias en Educación física, deporte y recreación*,56-59,26. [Disponible en (9/04/2020) <https://scholar.google.es/>]

Eco, U (1999). *La estructura ausente*. Barcelona: Umen

Fast, J. (1984). *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona: Kairos

Foucault, M (2002). *Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión*. Buenos Aires: Siglo XXI

Hall, E. (1989). *El lenguaje silencioso*. Madrid: Alianza

- Lapierre, A; Aucouturier, B (1977) La educación psicomotriz como terapia: " Bruno".
Barcelona: Ed. Médica y Técnica. [Disponible en (5/04/2020)
<https://scholar.google.es/>]
- Laso, Eneired Liz. (2011). El lenguaje corporal y la comunicación: Una mirada desde la educación física. Universidad de Colombia. [Disponible en (01/04/2020)
<https://scholar.google.es/>]
- Lora. (2011). La educación corporal: nuevo camino a la educación integral. *Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud*, (739-760) 2(9) [Disponible en (1/04/2020)<https://scholar.google.es/>].
- Martínez (2007) La observación y el diario de campo en la definición del tema de investigación. *Revista perfiles libertadores*,74-80 [Disponible en (12/04/2020)<https://scholar.google.es/>].
- Montero, M^oL (2008) La psicomotricidad en el aula de Educación primaria. *Hekademos*,23-40,1. [Disponible en (6/04/2020) <https://scholar.google.es/>]
- Motos, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal*. Humanitas. Barcelona.
- Motos, T.; Aranda, L. (2001). *Práctica de la Expresión Corporal*. Ñaque. Ciudad Real.
- Motos, T. (2003). Bases para el taller creativo expresivo. En GALO, y cols. (coords.) (2003). *Expresión, creatividad y movimiento*. Actas del I congreso Internacional de Expresión corporal y educación. Amarú. Salamanca.
- Nevarés Heredia, L; Miguel Aguado, A (1995-1996). La comunicación no verbal. *Revista pedagógica*,141-154.). [Disponible en (31/03/2020) <https://scholar.google.es/>]
- Ortiz, M.M. (2002). *Expresión Corporal. Una propuesta didáctica para el profesorado de Educación Física*.Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Rebollo, J; Castillo, E (2009) Expresión y comunicación corporal en educación física. *Wanceulen*,105-122,5. [Disponible en (6/04/2020) <https://scholar.google.es/>]
- Sala, J; Abarca, M. (2001). La educación emocional en el curriculum. *Teoría de educación*,209-232(13) [Disponible en (1/04/2020)<https://scholar.google.es/>].

▪ ANEXOS*Sesión 1: ¿Qué siento?*

Anexo I: <https://www.youtube.com/watch?v=Xbe0rpmp0K4>

Anexo II:



Anexo III:

Fiesta de cumpleaños (Alegría)

Mamá no me deja jugar hasta que no termine la tarea (Enfado)

Me hago un nuevo amigo en el parque (Amor)

Me quedo a oscuras en una habitación y está cayendo una tormenta muy fuerte (Miedo)

Se me ha perdido mi pelota favorita (Tristeza)

Anexo IV: <https://www.youtube.com/watch?v=dt5Nj4DeD8>

Sesión 2: Amistad

Anexo V: <https://www.youtube.com/watch?v=Mqo38SUVDIU>

Anexo VI: <https://www.youtube.com/watch?v=Eq0J2W7vkDQ>

Anexo VII: <https://www.youtube.com/watch?v=jqDEKHwpOJO>

Anexo VIII: <https://www.youtube.com/watch?v=m7Bc3pLyij0>

Sesión 3: Alegría

Anexo IX: https://www.youtube.com/watch?v=LOYpod_HS9o

Anexo X: https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs

Sesión 4: Tristeza

Anexo XI: <https://www.youtube.com/watch?v=Utr-V7OeJOE>

Anexo XII

-Salta. Tequila: <https://www.youtube.com/watch?v=hNWEFccHAFA>

-Waka Waka. Shakira: <https://www.youtube.com/watch?v=dzsuE5ugxf4>

-I gotta feeling. The Black EyedPeas:<https://www.youtube.com/watch?v=uSD4vsh1zDA>

