



Universidad de Jaén
Centro de Estudios de Postgrado

Trabajo Fin de Máster

**“FAME DIVERSITY”
UNA PROPUESTA
INNOVADORA DE EXPRESIÓN
CORPORAL**

Alumno/a: Expósito Córdoba, María

Tutor/a: Prof. D. Javier Cachón Zagalaz
Dpto: Didáctica de la Expresión Musical,
Plástica y Corporal

ÍNDICE

1.	Introducción	6
2.	Fundamentación epistemológica.....	7
2.1.	Antecedentes y estado de la cuestión	7
2.2.	Utilidad práctica del tema elegido	10
2.3.	Desarrollo del proyecto.....	11
2.4.	Definición de conceptos.....	13
3.	Proyección didáctica	17
3.1.	Contextualización del centro escolar	17
3.1.1.	Zona geográfica	17
3.1.2.	Centro educativo.....	17
3.1.3.	Aula	17
3.2.	Temporalización.....	17
3.3.	Programa de intervención.....	20
3.3.1.	Objetivos	20
3.3.2.	Competencias y contenidos	22
3.3.3.	Metodología	22
3.3.4.	Sesiones.....	23
3.4.	Recursos	42
3.4.1.	Recursos personales.....	42
3.4.2.	Herramientas a emplear	42
3.4.3.	Instalaciones.....	43
3.4.4.	Materiales	43
3.5.	Evaluación	45
3.5.1.	Procedimientos	45
3.5.2.	Instrumentos.....	48
4.	Elementos curriculares complementarios	54
5.	Innovación.....	56
6.	Conclusión.....	57
7.	Referencias.....	58
7.1	Referencias bibliográficas y legislativas	58
7.2	Webgrafía.....	60
8.	Anexos.....	61

Índice de Tablas

Tabla 1. Temporalización anual dentro de la que se encuentra la UD a desarrollar	18
Tabla 2. Temporalización específica de la UD a desarrollar	19
Tabla 3. Objetivos	20
Tabla 4. Contenidos	22
Tabla 5. Metodología	22
Tabla 6. Materiales	44
Tabla 7. Procedimiento de la evaluación.....	45
Tabla 8. Indicadores de logro.....	48
Tabla 9. Rúbrica de evaluación indicador número 4	49
Tabla 10. Rúbrica de evaluación indicador número 5	50
Tabla 11. Rúbrica de evaluación indicador número 6	51
Tabla 12. Escala líkert dramatización.....	52
Tabla 13. Escala líkert danza	53
Tabla 14. Escala líkert música	53

Índice ilustraciones

Ilustración 1. Grupo de alumnos de 2ºC IES Nuestra Señora de la Cabeza tras la primera sesión de expresión corporal.....	12
Ilustración 2. Grupo de alumnos 2ºC IES Nuestra Señora de la Cabeza durante la primera sesión de expresión corporal.	12

Resumen

La práctica de actividad física favorece el mantenimiento y mejora de la salud a través de sus beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales.

Cada vez es más complejo promover la actividad física en los más jóvenes por ello, llevar a cabo una educación física motivante, diferente e innovadora favorecerá el aumento de interés de nuestros alumnos por dicha asignatura generando así un disfrute mayor y una posible adherencia a la práctica de actividad física en horario extraescolar.

Tras analizar la escasa presencia que, de forma general tiene el bloque de contenidos de expresión corporal en las programaciones de educación física, el presente trabajo lleva a cabo una propuesta innovadora para una unidad didáctica de expresión corporal.

El principal objetivo de este trabajo es promover la actividad física en el alumnado a través de una experiencia de aprendizaje innovadora que permita al alumnado disfrutar con la práctica de la Expresión Corporal

Palabras clave: expresión corporal (EC), educación secundaria obligatoria (ESO), educación física, alumnos, unidad didáctica (UD) y gamificación.

Abstract

The practice of physical activity supports the maintenance of good health or the improvement of it through its physiological, psychological and social benefits.

It is increasingly complex to promote physical activity in the youngest so setting out and carrying through a motivating, different and innovative physical education will favour the increase of our student's interest to this subject, thus producing a greater enjoyment to it and a possible adhesion to the practice of physical activity outside the school hours.

