

EL PODER DEL MOVIMIENTO PARA EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD EXPRESIVA: SITUACIÓN DE APRENDIZAJE PARA EDUCACIÓN PRIMARIA

*The power of movement for the development of
the expressive capacity: a pedagogical proposal
based on cooperative learning*

Raquel González Marín

Sara Suárez Manzano

Alba Rusillo Magdalena

Raquel M. Guevara Ingelmo

RESUMEN: *La actividad física desempeña un papel fundamental en todas las etapas de la vida por su relación con el estado de salud de las personas. En la etapa escolar, además de favorecer un crecimiento sano, reporta numerosos beneficios por las repercusiones de llevar una vida activa en las etapas posteriores de la vida. En este sentido, el área de Educación Física es primordial en la promoción de salud favoreciendo estilos de vida saludables desde la infancia. La expresión corporal, como rama de la educación física, favorece además de la salud física, la salud psíquica y social del individuo proporcionándole herramientas para su desinhibición, desarrollando su creatividad y potenciando la comunicación con sus compañeros. En este trabajo se presenta el diseño y evaluación de una situación de aprendizaje para*

Educación Primaria utilizando el aprendizaje cooperativo como metodología principal y basada en el movimiento y la expresión como recurso para favorecer una educación integral del alumnado.

Palabras clave: *Situación de aprendizaje; expresión corporal; aprendizaje cooperativo; educación física; educación primaria.*

ABSTRACT: *Physical activity plays a fundamental role in all stages of life due to its relationship with the state of health of people. In the school stage, in addition to promoting healthy growth, it provides numerous benefits due to the repercussions of leading an active life in later stages of life. In this sense, the area of Physical Education is essential in promoting health, favoring healthy lifestyles from childhood. Body expression, as a branch of physical education, favors physical health, as well as the mental and social health of the individual, providing tools for their disinhibition, developing their creativity and enhancing communication with their peers. This paper presents the design and evaluation of a learning situation for Primary Education using cooperative learning as the main methodology and based on movement and expression as a resource to promote a comprehensive education of students.*

Keywords: *Learning situation; body expression; cooperative learning; physical education; primary education.*

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estilo de vida más predominante entre la población es el sedentarismo, el cual puede conllevar a ciertos problemas de salud como la obesidad, entre otros. Además, este estilo está vinculado a una práctica de Actividad Física (AF) insuficiente o a una alimentación inadecuada, factores que tienen una gran relevancia en infantil, primaria y secundaria, pues son etapas clave en la formación de los estilos de vida (Cabrera et al., 2022).

En la actualidad, el estilo de vida predominante entre la población es el sedentarismo, lo cual puede conllevar a problemas de salud como la obesidad, entre otros. Este estilo está vinculado a una práctica insuficiente de Actividad Física (AF) y a una alimentación inadecuada, factores que tienen gran relevancia en la infancia, la educación primaria y secundaria, ya que son etapas clave en la formación de estilos de vida saludables (Cabrera et al., 2022).

La Educación Física (EF) desempeña un papel crucial en la sociedad, ya que posee una gran responsabilidad en la salud pública. Según la Organización Mundial de la Salud (2021), seis de los siete factores determinantes de la salud están relacionados con la alimentación y el ejercicio físico, elementos integrados en esta área de conocimiento.

De este modo, la EF tiene un papel activo en la promoción de hábitos saludables. Dentro del contexto educativo y con la importancia de poseer un clima motivador que fomente la autonomía y la responsabilidad del alumnado, se logra que este sea protagonista de su aprendizaje y adopte un compromiso con una vida activa y saludable (Moreno-Murcia et al., 2009). Además, la EF debe promover la educación integral del alumnado, atendiendo a los dominios afectivo, cognitivo, motor y social (Bjorke & Mordal Moen, 2020).

En España, la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, establece que se deben trabajar elementos del currículo oculto como el respeto, la colaboración y la tolerancia, aspectos que se encuentran dentro de los planos afectivo, social y emocional.

La EF proporciona un marco idóneo para desarrollar este tipo de contenidos, debido a su carácter vivencial, donde el alumnado interactúa creando situaciones que desarrollan numerosos aspectos afectivo-sociales (Stoltz et al., 2015).

En las clases, el profesorado debe generar y transmitir valores positivos a través de la práctica de la AF y el deporte, considerando el tiempo de compromiso motor como un indicador para el mayor aprovechamiento de estas actividades (Rodríguez et al., 2020). Sin embargo, estos valores, tanto dentro como fuera del aula, solo pueden ser transmitidos si las enseñanzas de los contenidos van asociadas a la generación de experiencias positivas en todo el alumnado, fundamentadas en el respeto y la aceptación de los demás, independientemente de sus características (Alonso, 2016). Además, esto implica que el alumnado valore la importancia de integrar la práctica de AF

y el deporte en sus vidas de manera activa, transferible y perdurable en el tiempo (Coulter & Ní Chróinín, 2013).

Por ello, es fundamental el avance e incremento de la EF como medida para mejorar la salud física, psicológica y social del alumnado (Zamorano et al., 2021), atendiendo a las políticas públicas relacionadas con la salud y la educación.

Esta Unidad Didáctica refleja la importancia de trabajar la Expresión Corporal en las áreas de EF y Educación Artística (EA) de forma interdisciplinar, ya que potencia el desarrollo de la creatividad y la desinhibición del alumnado y fomenta la utilización de diversas formas de comunicación.

La Expresión Corporal se define como un contenido que emplea el cuerpo y sus capacidades expresivas de manera creativa, permitiendo la comunicación de pensamientos, emociones e ideas (Contreras & López-Pastor, 2024). Este contenido es esencial para la formación del alumnado, ya que desarrolla la reflexión crítica y la vivencia de diferentes procesos de enseñanza-aprendizaje grupales, permitiendo así la construcción de valores, roles y actitudes para la vida comunitaria (Martínez-Rodríguez, 2021).

La intervención a través de la Expresión Corporal fomenta el desarrollo integral del alumnado, creando un clima socializador en el aula que facilita el progreso social, mediante el trabajo cooperativo; emocional, al aprender a gestionar diferentes situaciones durante el desarrollo de la Unidad; y físico, a través del compromiso motor durante las sesiones.