-Marc Anthony. Vivir mi vida: <https://www.youtube.com/watch?v=YXnly5YIDwk>

-James Blunt. You´re Beautiful: <https://www.youtube.com/watch?v=oofSnsGkops>

-Whitney Houston. I Will Always Love

You.:<https://www.youtube.com/watch?v=3JWTaaS7LdU>

-La Oreja de Van Gogh. Jueves: <https://www.youtube.com/watch?v=SvoHXoY3sLQ>

Anexo XIII:<https://www.youtube.com/watch?v=OGvd6Pmn5WA>

Anexo XIV: <https://www.youtube.com/watch?v=hLQl3WQQoQ0>

Anexo XV:<https://www.youtube.com/watch?v=-2U0lvkn2Ds>

Sesión 5: Enfado

Anexo XVI:<https://www.youtube.com/watch?v=7Krw5hSsFxo>

Anexo XVII

Soy la jefa india Nakoma y os voy a contar la historia del pequeño indio Dakota, ¿os apetece escuchar esta historia? Dakota es un niño indio de la tribu de los osos, un día su madre le regañó por dejar los juguetes tirados en su tienda, así que, el pequeño Dakota que no quería recogerlos se enfadó muchísimo. Pataleaba en el suelo, ponía cara de enfado, parecía un volcán en erupción.

La jefa india Nakoma se encuentra sentada alrededor del fuego cuando los niños entran en la tribu, les dice que se sienten con él alrededor del fuego y que se calienten las manos. Continuamente tienen que imitar los movimientos que la jefa india realice.

Lo único que le apetece era saltar sobre el suelo, también le apetece correr. Empezó a notar un calor en la tripa que le subió y le subió hasta la cabeza, apretó los puños y gritó. Estaba tan enfadado que su madre para intentar calmarlo le dijo que toda la tribu iría de caza y eso a él le gustaba mucho. Nos levantamos y vamos a hacer que estamos muy enfadados.

Todos los indios de la tribu prepararon su arco y sus flechas, cogieron sus caballos y formando una fila india llegaron al bosque. Nos tenemos que preparar para ir de caza, así que, lo primero que tenemos que hacer es preparar nuestro arco y nuestras flechas, después montamos en nuestro caballo.

Nos levantamos, cogemos nuestro arco y nuestras flechas y nos subimos al caballo, imitando sus movimientos: paso, trote y galope (x2).

Mientras iban por el camino, tenían que rodear los árboles que había en el bosque, y escuchar los

sonidos que hacían los animales que había en el bosque.

Al llegar a la orilla del río, había varias canoas que les estaban esperando, por lo que, se subieron a ellas y remaron a un lado y a otro. Venga vamos a sentarnos en las canoas y remamos hasta llegar a la pradera que hay más allá. Cuando llegaron a la pradera, tuvieron que echarse al suelo para que los animales no los vieran. Se arrastraron hasta que llegaron a una cueva. Tenemos que arrastrarnos por el suelo hasta llegar a esa cueva de allí.

Al llegar a la cueva, pensaron que habría un gran oso, sacaron sus arcos y sus flechas, buscaron, pero... allí no había nada.

Finalmente, ¿sabéis que pasó? Que no consiguieron cazar nada, así que, decidieron volver andando de nuevo a su poblado. Tenemos que volver andando a nuestro poblado. Cuando llegaron de nuevo a su poblado bailaron de nuevo la danza de la buena. Cuando llegamos al poblado, hacemos un círculo alrededor del fuego,

Sesión 6: Amor

Anexo XVIII

https://www.youtube.com/watch?v=w5tWYmIOWGk&list=PLcUqYxNN5DeP5ghI34iy_aFr-yEI3gESQ

https://www.youtube.com/watch?v=m-M1AtrxztU&list=PLcUqYxNN5DeP5ghI34iy_aFr-yEI3gESQ&index=4

https://www.youtube.com/watch?v=Y66j_BUCBMY&list=PLcUqYxNN5DeP5ghI34iy_aFr-yEI3gESQ&index=6

https://www.youtube.com/watch?v=OPf0YbXqDm0&list=PLcUqYxNN5DeP5ghI34iy_aFr-yEI3gESQ&index=12

Anexo XIX: <https://www.youtube.com/watch?v=JbjzPKTfjlc>

Sesión 7: Miedo

Anexo XX: <https://www.youtube.com/watch?v=RyDNeKHk1Q>

Sesión 8: Repaso emociones

Anexo XX: https://www.youtube.com/watch?v=kMNPv_HXffQ&list=PLntMki6gVsKAQHUwTq_SK-i7Q285lieMp&index=3

https://www.youtube.com/watch?v=1G2-r-5ZwnY&list=PLntMki6gVsKAQHUwTq_SK-i7Q285lieMp&index=12

https://www.youtube.com/watch?v=CJ_zRSv3Hr8&list=PLntMki6gVsKAQHUwTq_SK-i7Q285lieMp&index=2