. After analysing the few presence that, generally, this content block has in physical education programming the present work carry out an innovative proposal for a didactic unit of corporal expression

The main objective of this work is to promote physical activity in students through an innovative learning experience that allows students enjoy the practice of body expression.

Keywords: Body expression, secondary education, physical education, students, didactic unit and gamification

1. Introducción

El presente trabajo final de máster culmina, por la especialidad de Educación Física, los estudios del Máster Universitario en Profesorado de ESO y Bachillerato, FP y Enseñanza de Idiomas de la Universidad de Jaén.

En este trabajo se pretende analizar, mediante un estudio de la bibliografía publicada, los beneficios que tiene la práctica de actividad física y en concreto los contenidos relacionados con el bloque de expresión corporal. Del mismo modo, se investiga el motivo de su tradicional marginación, por parte de los docentes, dentro de las programaciones de educación física.

Diversas investigaciones señalan que el desarrollo del lenguaje corporal es fundamental ya que es éste el que nos permite transmitir sentimientos y emociones convirtiéndose así en un medio de comunicación. Además, mediante la expresión corporal trabajamos el desarrollo social y psicofísico del alumnado, así como diferentes habilidades como las de observación, cognitivas, autoestima, pensamiento crítico o creatividad motora, entre otras. Es por toda esta influencia positiva que genera el trabajo de la expresión corporal en nuestro alumnado que no podemos dejarla de lado dentro de nuestras programaciones didácticas.

Bajo esta premisa, en la proyección didáctica de éste trabajo se desarrolla una unidad didáctica innovadora para el bloque de contenidos de expresión corporal. En dicha propuesta basada en la película “Fama” aplicando la gamificación a ésta unidad didáctica encontraremos un total de once sesiones cuyo objetivo principal es promover la actividad física relacionada con este bloque de contenidos en nuestros alumnos, así como dar a conocer las diferentes disciplinas artísticas: danza, dramatización y música. Además, gracias al uso de metodologías innovadoras, podremos generar un mayor interés hacia la asignatura de educación física por parte de nuestro alumnado y por tanto una mayor adherencia a la misma y a la actividad física. Es evidente que cada día es más complejo promover la actividad física en los más jóvenes y es por ello la importancia que adquiere la educación física en las etapas de educación secundaria y el planteamiento y desarrollo de una educación física motivante, diferente e innovadora

En este trabajo encontraremos una fundamentación epistemológica en base a la cual se obtienen los motivos principales del desarrollo del trabajo y que desembocarán en una proyección didáctica. Ésta proyección didáctica estará compuesta de una contextualización del centro escolar, una temporalización, el programa de intervención, los recursos necesarios para el desarrollo de dicha intervención y finalmente una evaluación de la misma.

2. Fundamentación epistemológica

2.1. Antecedentes y estado de la cuestión

El lenguaje corporal tiene un gran significado y tener un control del mismo es importante. Por ello, García, Pérez y Calvo (2013) indican que utilizar la Expresión Corporal como una herramienta formativa que permite al educador aportar una serie de competencias a sus alumnos a través de las cuales adquieran ese control del lenguaje corporal es fundamental para contribuir desde la asignatura de educación física al desarrollo motor, intelectual y afectivo-emocional de la persona.

La asignatura de Educación Física ha experimentado una serie de cambios durante las últimas décadas debido tal y como indica Carriedo (2017) a la aparición de nuevos contenidos y de modelos de enseñanza innovadores. Sin embargo, a pesar de ello, “tradicionalmente, la expresión corporal ha sido un bloque de contenidos que ha sufrido cierta marginación en las programaciones didácticas de área” (Carriedo, 2017, p.1251).

La Expresión Corporal aporta una serie de beneficios muy enriquecedores y formativos para todas las personas (Conesa y Angosto, 2017). Analizados y demostrados todos sus efectos positivos la LOMCE recoge en su currículum un bloque de contenidos relacionados con ésta incluido dentro del currículum de educación física en Secundaria y Bachillerato. “Este contenido justifica su presencia en el currículum porque nos permite desarrollar cuatro dimensiones: expresiva, comunicativa, creativa y estética” (Martínez y López, 2020, p.9).