Por otro lado, el aprendizaje cooperativo, como describen los hermanos Johnson & Johnson (1999), es el "empleo didáctico de grupos reducidos en los que los alumnos trabajan juntos para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás". Pere Pujolás afirma que "el aprendizaje cooperativo no solo es un recurso muy eficaz para enseñar a los alumnos, sino que también es un contenido escolar más que el alumnado debe aprender a lo largo de su escolaridad".

Según Johnson, Johnson y Holubec (1999), los cinco elementos básicos que forman el Aprendizaje Cooperativo son:

- La interdependencia positiva: Los estudiantes se necesitan unos a otros para alcanzar una meta común.
- La interacción "cara a cara": Los estudiantes deben trabajar juntos, compartiendo sus conocimientos.
- La responsabilidad individual: Cada miembro, a través de su compromiso individual, tiene la responsabilidad de lograr las metas asignadas.
- Las habilidades sociales: Son necesarias para el buen funcionamiento del grupo.
- La autoevaluación del grupo: Etapa crucial donde se practica la reflexión crítica y la aceptación de sentimientos, así como la capacidad de evaluar el trabajo realizado.

En resumen, esta forma de trabajo constituye una herramienta con gran potencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Su utilización durante la etapa formativa del alumnado debe ser un pilar fundamental para trabajar el currículum. Con las adaptaciones pertinentes, puede utilizarse tanto en el trabajo de la condición física y la salud, como en la enseñanza de los deportes, actividades en el medio natural y expresión corporal como en esta Situación de Aprendizaje.

2. ELEMENTOS CURRICULARES

Esta propuesta didáctica está dirigida al segundo ciclo de Educación Primaria, concretamente al 4º curso. Por lo que, atendiendo a la normativa legislativa, concretamente el Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, y en base al Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, se tuvieron en cuenta los siguientes elementos curriculares:

2.1. Competencias clave

- Comunicación lingüística (CCL): el alumnado deberá interactuar entre sí de manera oral para conseguir, de manera cooperativa, los objetivos marcados. También se incluye dentro de este apartado, la expresión de las opiniones y pensamientos de cada alumno/a dentro de su grupo de trabajo.
- Personal, social y de aprender a aprender (CPSAA): el alumnado deberá hacer uso de sus habilidades sociales para poder participar de manera activa en el grupo, asumiendo responsabilidades individuales.
- Ciudadana (CC): se deberán aplicar y seguir unas normas de convivencia creadas de manera constructiva y dialogante, asegurando así, una participación de los estudiantes efectiva, comunitaria y respetuosa.
- Emprendedora (CE): A lo largo de las sesiones, el alumnado será capaz de adquirir una mayor independencia en su proceso de enseñanza-aprendizaje, adquiriendo esta competencia para el desarrollo del baile final.

2.2. Saberes básicos

Los contenidos del área de Educación Física que se trabajarán son pertenecientes a los bloques 3 y 4 de saberes básicos: «Resolución de problemas en situaciones motrices» y «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices».

Los saberes básicos del área de *Educación Artística* que se trabajarán en la situación de aprendizaje pertenecen al bloque D: El cuerpo y sus posibilidades motrices y creativas: interés por la experimentación y la exploración a través de ejecuciones individuales y grupales vinculadas con el movimiento, la danza, la dramatización y la representación teatral como medios de expresión y diversión; Técnicas dramáticas y dancísticas de uso común. Lenguajes expresivos básicos.

Actos performativos elementales. Improvisación guiada. Capacidades expresivas y creativas de uso común de la expresión corporal y dramática.

2.3. Competencias específicas

Las competencias específicas del área de Educación Física que van a desarrollarse con la situación de aprendizaje son la 2, la 3 y la 4, que se concretan así en la normativa citada:

- 2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.*

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, CPSAA4, CPSAA5.

- 3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias*

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3

- 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.*

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

Las competencias específicas del área de Educación Artística serán:

Competencia específica 3.

3. *Expresar y comunicar de manera creativa ideas, sentimientos y emociones, experimentando con las posibilidades del sonido, la imagen, el cuerpo y los medios digitales, para producir obras propias.*
4. *Participar del diseño, la elaboración y la difusión de producciones culturales y artísticas individuales o colectivas, poniendo en valor el proceso y asumiendo diferentes funciones en la consecución de un resultado final, para desarrollar la creatividad, la noción de autoría y el sentido de pertenencia.*

2.4. Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación del área de Educación Física del segundo ciclo de Educación Primaria que serán considerados para el logro de las competencias específicas 2, 3 y 4 son:

- 2.3 *Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.*
- 3.3 *Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.*
- 4.1 *Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas con arraigo en la cultura propia,*

tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.

- 4.3 Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.
- 3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad).
- 3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal.
- 3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación, disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

Los criterios de evaluación a desarrollar del área de Educación Artística, son:

- 3.1 Producir obras propias básicas, utilizando las posibilidades expresivas del cuerpo, el sonido, la imagen y los medios digitales básicos, y mostrando confianza en las capacidades propias.
- 3.2 Expresar con creatividad ideas, sentimientos y emociones a través de manifestaciones artísticas básicas, experimentando con los diferentes lenguajes e instrumentos a su alcance.

Competencia específica 4.

- 4.1 Participar de manera guiada en el diseño de producciones culturales y artísticas, trabajando de forma cooperativa en la consecución de un resultado final.

3. METODOLOGÍA

La metodología tendrá un carácter activo, motivador y participativo, favoreciendo el trabajo individual, cooperativo y el aprendizaje entre iguales. Llevar a cabo esta metodología conseguirá aumentar la motivación intrínseca del alumnado, la transferencia y adhesión de los contenidos, y la aparición de emociones positivas.

El modelo pedagógico “aprendizaje cooperativo”, que se desarrollará fomentará la participación activa del alumnado. Este modelo es definido por Fernández-Río (2014) como “modelo pedagógico en el que los estudiantes aprenden mediante un planteamiento de enseñanza-aprendizaje que facilita y potencia esta interacción e interdependencia positiva y en el que docente y estudiantes actúan como co-aprendices”. A través de él, se promueve la inclusión y la resolución de problemas mediante la socialización entre estudiantes con la creación de grupos de trabajo (Da Dalt, 2016). Además, el docente también es capaz de observar cuáles son las relaciones entre alumnos y poder evaluar así las habilidades sociales de cada uno.