Anexo XXII:

https://www.youtube.com/watch?v=zGRSjC7Lek&list=PL_p0eblqhfJ6fwdma99yKSi90LzJd3nO&index=2

https://www.youtube.com/watch?v=IUwV2QIh17Y&list=PL_p0eblqhfJ6fwdma99yKSi90LzJd3nO&index=10

Anexo XXIII: <https://www.youtube.com/watch?v=Lnw0IHgjE2E>

Anexo XXIV

De ellos aprendí: <https://www.youtube.com/watch?v=Eq0J2W7vkDQ>

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

Quiero algo contigo: <https://www.youtube.com/watch?v=yvnx5gMmSPs>

Happier: <https://www.youtube.com/watch?v=m7Bc3pLyij0>

Anexo XXV:

https://www.youtube.com/watch?v=kMNPv_HXffQ&list=PLntMki6gVsKAQHUwTq_SK-i7Q285lieMp&index=3

https://www.youtube.com/watch?v=zGRSjC7Lek&list=PL_p0eblqhfJ6fwdma99yKSi90LzJd3nO&index=2

<https://www.youtube.com/watch?v=Lnw0IHgjE2E>

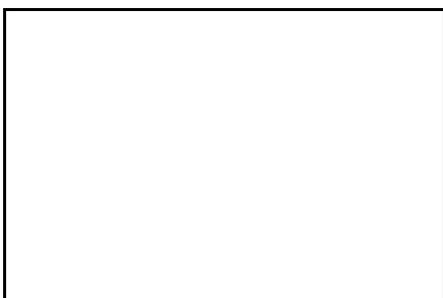
Sesión 9: Ficha repaso emociones

Anexo XXVI

REPASO EMOCIONES A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

¿Cuándo sentimos alegría?

Dibuja cómo la expresas



¿Cuándo sentimos tristeza?

Dibuja cómo la expresas



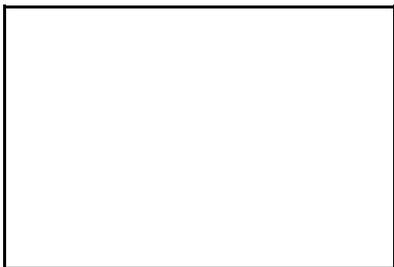
¿Cuándo sentimos enfado?

Dibuja cómo la expresas



¿Cuándo sentimos amor?

Dibuja cómo la expresas



¿Cuándo sentimos miedo?

Dibuja cómo la expresas



Anexo XXVII:

NOMBRE DEL ALUMNO/A....				
PREGUNTAS				¿POR QUÉ?
¿Cómo me sentía antes de trabajar las emociones a través de la expresión corporal?				
¿Cómo te sientes con tus compañeros/as?				
¿Con qué ánimo he acabado las actividades de la unidad didáctica?				
¿Cómo te sientes después de haber trabajado las diferentes emociones?				

Sesión 11: Autoevaluación y coevaluación

Anexo XXVIII:

PREGUNTAS	POCO	NORMAL	MUCHO
¿Me han respetado mis compañeros/as?			
¿Me han ayudado cuando lo he necesitado?			
¿Hemos cooperado para llegar a los objetivos?			
¿La actitud de mis compañeros/as ha sido la adecuada?			

Anexo XXIX

PREGUNTAS	POCO	NORMAL	MUCHO
¿Me esfuerzo?			
¿Mi actitud es la correcta?			
¿Respeto los materiales?			
¿Respeto a mis compañeros/as? ¿Les ayudo si lo necesitan?			
¿Llevo el material adecuado?			