El conocimiento de éstas cuatro dimensiones por parte del alumnado será favorable en su proceso de aprendizaje ya que todas ellas aportan gran cantidad de beneficios tanto a nivel personal como social. “La Expresión Corporal puede definirse como la disciplina que permite encontrar un lenguaje corporal propio, una forma de comunicación y expresión con y a través del cuerpo” (Ágreda, 2018, p.3) En base a esta definición podemos afirmar la magnitud de éste concepto y su relación con las cuatro dimensiones mencionadas anteriormente.

Los beneficios que tiene el trabajo de la expresión corporal en las personas son muy amplios. La expresión corporal “ofrece al practicante una inteligencia kinética (uso de todo el cuerpo o sus partes), así como un incremento de sus habilidades de observación, físicas, cognitivas, sociales y afectivas, pensamiento abstracto, su autoestima, su pensamiento crítico, creatividad motora, concentración en las tareas del movimiento y capacidad de análisis de problemas” (Rodríguez, 2008, p.9-10) Además de todos estos beneficios a nivel personal, el trabajo de la expresión corporal favorece las relaciones interpersonales tal y como indican Conesa y Angosto (2017) ayudando también a la convivencia y la vida en sociedad que tiene su factor cooperativo y emotivo-vivencial teniendo así un gran valor educativo y formativo para el alumno que la practica.

Sin embargo, ¿cuáles son los principales motivos que justifican esa tradicional marginación que ha sufrido este bloque de contenidos dentro de la asignatura de Educación Física?

Diversas investigaciones señalan que, efectivamente, el bloque de expresión corporal es el que menos presencia tiene en las programaciones de educación física en la etapa de Primaria y Secundaria en comparación con el resto de bloques de contenidos (Robles, et al. 2013) El principal motivo para ello se encuentra, tal y como indican Archilla y Pérez (2012) en las dificultades que encuentran los docentes para llevar a cabo este bloque de contenidos. Entre la gran variedad de dificultades que un docente pueda encontrar para llevar a cabo este bloque de contenidos destacaremos las más importantes.

En primer lugar, se piensa que el currículum actual en este bloque de contenidos queda muy a la libre interpretación del profesorado y, además, la metodología utilizada para enseñar estos contenidos ha de ser muy activa y requerirá de la implicación más directa del profesorado lo cual es algo a lo que no todo docente está dispuesto a someterse. Por otro lado, en cuanto a la puesta en práctica, los docentes encuentran dificultades en la forma de evaluar este bloque de contenidos y reflejar una calificación de los mismos, así como la falta de instalaciones o recursos que se adapten a este tipo de prácticas (Archilla y Pérez, 2012)

En segundo lugar, en cuanto a la formación del profesorado, debemos tener en cuenta tanto sus experiencias previas o la formación inicial o permanente de los mismos (Archilla y Pérez, 2012). En un estudio realizado por la universidad de Murcia sobre la expresión corporal y la danza en la educación física de secundaria y bachillerato encontramos que el motivo principal que argumenta el profesorado para no llevar a cabo los contenidos relacionados con la EC es que no se sienten cualificados para impartirlos (Conesa y Angosto, 2017). Esto se debe principalmente a un cúmulo de inseguridades por parte del docente provenientes del desconocimiento de una correcta progresión o aplicación de éstos contenidos, falta de control del grupo, miedo al fracaso en el aula, etc. (Archilla y Pérez, 2012)

Sin embargo, el único motivo de que éste bloque de contenido no se encuentre tan presente en las programaciones de educación física no son las dificultades por parte de los docentes, sino que también podríamos destacar el interés que muestran los alumnos hacia este tipo de contenidos.

Quizás, “la falta de formación del profesorado puede repercutir en el interés del alumnado e influir en la visión que éstos tienen sobre este contenido” (Martínez y López, 2020, p.9) estando ambos motivos relacionados y pudiendo ser uno causante del otro o viceversa.

En una investigación realizada por Martínez y López (2020) en el que se estudia el interés del alumnado de secundaria por los contenidos de Expresión corporal se concluye que existe una clara preferencia por este tipo de contenidos en alumnos de sexo femenino frente a los de sexo masculino, lo cual puede estar asociado a la visión social de que este bloque de contenidos se basa en la danza que de forma errónea se asocia al sexo femenino. Por otra parte, otro resultado relevante obtenido de esta investigación es que uno de los motivos del desinterés por la EC es que la mayoría de alumnos no encuentran utilidad en el aprendizaje de éstos contenidos por lo que se vuelve completamente necesario que los objetivos de las actividades realizadas queden justificados y el alumnado comprenda la finalidad de cada clase que llevan a cabo. Por último, se analiza que los contenidos que se imparten dentro del bloque de EC, de forma general, están muy relacionados con las actividades deportivas alejándose mucho del carácter artístico y lúdico que deberían transmitir el desarrollo de éstos contenidos.