El método que se seguirá será inductivo, fomentando así la participación y el papel activo del alumnado. Del mismo modo, inicialmente se realizaría una asignación de tareas que, a lo largo de las sesiones, irá evolucionando hacia la técnica por indagación. De esta forma se conecta y relaciona la AF con la cognición.

El rol del profesorado durante el proceso de búsqueda de conocimientos y será de guía. A su vez, el alumnado trabajará las sesiones de forma activa implicando su función cognitiva a partir de las diferentes actividades motrices.

La elección y aplicación de este método es buscar la creatividad y motivación del alumnado.

4. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Para la realización de adaptaciones curriculares pertinentes una posible herramienta para dar respuesta al alumnado que no consigue

superar los aprendizajes previstos es el DUA (Diseño Universal para el Aprendizaje). El DUA hace dos aportaciones a la educación inclusiva y a la diversidad.

En primer lugar, elimina la separación entre el alumnado con discapacidad y sin discapacidad, es decir, ofrece distintas alternativas que permite el acceso al aprendizaje de todo el alumnado con el fin de beneficiarlo. En segundo lugar, proporciona una amplia variedad de opciones educativas a través de las cuales facilita el acceso a la información.

A la hora de abordar e implementar este enfoque debemos tener en cuenta los tres principios en torno a los que establecen sus bases, estos coinciden con las tres redes cerebrales que funcionan durante el aprendizaje (CAST, 2011):

- Principio 1. Proporcionar múltiples formas de representación de la información, para que así los contenidos puedan ser percibidos por todo el alumnado.
- Principio 2. Proporcionar múltiples formas de acción y expresión del aprendizaje.
- Principio 3. Proporcionar múltiples formas de implicación.

5. EVALUACIÓN

Para la evaluación se llevará a cabo una evaluación continua durante las sesiones. Esta contará con los tres tipos de evaluación: autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

- El alumnado se evaluará a sí mismo al inicio y al final de la Unidad, utilizando la rúbrica de la tabla 1.
- El docente evaluará el progreso del alumnado siguiendo el mismo instrumento de evaluación (tabla 1).
- En la última sesión, cada estudiante evaluará a 2 compañeros asignados al azar al inicio de la Unidad, esto supone que cumplimentará una rúbrica para 2 estudiantes que solo ella o

él sabe quienes son. Esto se realizará de forma anónima siendo el docente el guía durante la cumplimentación del documento. Esto ayuda a tener una visión más amplia de lo que se pretende trabajar y sentirán responsabilidad para cooperar y seguir trabajando en equipo en siguientes unidades, porque el objetivo es mejorar todo el grupo en conjunto.

El peso de los distintos criterios a valorar será el siguiente:

- Descubre y hace uso de los recursos expresivos del movimiento corporal: 20%
- Se desinhibe en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal: 15%
- Representa situaciones sencillas con el cuerpo: 20%
- Desarrolla la creatividad, espontaneidad e imaginación: 15%
- Coordina los movimientos corporales en el baile: 15%
- Trabaja cooperativamente en los equipos de trabajo: 15%

Tabla 1. *Rúbrica de evaluación*

Criterios	Excelente (9-10)	Notable (7-8)	Bien (5-6)	Insuficiente (1-4)
Descubre y hace uso de los recursos expresivos del movimiento corporal	Utiliza con creatividad todos los recursos expresivos disponibles.	Utiliza la mayoría de los recursos expresivos disponibles.	Utiliza algunos recursos expresivos, con limitaciones.	Apenas utiliza recursos expresivos.
Se desinhibe en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal	Muestra una total desinhibición y confianza en sus movimientos.	Muestra buena desinhibición, con alguna reserva.	Muestra desinhibición limitada y con reservas.	Muestra gran inhibición y falta de confianza.

El poder del movimiento para el desarrollo de la capacidad expresiva

Representa situaciones sencillas con el cuerpo	Representa con precisión y creatividad las situaciones propuestas.	Representa adecuadamente las situaciones, con cierta creatividad.	Representa las situaciones de forma básica y sin mucha creatividad.	Tiene dificultad para representar las situaciones.
Desarrolla la creatividad, espontaneidad e imaginación	Demuestra alta creatividad e imaginación en sus movimientos.	Muestra creatividad e imaginación, aunque de forma irregular.	Muestra creatividad limitada y esporádica.	Carece de creatividad e imaginación en los movimientos.
Coordina los movimientos corporales en el baile	Demuestra una coordinación excelente en todos los movimientos.	Muestra buena coordinación en la mayoría de los movimientos.	Muestra coordinación básica, con algunas dificultades.	Tiene dificultades significativas en la coordinación de movimientos.
Trabaja cooperativamente en los equipos de trabajo	Participa activamente y fomenta el trabajo cooperativo en el grupo.	Participa y coopera, aunque de manera irregular.	Participa de forma limitada y con dificultad para cooperar.	No participa ni coopera adecuadamente en el grupo.

6. SESIONES

La Situación de aprendizaje *El poder del movimiento* se presentará a los alumnos mediante el siguiente reto: nos convertiremos en coreógrafos de una compañía durante las próximas semanas y debemos preparar los movimientos y composiciones que vamos a representar al final de la unidad. E

El producto final será la composición de una composición rítmica corporal de unos 7 minutos por equipos.

Tabla 2. *Sesiones*

SESIÓN 1	
Objetivos:	-Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal. -Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal. -Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.
Nº de alumnos: 24. Espacio: pista exterior. Duración: 60 min.	
Material: Silbato, 4 conos y fichas de equipos y roles.	
Organización del alumnado: individual, por parejas, pequeños grupos y gran grupo	
Atención a la diversidad: se presenta la información en tarjetas con iconos, se ofrecen variantes con diferente nivel de desempeño.	
PARTE INICIAL	
Descripción y duración	
<i>1- "Presentando la Situación de Aprendizaje" (5 min.)</i> Breve explicación sobre lo que se trabajará, la finalidad de esta y, pequeña explicación sobre qué es la Expresión Corporal. Del mismo modo, se indicarán una serie de normas de convivencia para que las clases puedan transcurrir de forma óptima.	
 An illustration showing a group of diverse children in a gymnasium. They are arranged in a circle, some with their arms raised, appearing to be in the middle of a physical education activity. The gymnasium floor is white with black lines, and the background is a light purple color with abstract shapes and patterns.	