Sesión 12: Creación diccionario

ANEXO XXX:

NOMBRE DEL ALUMNO/A.					
PREGUNTAS	MUY BIEN	BIEN	REGULAR	MAL	COMENTARIOS
¿Participa activamente con sus compañeros/as?					
¿Respeto a sus compañeros/as?					
¿Respeto los materiales?					
¿El alumno/a sigue las instrucciones marcadas?					
¿Muestra interés para cooperar con su grupo?					
Titulo con la emoción que les ha tocado					
Cuando sienten dicha emoción					

Como expresan la emoción corporalmente					
Dibujo de una de las actividades					

Anexo XXI:

PREGUNTAS	SI	NO	OBSERVACIONES
¿Se han cumplido los objetivos propuestos?			
¿Se han empleado los contenidos del currículo?			
¿Están las actividades adaptadas al nivel educativo?			
¿Las actividades motivan al alumnado?			
¿El tiempo empleado es el idóneo? ¿Se ha necesitado más?			
¿Los materiales empleados han sido los adecuados?			
¿Los instrumentos de evaluación nos han permitido evaluar al alumnado de manera correcta?			
¿La metodología empleada ha sido adecuada?			

Anexo XXI:

PREGUNTAS	VALORACIÓN	ASPECTOS QUE MEJORAR
¿Es adecuado el plan de trabajo?		
¿El alumnado mantiene la atención? ¿Está motivado?		
¿Las sesiones están bien organizadas?		
¿Los contenidos están relacionados con las actividades?		
¿La explicación es buena? ¿O es posible mejorarla en algún aspecto?		
¿Las actividades son las adecuadas para que el alumnado consiga los objetivos?		
¿Propongo una variedad amplia de actividades?		
¿El clima en el aula es el adecuado?		

ANEXO XXXII: Evaluación alumnado

Evaluación inicial				
PREGUNTAS	MUY BIEN	BIEN	REGULAR	MAL
Identificación de las diferentes emociones	Es capaz de identificar y reconocer de las emociones en las distintas situaciones presentadas	Es capaz de identificar y reconocer las diferentes emociones solo en algunas situaciones	Es capaz de identificar y reconocer solo algunas emociones en algunas situaciones	No es capaz de identificar la mayoría de las emociones
Expresión de las emociones	Es capaz de expresar sus emociones con los diferentes recursos presentados	Es capaz de expresar sus emociones, pero lo hace siempre de la misma forma	Es capaz de expresar sus emociones solo en algún momento	No es capaz de expresar sus emociones
¿Identifica las emociones en el resto de sus compañeros?	Es capaz de reconocer las emociones en personas ajenas	Es capaz de reconocer las diferentes emociones en personas ajenas en algunas ocasiones	Es capaz de reconocer solo algunas emociones en personas ajenas solo en algunas situaciones	No es capaz de reconocer las emociones en las personas ajenas en ninguna situación
Utilización de la expresión corporal para la expresión de las emociones	Es capaz de hacer uso de su cuerpo para comunicar las diferentes emociones	Es capaz de hacer uso de su cuerpo en determinadas situaciones para comunicar las diferentes emociones	No es capaz casi nunca de utilizar la expresión corporal para comunicarse	Nunca hace uso de la expresión corporal para comunicarse

Evaluación continua			
PREGUNTAS	SI	NO	OBSERVACIONES
Manejo de las diferentes emociones			
¿Se esfuerza?			
Identificación de las emociones			
Uso de la expresión corporal para expresar las emociones			
Utilización de la expresión corporal como instrumento para sociabilizarse con el resto			

Evaluación final				
PREGUNTAS	MUY BIEN	BIEN	REGULAR	MAL
Identificación de las diferentes emociones	Es capaz de identificar y reconocer de las emociones en las distintas situaciones presentadas	Es capaz de identificar y reconocer las diferentes emociones solo en algunas situaciones	Es capaz de identificar y reconocer solo algunas emociones en algunas situaciones	No es capaz de identificar la mayoría de las emociones
Expresión de las emociones	Es capaz de expresar sus emociones con los diferentes recursos presentados	Es capaz de expresar sus emociones, pero lo hace siempre de la misma forma	Es capaz de expresar sus emociones solo en algún momento	No es capaz de expresar sus emociones
¿Identifica las emociones en el resto de sus compañeros?	Es capaz de reconocer las emociones en personas ajenas	Es capaz de reconocer las diferentes emociones en personas ajenas en algunas ocasiones	Es capaz de reconocer solo algunas emociones en personas ajenas solo en algunas situaciones	No es capaz de reconocer las emociones en las personas ajenas en ninguna situación
Utilización de la expresión corporal para la expresión de las emociones	Es capaz de hacer uso de su cuerpo para comunicar las diferentes emociones	Es capaz de hacer uso de su cuerpo en determinadas situaciones para comunicar las diferentes emociones	No es capaz casi nunca de utilizar la expresión corporal para comunicarse	Nunca hace uso de la expresión corporal para comunicarse