La práctica y el conocimiento de la EC es algo que se considera esencial en el desarrollo del niño. Ésta tiene, según una revisión bibliográfica de Aparicio et al. (2019), diversas orientaciones. En el ámbito educativo tenemos la orientación Pedagógico Educativa cuyo objetivo es trabajar el desarrollo psicofísico y social del alumnado. Es por ello la importancia de su práctica dentro de las clases de educación física ya que, reiterándose en los beneficios mencionados anteriormente, influye positivamente tanto a nivel individual como social en la vida del alumnado.

Una vez analizada toda la importancia que tiene la EC en los alumnos y los principales motivos de su marginación dentro de las programaciones de aula se considera necesario plantear una solución a éste problema. Tal y como ha ocurrido con otros bloques de contenidos del currículum de Educación Física, existen y están emergiendo nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física. Carriedo et al. (2020) realizan una revisión de los recursos emergentes que posibilitan abordar de forma más sencilla y novedosa algunos elementos de la expresión corporal en los centros educativos.

“En el actual marco social, económico, tecnológico y cultural en que nos movemos, la escuela innovadora debería jugar un papel clave en el desarrollo de una ciudadanía participativa, autónoma, competente, creativa y crítica. (Jimeno y Moral, 2012, p.19) Es por ello que aplicar metodologías innovadoras en la enseñanza de la EC sería de gran utilidad tanto para el docente como para el alumno para conseguir los objetivos propuestos.

2.2. Utilidad práctica del tema elegido

La enseñanza de la educación física ha de favorecer la mejora de la autoestima en el alumnado. Además, según Zagalaz, Cachón y Lara (2014), la materia de educación física debe fomentar el conocimiento de los efectos que tiene la actividad física a medio y largo plazo de modo que creen en el alumnado unos hábitos de práctica regular y continua pero que al mismo tiempo sea recreativa y saludable. “En este sentido, las actividades artístico-expresivas implican diversión, recreo, esparcimiento y alegría en la práctica de ejercicio” (Zagalaz, Cachón y Lara, 2014, p.141) El disfrute y la diversión cuando realizamos actividad física generan en las personas una mayor adherencia a las mismas lo que supondrá una práctica más continuada de AF.

Es por ello que es importante fomentar las actividades artístico-expresivas en nuestro alumnado debido a que en muchas ocasiones son actividades desconocidas por los mismos y que generan en ellos una nueva imagen en la forma de realizar actividad física que puede serles más motivante y enriquecedora.

Tal y como señala Guerrero (2017) el cuerpo del ser humano es, por excelencia, el mayor instrumento de comunicación y expresión que una persona posee. La práctica de la expresión corporal según la doctora Rizzo “proporciona al que la practica un verdadero placer por el descubrimiento del cuerpo en movimiento y la seguridad en su dominio”

Según el estudio realizado por Guerrero (2017) donde se encuesta a un total de 100 estudiantes para observar los beneficios que produce en ellos la práctica de expresión corporal se concluye que el lenguaje corporal permite al alumnado transmitir sentimientos y sensaciones ya que el cuerpo utiliza un lenguaje directo y claro y, además, los lenguajes verbal y escrito se desarrollan a partir de este lenguaje corporal. Gracias simplemente al lenguaje corporal podríamos deducir el estado anímico de una persona.

Por tanto, la práctica de EC en el ámbito educativo proporcionará una gran cantidad de beneficios tanto físicos, como psicológicos o sociales además de dar a conocer al alumno una forma diferente de realizar actividad física. Por lo tanto, se recomienda que la expresión corporal sea mejor considerada por los docentes para su desarrollo en las clases de educación física.

2.3. Desarrollo del proyecto

Durante mi período de prácticas, el cual he podido llevar a cabo gracias al Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas, en el IES Nuestra Señora de la Cabeza (Andújar), pude observar un rechazo generalizado por parte del alumnado hacia el bloque de contenidos de expresión corporal.