2- “¡Hola, compi!” (10 min.)

El alumnado, repartido por media pista, deberá desplazarse de forma individual libremente. A la señal del silbato, cada alumno deberá realizar una presentación personal al compañero más cercano, acompañada de un movimiento realizado con cualquier parte del cuerpo. A la indicación del docente, el alumnado deberá seguir su desplazamiento para presentarse a distintos/as compañeros/as.

➤ Variante/s:

El alumnado se desplazará siguiendo pautas que el docente irá marcando, ejemplo: movimientos circulares de brazos, dando palmas o haciendo cuadrupedia, etc.

PARTE PRINCIPAL

Descripción y duración

3- “¡Todos a bailar!” (15 min.)

Se formarán 4 grupos mixtos y heterogéneos de 6 participantes cada uno. Cada grupo deberá formar una fila india en media pista. Habrá dos roles del alumnado promoviendo el trabajo cooperativo:

- El primer alumno se convertirá en el coreógrafo → éste deberá gestionar las propuestas de diferentes pasos de baile de los integrantes.
- El resto de los compañeros serán bailarines → éstos tendrán que proponer pasos de baile u todos repetir es escogido por el coreógrafo.



Ante la señal: ¡TODOS A BAILAR!, el primero (coreógrafo) pasará a la última posición y cambiarán los roles, de esta forma, cada estudiante habrá sido coreógrafo.

➤ Variante/s:

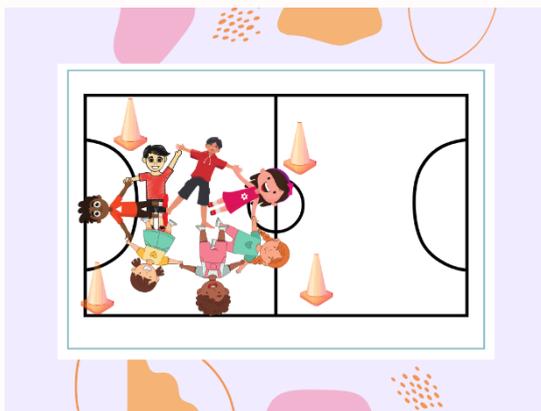
El docente marcará con qué zona del cuerpo se debe comenzar a bailar (rodillas, cadera, brazos...). Seguidamente, el próximo coreógrafo debe construir un baile activando la parte del cuerpo indicada anteriormente, más la nueva.

PARTE FINAL

Descripción y duración

4- “Conectados” (10 min)

El alumnado, de manera individual, se desplazará caminando por la pista. El espacio estará delimitado por conos. Cuando la docente indique en voz alta “Espacio ocupado (parte del cuerpo)”, Todo el alumnado deberá conectar entre sí cada parte del cuerpo indicada en esa consigna, de manera que el grupo ocupe todo el espacio delimitado. Este espacio variará su tamaño a lo largo de la actividad, teniendo en cuenta la posición de los conos.



➤ Variante/s:

Se desarrollará en pequeños grupos correspondiendo con los establecidos en las actividades anteriores. Las consignas de “conexión” entre alumnos serán marcadas por un miembro del grupo, indicando qué parte del cuerpo deben tener en contacto para ocupar el espacio. Este rol se rotaría.

5- “Formación de equipos y asamblea final” (15 min.)

Se formarán 4 grupos de 6 integrantes cada uno. Estos grupos serán mixtos y heterogéneos, formando así equipos de trabajo cooperativo, que permanecerán a lo largo de las sesiones programadas.

A cada grupo se le repartirá una ficha de equipo que deberán de rellenar consensuadamente entre todos los miembros. Finalmente, se realizará una asamblea final en la que individualmente se completará una autoevaluación a modo de evaluación inicial.

SESIÓN 2	
Objetivos:	<ul style="list-style-type: none">-Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal.-Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal.-Representar situaciones sencillas haciendo uso del propio cuerpo.-Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.-Trabajar cooperativamente en los equipos de trabajo a lo largo de las sesiones.
Nº de alumnos: 24.	
Espacio: pista exterior.	
Duración: 60 min.	
Material: Aros y fichas de equipo.	
Organización del alumnado: individual y grupos de trabajo.	
Atención a la diversidad: se presenta la información en tarjetas con iconos, se ofrecen variantes con diferente nivel de desempeño. En el grupo de trabajo se asigna un estudiante de apoyo.	
PARTE INICIAL	
Descripción y duración	
1- <i>“Explicación y organización de la sesión” (5 min.)</i>	El docente explicará las actividades, la organización, la asignación de roles dentro del equipo (portavoz, secretaria, DJ, encargados de atrezzo y vestuario) y recordará las normas de convivencia.
2- <i>“Marineros y piratas” (10 min.)</i>	En media pista se encontrarán aros repartidos por el suelo, estos simularán ser barcos y son un sitio de protección. Habrá 14 alumnos, llamados “marineros” que ocupen esos lugares y 10 alumnos en medio de la pista que serán piratas. Ante la señal de la docente: “Marineros a navegar” éstos deberán salir de su barco y ocupar otro, mientras los piratas deberán correr hacia uno de esos barcos vacíos y ocuparlos para cambiar de rol. Aquel marinero que tras la señal no consiga ocupar un barco, pasará a ser pirata.

Además, para aumentar la complejidad se irán quitando barcos (aros) de forma que será más difícil ocupar ese rol de marinero.



➤ Variante/s:

En vez de realizar la actividad individualmente, pueden ser marineros en parejas, lo cual cada vez que el docente da la señal, al alumnado en pareja tiene que buscar un barco.

PARTE PRINCIPAL

Descripción y duración

3- *“Por-ta-ce-li”* (15 min.)

Individualmente, el alumnado deberá seguir los ejercicios gimnásticos que la docente les presentará.

Posteriormente, agrupados en equipos de trabajo deberán crear composición de cuatro movimientos corporales vistos al ritmo de *“Por-ta-ce-li”*, para después exponerla al resto de equipos. Trabajo cooperativo en el que participen todos los miembros del grupo.



4- *“El diccionario corporal” (10 min.)*

Cada equipo deberá crear palabras cortas utilizando el cuerpo con todas sus posibilidades. Para ello, tendrán un tiempo delimitado que controlará la docente.