Todo esto surgió cuando tras finalizar el bloque de contenidos de juegos y deportes en el que habíamos estado trabajando los deportes alternativos se producía el comienzo de un nuevo bloque de contenidos que sería la expresión corporal. Para dar comienzo a este bloque de contenidos y bajo aprobación de mi tutora de prácticas, quise llevar a cabo una clase dirigida de expresión y danza. Días previos a la realización de ésta clase se lo comenté a los alumnos y la gran mayoría de ellos empezaron a realizar cuestiones o afirmaciones del tipo: “¿Vamos a tener que bailar delante de todos?”, “¿Qué tipo de bailes o clase vamos a hacer?”, “A mi me da mucha vergüenza” o “Yo no quiero hacer la clase porque soy muy malo/a bailando”.

Ante este tipo de afirmaciones mi respuesta fue siempre la misma, que me dieran la oportunidad de enseñarles una forma diferente de trabajar la expresión corporal. Al finalizar la clase, conseguí cambiar la opinión de la mayoría de ellos y engancharles al desarrollo y continuación de la unidad didáctica. De forma general consiguieron desinhibirse y disfrutar de la clase y aprender nuevos contenidos.

A raíz de ese momento y tras otra experiencia que tuve el curso pasado en otro centro de prácticas del grado me di cuenta de que la expresión corporal necesitaba un cambio de forma que los alumnos no sintieran rechazo hacia ese tipo de contenidos y que pudieran, por tanto, obtener los beneficios que el aprendizaje y asimilación de los mismos aporta a las personas.

Es por ello que en este proyecto me uniré a la corriente innovadora que mencionaba en el apartado 2.1. haciendo uso de esos recursos emergentes y aplicándolos al bloque de contenidos de EC con el fin de realizar una propuesta innovadora que genere disfrute y aprendizaje en el alumnado sobre este contenido y que permita incluir sin dificultades algunas la EC dentro de las programaciones de aula.

Mi propuesta innovadora se basará en una UD en la que se trabajará con el alumnado el bloque de contenidos de expresión corporal a través de ejercicios que llamen a la participación conjunta e integrada y que generen interés y motivación en el alumnado por las clases de educación física y el aprendizaje de las mismas

La unidad didáctica estará compuesta de 11 sesiones en las que se trabajará de forma progresiva los diferentes contenidos del bloque de expresión corporal. Todo ello a través de la gamificación basando este proyecto en la película Fama. Los objetivos, contenidos y metodología del proyecto son muy variados y se detallarán más adelante.



Ilustración 1. Grupo de alumnos de 2ºC IES Nuestra Señora de la Cabeza tras la primera sesión de expresión corporal.



Ilustración 2. Grupo de alumnos 2ºC IES Nuestra Señora de la Cabeza durante la primera sesión de expresión corporal.

2.4. Definición de conceptos

Expresión corporal

No existe una definición consensuada para dicho término por lo que a continuación se exponen las de diferentes autores relevantes de la materia:

Según LeBoulch (1978, p.80) la EC se define como la *“traducción de las reacciones conscientes o inconscientes emocionales y afectivas profundas”*

Según Bossu y Chalaguier (1986, p.15) la expresión corporal *“es una forma original de expresión que debe encontrar en sí misma sus propias y sus propios métodos de trabajo”*

Para Motos y García (2007, p.43) se considera la expresión corporal como *“la expresión de pensamientos, sentimientos, sensaciones o emociones a través del movimiento, con intencionalidad comunicativa en un contexto determinado”*

Por último, según Schinca (2010): *“La Expresión corporal es una disciplina que permite encontrar, mediante el estudio y profundización del empleo del cuerpo, un lenguaje propio”*

Creatividad

Según la Real Academia Española de la lengua se define creatividad como la facultad de crear. Por otro lado, según Aparicio M.L. et al. (2019) la creatividad es el *“arte de modificar la realidad. Obtención de resultados originales elaborados mediante el pensamiento asociativo y divergente. Conduce a pensar de un modo abierto”*

Por otro lado, Zagalaz M.L. et al. (2014) define creatividad como *“la capacidad de generar nuevas ideas más prácticas para la solución de problemas”*

Improvisación

Según la Real Academia Española de la Lengua el término improvisación hace referencia a la acción y efecto de improvisar*.

Del mismo modo, la RAE define Improvisar: tr. *“Hacer algo de pronto, sin estudio ni preparación”*

Según Troya (2017), el uso de la improvisación en la danza sirve para estimular el pensamiento divergente en el que utilizaríamos la invención o descubrimiento, la capacidad para encontrar nuevas soluciones o actualizar nuevos esquemas o pautas previamente establecidas por lo que se habla de un pensamiento diferente.

Recursos expresivos

Los recursos expresivos, según el trabajo de Colquepisco, I. y Colquepisco, H. (2019) los recursos expresivos *“se basan en las convenciones sociales y se relacionan con ciertas costumbres o acuerdos sociales: las distancias, las pausas, el ritmo y el volumen de la voz son diferentes según el contexto específico”* Además, *“el uso de recursos expresivos desarrolla en los niños y niñas los gestos, postura, sonrisa, miradas, distancias, desplazamientos, etc.”*, está conectado con la dimensión relacional ya que transmite informaciones sobre la personalidad, el status y el origen social así como la capacidad de expresar sentimientos y estados de tensión y actitudes.

Desinhibición

f. Pérdida de la inhibición psicológica o fisiológica según la Real Academia Española de la Lengua

Inhibir: tr. Impedir o reprimir el ejercicio de facultades o hábitos.

Según Oxford Léxico, se define desinhibición como el comportamiento de la persona que ha perdido la vergüenza o el miedo que le impedía actuar de acuerdo con sus sentimientos, deseos o capacidades.

Coreografía

Según la Real Academia Española de la lengua definimos coreografía como el “Arte de componer bailes”

Según Oxford Léxico, se define desinhibición como el arte y técnica de componer y dirigir bailes o danzas, o del baile o la danza en general. Además, también existe otra acepción donde se define como el conjunto pautado de pasos, figuras y movimientos de un baile o danza.

Estético/a

Bajo las definiciones de la Real Academia Española de la lengua:

Adj. Perteneciente o relativo a la estética (disciplina que estudia la belleza)

Adj. Perteneciente o relativo a la percepción o apreciación de la belleza

(Real Academia Española, s.f., definiciones 1 y 2)

Además, según Aparicio M.L. et al. (2019) se define estética como dimensión de la Expresión Corporal como la *“presencia de equilibrio, composición y armonía en el producto del proceso creativo, además de des-equilibrio, des-composición y des-armonía sin llegar al caos que impide comunicar. Más asociado al descubrimiento que a la reproducción de la moda del momento. Busca provocar una reacción en el espectador”*

Ritmo

Según la Real Academia Española de la lengua, se define ritmo como:

m. Orden acompasado en la sucesión o acaecimiento de las cosas.

(Real Academia Española, s.f., definición 1)

Según Zagalaz, M.L. et al. el término ritmo, *“para la educación física es una sucesión de movimientos controlados o medidos de alguna forma (normalmente palmeos, percusiones o músicas específicas)”*

Calidades básicas del movimiento

Las calidades del movimiento son según...aquellas que los movimientos corporales adquieren calidad expresiva cuando proyectan emociones y sentimientos. Existen cuatro elementos básicos para poder realizarlos, los cuales definiremos según Aparicio, M.L. et al. (2019):

Peso/Gravedad: Según Ruano, K. et al. (2012) “Elemento del movimiento que lo hace parecer “pesado” o “ligero”, en función de la sensación que transmite de estar más o menos condicionado por la atracción de la gravedad”

Espacio: Según Aparicio, M.L. et al. (2019) *“El cuerpo define el espacio por su mera presencia y evolución en este” Por lo que tenemos unos subcomponentes prácticos que serían: “Direcciones (delante, arriba, etc), niveles (alto, medio, bajo), trazados (curvos, rectos, etc.), movimientos (flexión, rotación, etc.), formas (alargadas, redondas, etc.) y posturas (abiertas, tensas, etc.)”*

Tiempo: Según Aparicio, M.L. et al. (2019) *“Se manifiesta en el ritmo y fija la secuencia del desarrollo de cada movimiento. Sus subcomponentes prácticos serían: “Estructuración métrica (pulsación, acento, etc.) y no métrica (rápido, lento, etc.)”*

Intensidad: Según Ruano, K. et al. (2012) “Elemento que hace referencia al grado de tensión muscular o a la cantidad de energía implicada en el movimiento.”