El resto de los equipos deberá adivinar de qué palabra se trata.

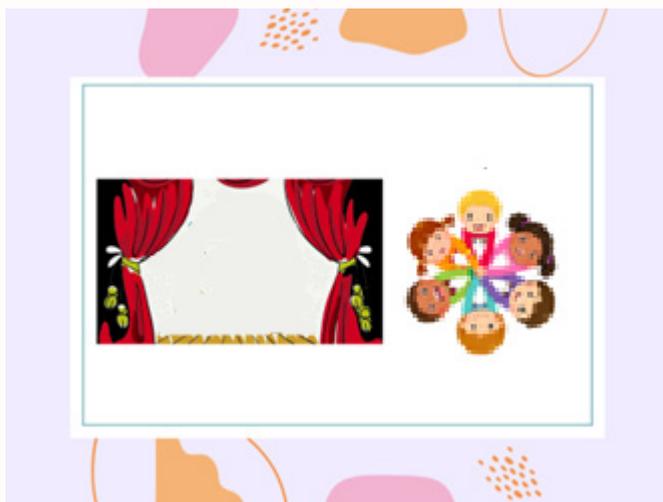


PARTE FINAL

Descripción y duración

5- “Representación de películas” (10 min.)

Por equipos de trabajo, deberán diseñar y representar una situación icónica de una película que le guste a todo el equipo. Cada persona seguirá su rol y trabajarán en equipo para hacer la mejor representación, porque el resto de los equipos deberá adivinar de qué película se trata.



6- “Asamblea final” (5 min.)

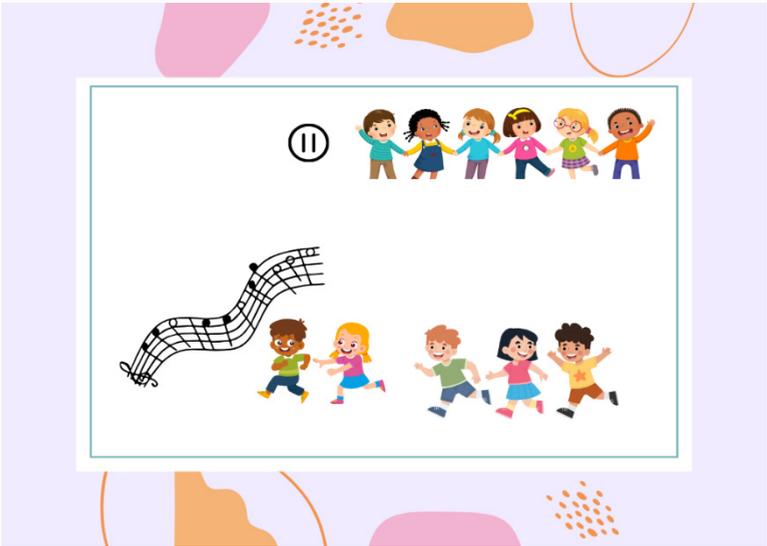
Feedback por parte de la docente. Compartir curiosidad, inquietudes y preocupaciones que puedan surgir durante la sesión.

SESIÓN 3

Objetivos:

- Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal.
- Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal.
- Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.
- Coordinar los movimientos corporales en el baile.
- Trabajar cooperativamente en los equipos de trabajo a lo largo de las sesiones.

Contenidos: 3.1, 3.2, 3.8.

Nº de alumnos: 24. Espacio: pista exterior. Duración: 60 min.
Material: Altavoz.
Organización del alumnado: individual y grupos de trabajo.
Atención a la diversidad: se presenta la información en tarjetas con iconos, se ofrecen variantes con diferente nivel de desempeño, un ritmo sonoro más lento hasta la familiarización con la tarea.
PARTE INICIAL
Descripción y duración
<p>1- <i>“Explicación y organización de la sesión” (5 min.)</i> Breve explicación sobre los aspectos que se trabajarán durante la clase. Además, se indicará la organización de trabajo que se realizará en las actividades.</p> <p>2- <i>“El baile de las moscas” (5 min.)</i> Sonará la música y el alumnado deberá desplazarse libremente por media pista simulando que es una mosca y bailando al ritmo de la música. Cuando la música pare, el docente dará una consigna en la que se implicarán los miembros superiores del cuerpo, por ejemplo: “4 brazos”, teniendo así que formar agrupamientos espontáneos que cumplan dicha consigna.</p>


PARTE PRINCIPAL

Descripción y duración

3- "Creación de los bailes" (35 min.)

Realización de una composición rítmica corporal grupal, por lo que deberán de crear una pequeña coreografía de aproximadamente 7 min.

En esta coreografía deberán trabajar la coordinación entre los miembros del grupo y el trabajo en equipo, por lo que todos deberán aportar ideas para la realización de esta. Se elabora el plan de trabajo y cronograma a seguir para la presentación final.

Para que el alumnado controle el tiempo establecido, se dará como consigna que todas las coreografías deberán de estar compuestas por 8-9 movimientos de 4-5 pasos cada uno, dando total libertad a la creación de estos.

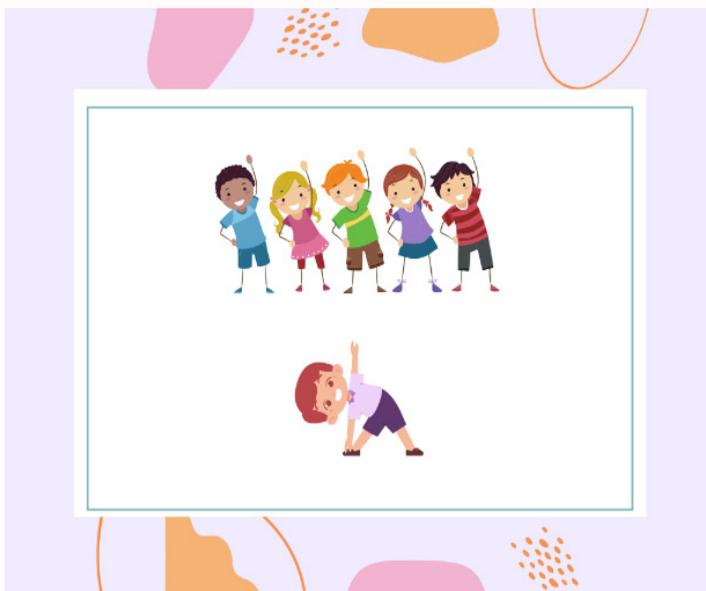


PARTE FINAL

Descripción y duración

4- “Estiramientos guiados” (5 min.)

Realizar los estiramientos entre todo el grupo-clase siguiendo las indicaciones de la docente.



5- “Asamblea final” (10 min.)

Para finalizar, se realizará una asamblea final en la que se realizarán comentarios, por parte del alumnado, sobre la sesión trabajada para que el profesorado conozca las opiniones y posibles inquietudes que éste pueda tener. En círculo grande, para crear un clima de confianza entre el alumnado. La docente supervisará el avance del proyecto final de los equipos.

SESIÓN 4

Objetivos:

- Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal.
- Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal.
- Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.

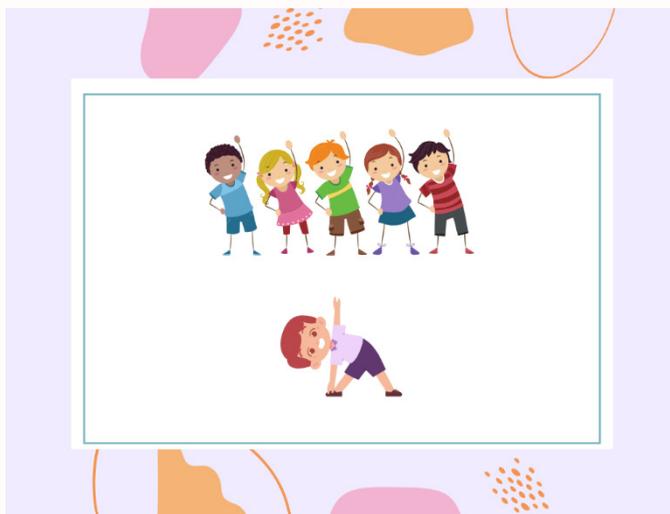
-Coordinar los movimientos corporales en el baile. -Trabajar cooperativamente en los equipos de trabajo a lo largo de las sesiones.
Nº de alumnos: 24. Espacio: pabellón cubierto. Duración: 60 min.
Material: No es necesario.
Organización del alumnado: grupos de trabajo.
Atención a la diversidad: se presenta la información en tarjetas con iconos, se ofrecen variantes con diferente nivel de desempeño. Asignación de tareas en el grupo y estudiante de apoyo asignado.
PARTE INICIAL
Descripción y duración
1- <i>“Breve explicación de la sesión y organización de esta” (5 min.)</i> Al comienzo de la sesión, se explicará lo que se llevará a cabo en la misma.
PARTE PRINCIPAL
Descripción y duración
2- <i>“Creación y ensayo de las coreografías” (40 min.)</i> Los equipos de trabajo continuarán elaborando sus coreografías. Repaso de las funciones de los miembros del equipo. Chequeo de los objetivos cumplidos, así como los pendientes y el tiempo disponible para la entrega final. Distribución de tareas para las siguientes sesiones. El profesorado irá pasando por los grupos para observar cómo van, resolver las posibles dudas que tenga el alumnado, además de ayudarlos si fuera necesario.
 An illustration showing five children of diverse backgrounds dancing joyfully. To the left of the children is a colorful boombox with musical notes floating around it. The scene is set against a light purple background with abstract shapes and patterns.

PARTE FINAL

Descripción y duración

3- “Estiramientos guiados” (5 min.)

Realizar los estiramientos entre todo el grupo-clase siguiendo las indicaciones del docente.



4- “Asamblea final” (10 min.)

Para finalizar, se realizará una asamblea final en la que se realizarán comentarios, por parte de los equipos de trabajo, sobre la sesión trabajada para que el profesorado conozca las opiniones y posibles inquietudes. Unos grupos pueden ayudar a otros con ideas y compartiendo sus avances.

SESIÓN 5

Objetivos:

- Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal.
- Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal.
- Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.
- Coordinar los movimientos corporales en el baile.
- Trabajar cooperativamente en los equipos de trabajo a lo largo de las sesiones.

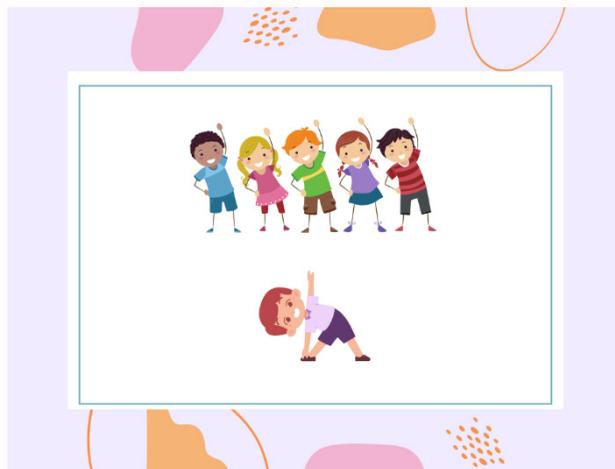
Nº de alumnos: 24. Espacio: pabellón cubierto. Duración: 60 min.
Material: no es necesario.
Organización del alumnado: grupos de trabajo.
Atención a la diversidad: se presenta la información en tarjetas con iconos, se ofrecen variantes con diferente nivel de desempeño. Se entrega resumen de secuencias de pasos que podrá trabajar en el aula y en casa.
PARTE INICIAL
Descripción y duración
1- <i>“Breve explicación de la sesión y organización de esta” (5 min.)</i> Al comienzo de la sesión, se explicará lo que se llevará a cabo en la misma.
PARTE PRINCIPAL
Descripción y duración
2- <i>“Ensayo de las coreografías” (40 min.)</i> Los equipos de trabajo utilizarán esta sesión como ensayo final previo a la exposición de la coreografía en la próxima sesión. Supervisar atrezzo, vestuarios y demás elementos para el día de la exposición. El profesorado irá pasando por los grupos para resolver las posibles dudas que tenga el alumnado, además de ayudarlos si fuera necesario.
 An illustration showing five children dancing joyfully in a circle. To the left of the children is a colorful boombox with musical notes floating around it. The scene is set against a light purple background with abstract shapes and patterns.

PARTE FINAL

Descripción y duración

3- “Estiramientos guiados” (5 min.)

Realizar los estiramientos entre todo el grupo-clase siguiendo las indicaciones de la docente.



4- “Asamblea final” (10 min.)

Para finalizar, se realizará una asamblea final en la que se realizarán comentarios, por parte del alumnado, como en las sesiones anteriores, el compartir su experiencia puede ayudar a otros equipos.

Cumplimentar la autoevaluación, para valorar el progreso desde la sesión inicial.

SESIÓN 6

Objetivos:

- Descubrir y hacer uso de los recursos expresivos del movimiento corporal.
- Conseguir desinhibir el cuerpo en las situaciones de práctica motriz en Expresión Corporal.
- Desarrollar la creatividad, espontaneidad e imaginación.
- Coordinar los movimientos corporales en el baile.
- Trabajar cooperativamente en los equipos de trabajo a lo largo de las sesiones.

Nº de alumnos: 24.

Espacio: pabellón cubierto.

Duración: 60 min
Material: Diana de autoevaluación, ficha de equipo, rúbrica.
Organización del alumnado: equipos de trabajo y gran grupo.
Atención a la diversidad: docente presenta la información en tarjetas con iconos, también tiene alumno de apoyo asignado que ayuda de guía durante la tarea.
PARTE INICIAL
Descripción y duración
<i>1- "Recibimiento del alumnado" (5 min.)</i> Se organizará la sesión otorgando un orden de salida para las actuaciones grupales de las coreografías coordinadas.
PARTE PRINCIPAL
Descripción y duración
<i>3- "Representación del baile" (40 min.)- (30 min. de compromiso motor; 10 min. de preparación y descanso entre funciones)</i> Siguiendo el orden establecido, cada equipo realizará la función de su coreografía, teniendo como público al resto de equipos y al profesorado. Previamente, el portavoz deberá de presentar a los miembros del equipo. Se valorará el trabajo en equipo y la coordinación entre los miembros.


PARTE FINAL
Descripción y duración
<p>5- <i>“Asamblea final” (10 min.)</i></p> <p>A cada grupo se le repartirá la ficha de equipo, en la que deberán de apuntar para qué creen que ha servido la sesión realizada y las observaciones sobre la mismas. Además, cada estudiante deberá de evaluar a otros dos estudiantes que le fueron asignados al inicio de la Unidad.</p> <p>Finalmente, se realizará una asamblea final en el que habrá un feedback mutuo entre el alumnado y la docente.</p>

7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La situación de aprendizaje “el poder del movimiento” se llevó a cabo en el 4º curso de Educación Primaria, implementando grupos mixtos cooperativos. Esta metodología no solo promueve el aprendizaje colaborativo sino también el desarrollo de habilidades sociales esenciales para el crecimiento integral del alumnado (Johnson & Johnson, 1999). Al inicio, algunos alumnos mostraron resistencia a la intervención diseñada. Sin embargo, mediante la asignación de roles específicos y el establecimiento de pautas básicas, comenzaron a desarrollar un sentido de equipo. Esta estrategia, que transforma a los alumnos en protagonistas activos de su proceso de aprendizaje, resultó en un aumento de la motivación y el disfrute del proyecto.

Durante las sesiones, se observaron varias dinámicas que favorecieron el desarrollo de competencias clave como la comunicación lingüística (CCL), la competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA), la competencia ciudadana (CC) y la competencia emprendedora (CE). La interacción oral y la cooperación para alcanzar objetivos comunes fomentaron el uso efectivo del lenguaje y la colaboración, elementos cruciales para el desarrollo de las competencias anteriormente mencionadas (Serrano et al., 2014).

Al final de la misma se realizó una coevaluación oral en formato de asamblea. Durante esta asamblea, el alumnado compartió sus experiencias, describiendo cómo se sintieron a lo largo del proceso, el rol activo que cada uno desempeñó dentro del equipo, y reflexionaron sobre el trabajo realizado. Además, discutieron sobre los aprendizajes adquiridos durante la realización de las coreografías, destacando la importancia del trabajo cooperativo y la expresión corporal.

La coevaluación sirvió no solo para valorar el progreso individual y colectivo, sino también como una herramienta para la reflexión crítica sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta reflexión es fundamental para ajustar futuras intervenciones pedagógicas y mejorar la práctica docente (Bermejo et al., 2021).

Los resultados obtenidos son consistentes con los hallazgos de investigaciones previas. En un estudio realizado por Arribas-Galarraga et al. (2019), se observó que el uso del aprendizaje cooperativo en el módulo de "expresión corporal" produce múltiples beneficios, incluyendo la mejora de las habilidades expresivas y la adquisición de habilidades sociales. Similarmente, nuestro proyecto evidenció un notable aumento en el nivel de motivación del alumnado, así como en su participación e implicación en el proyecto.

Además, un estudio de Contreras & López-Pastor (2024) destaca que la expresión corporal permite a los estudiantes comunicar pensamientos, emociones e ideas de manera creativa, favoreciendo su desarrollo integral. Este estudio respalda un desarrollo significativo de la creatividad y una mayor libertad de expresión a través del movimiento corporal.

La investigación de Coulter y Ní Chróinín (2013) también resalta que la integración de actividades físicas expresivas en el currículo escolar fomenta un ambiente inclusivo y participativo. En nuestro proyecto, la participación activa y la cooperación entre los alumnos fueron elementos clave que contribuyeron a la cohesión del grupo y al éxito de la Unidad Didáctica.

Una limitación de este trabajo es que no se pueden presentar los resultados obtenidos, porque no se ha podido realizar en su totalidad

la intervención, con sus correspondientes medidas Pre-Post. Sin embargo, en base a la evidencia científica consultada y aquí expuesta, este artículo puede servir como guía para la implementación del aprendizaje cooperativo y la expresión corporal en el currículo de Educación Física, como una estrategia eficaz para promover no solo el desarrollo de habilidades motrices, sino también para fomentar la creatividad, la motivación y la cohesión social entre el alumnado. La creación de un entorno donde los estudiantes se sienten protagonistas de su aprendizaje aumenta significativamente su implicación y disfrute en las actividades, como lo demuestra la valoración positiva obtenida en la coevaluación final. Sin embargo, una fortaleza a destacar es la aportación de la Unidad Didáctica completa que puede ser utilizarla en el aula por otros docentes de Educación Física.

El uso de la coevaluación como herramienta evaluativa permite una retroalimentación valiosa, proporcionando a los docentes información crucial para mejorar futuras intervenciones pedagógicas.

En conclusión, la Unidad Didáctica basada en el aprendizaje cooperativo y la expresión corporal en el 4º curso de Educación Primaria podría ayudar a alcanzar los objetivos propuestos, desarrollando competencias clave y mejorando las habilidades expresivas y sociales del alumnado. La participación activa y el protagonismo de los estudiantes fueron factores determinantes para el éxito del proyecto, reflejándose en la alta motivación y satisfacción del estudiante. Este artículo reafirma la importancia de integrar metodologías cooperativas y expresivas en el currículo de Educación Física, contribuyendo así al desarrollo integral y al bienestar de los estudiantes.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso Delgado, A. (2016). *El aprendizaje cooperativo en Educación Física* (2nd ed.). Graó.
- Arribas-Galarraga, S., Luis-de Cos, I., Luis-de Cos, G., Urrutia-Gutierrez, S. (2019). Aprendizaje cooperativo: un proyecto de expresión corporal en el grado de Educación Primaria. *Journal of Sport and Health Research*, 11 (Supl 1), 155-166.

- Bermejo Díaz, J. M., Pulido Salas, D., Galmes-Panades, A. M., Serra Payeras, P., Vidal-Conti, J., & Ponseti Verdaguer, F. J. (2021). Educación física y universidad: Evaluación de una experiencia docente a través del aprendizaje cooperativo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 39(1), 90-97.
- Bjorke, L. & Mordal, K. (2020). Cooperative Learning in Physical Education: A Study of Students' Learning Journey over 24 Lessons. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(6), 600-612. <http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2020.1761955>
- Cabrera, M.F. O., González, E. R., & Bolaños, N.A.O. (2022). Actividad física, ejercicio físico y sana alimentación como estrategias de prevención y tratamiento de los crecientes índices de sobrepeso y obesidad infantil. Reflexiones de los proyectos de Jóvenes Investigadores e Innovadores en el Departamento del Cauca 2022, 217.
- Contreras, A. Y. M., & López-Pastor, V. M. (2024). Expresión corporal y educación emocional: resultados de un programa en educación infantil. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 15(86), 11-29.
- Coulter, M., & Ní Chróinín, D. (2013). What is PE? Sport, education and society. *Sport, Education and Society*, 18(6), 825-841. <https://doi.org/10.1080/13573322.2011.609290>
- Da Dalt, E. (2016). El aprendizaje cooperativo como instrumento de inclusión. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- De Jesús-Blanco, M. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Revista Horizontes Pedagógicos*, 11(1), 1. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4892962.pdf>
- Duran, C., Lavega, P., Salas, C., Tamarit, M., & invernó, J. (2015). Educación Física emocional en adolescentes. Identificación de variables predictivas de la vivencia emocional. *Cultura, Ciencia, Deporte*, 10(28), 5-18.
- Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2016). El Aprendizaje Cooperativo: Modelo Pedagógico para Educación Física. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 201-206. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5400872.pdf>
- Instrucción 12/2022, de 23 de junio, por la que se establecen aspectos de organización y funcionamiento para los centros que impartan educación primaria para el curso 2022/2023. Boletín Oficial de la Junta de Andalucía,

- de 23 de junio de 2022. https://www.juntadeandalucia.es/sites/default/files/2022-08/04082022_20220623_instruccion_organizacion_educacion_primaria_2022_2023.pdf
- Johnson, D.W., Johnson, R.T. & Holubec, E.J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires. Paidós.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, de Educación. *BOE (Boletín Oficial del Estado)*, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953.
- Martínez-Rodríguez, M. (2021). El patrimonio a través de la Educación Musical: Tratamiento y enfoque en el currículo de Educación Primaria. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 18, 27-37.
- Moreno Murcia, J.A., Vera, J.A. & Cervello, E. (2009). Efectos de la cesión de responsabilidad de la evaluación en la motivación y la competencia percibida en el aula de Educación Física. *Revista de Educación*, 348, 423-440.
- OMS (2021). Directrices de la OMS sobre actividad física y comportamientos sedentarios [WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Overton, H., Wrench, A., & Garrett, R. (2017). Pedagogies for inclusion of junior primary students with disabilities in PE. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(4), 414- 426.
<https://doi.org/10.1080/17408989.2016.1176134>
- Pastor, C.A. (2019). Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo teórico-práctico para una educación inclusiva de calidad. *Participación Educativa*, 6(9).
- Pérez-Pueyo, A. (2015). El Estilo Actitudinal en Educación Física: Evolución en los últimos 20 años. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29(1), 207-215.
- Pujolás, J. (2004). *Aprender juntos alumnos diferentes. Los equipos de aprendizaje cooperativo en el aula*. Barcelona. Eumo-Octaedro.
- Reyes, A., Rivas, J. & Pávez-Adasme, G. (2020). Tiempo de compromiso motor en la clase de educación física, *Voces De La Educación*, 5(10), 90-113.
- Rodríguez, A. D. R., Rivas, J., & Adasme, G. P. (2020). Tiempo de compromiso motor en la clase de educación física. *Voces de la Educación*, 5(10), 90-113.
- Serrano, J. S., Clemente, J. A. J., Abarca-Sos, A., Solana, A. A., & García-González, L. (2014). Efecto de una intervención docente para la mejora de variables motivacionales situacionales en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 26(1), 108-113.

- Sierra, M. A. (2000). La expresión corporal desde la perspectiva del alumnado de educación física.
- Stoltz, T., Piske, F. H. R., de Fátima Quintal de Freitas, M., D'Aroz, M. S., & Machado, J. M. (2015). Creativity in gifted education: Contributions from Vygotsky and Piaget. *Online Submission*, 6(1), 64-70.
- World Health Organization. (2019). *Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world*. World Health Organization.
- Zamorano García, D., Fernández Bustos, J. & Vállez Gómez, J. (2021). Diseño y evaluación de un programa para la mejora de la condición física en Educación Primaria: efecto sobre la autoestima y la intención de ser activo. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 10(1), 107–112. <https://doi.org/10.6018/sportk.461721>