Disciplinas artísticas

Según la RAE:

Dramatización: Acción y efecto de dramatizar.

Dramatizar: Exagerar con apariencias dramáticas o afectadas

(Real Academia Española, s.f., definición 1)

Danza: f. baile. (acción de bailar)

(Real Academia Española, s.f., definición 1)

Música: Arte de combinar los sonidos en una secuencia temporal atendiendo a las leyes de la armonía, la melodía y el ritmo, o de producirlos con instrumentos musicales

(Real Academia Española, s.f., definición 1)

Encontramos también otras definiciones a estos conceptos en el libro **“Fundamentos de la programación de Educación Física en Primaria”**:

Dramatización: *“La entendemos como la interpretación o representación de algo que, en el caso de la educación física, estaría muy cercana a la de los cuentos motores o a la escenificación de coreografías que quieran expresar ideas determinadas” (Zagalaz et al., 2014, p.144)*

Danza: *“Es la expresión cultural de la fusión viva entre la música y el movimiento. Tiene un gran valor expresivo y lúdico y nos acerca a la música de otros países y de otras épocas, a las tradiciones de distintas culturas y a la de la propia de la comunidad, con lo que se destacan sus aspectos sociológicos y sus funciones ritual, bélica, de celebración o de estrategia para cazar” (Avala, 2008, como se citó en Zagalaz, et al. 2014).*

Música: *“se considera la forma artística de organizar sensible y lógicamente una combinación de sonidos y silencios que pueden favorecer el desarrollo de la motricidad en las clases de educación física para edades tempranas” (Zagalaz et al., 2014, p.145)*

3. Proyección didáctica

3.1. Contextualización del centro escolar

3.1.1. Zona geográfica

El I.E.S Nuestra Señora de la Cabeza es un centro educativo domiciliado en Andújar, Jaén. En la actualidad, es un centro público en el que se imparten las enseñanzas de ESO, Bachillerato y Formación Profesional. Está ubicado en la calle Armigro Rodríguez Álvarez, S/N. Un barrio con un nivel socioeconómico medio.

3.1.2. Centro educativo

El centro educativo dispone de unas instalaciones bastante equipadas. De forma general el centro dispone de dos edificios de 2 plantas con aulas, salas de profesores y despachos donde se distribuyen los diversos grupos de alumnos según edades y el profesorado. A demás cuenta con una cafetería, una biblioteca, laboratorios, salón de actos y oficinas de administración. En relación a las instalaciones utilizadas para la materia de Educación Física encontramos un pabellón, vestuarios para el alumnado, una sala de material, un despacho para los profesores docentes de la asignatura, una sala de proyecciones, una pista exterior de fútbol 7 que además disponen de pistas de baloncesto, una pista de pádel y un amplio patio donde se pueden realizar diversas actividades.

La asignatura de Educación Física está incluida dentro de la formación del alumnado como asignatura obligatoria. Los dos profesionales docentes encargados de impartir la asignatura de Educación Física poseen la titulación de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

3.1.3. Aula

La etapa educativa hacia la que voy a dirigir mi UD es la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, de forma más concreta en el primer ciclo de dicha etapa para el nivel 2º de la ESO.

En el centro educativo Nuestra Señora de la Cabeza (Andújar) hay 3 líneas para el grupo de 2ºESO. Además, la ratio de alumnos por aula es de aproximadamente unos 30 alumnos. Dentro de los diversos grupos encontramos diversidad cultural y alumnos con NEAE por lo que será necesario hacer adaptaciones curriculares no significativas para este tipo de alumnado.

3.2. Temporalización

La temporalización de esta UD la voy a realizar en base al calendario escolar publicado por la Consejería de Educación y Deporte junto con la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de la Junta de Andalucía para el curso escolar 2020-2021 ya que es este el último calendario del que se dispone. En base a esto y a que el número

de horas semanales para el curso de 2º de la ESO establecido según la Orden del 14 de Julio de 2016 es de 2 horas semanales para este curso de Secundaria, voy a exponer a continuación mi temporalización.

A continuación, se observa la temporalización anual dentro de la cual estaría ubicada mi unidad didáctica a desarrollar en este trabajo.

Tabla 1. Temporalización anual dentro de la que se encuentra la UD a desarrollar

TEMPORALIZACIÓN									
1er trimestre				2º trimestre			3er trimestre		
SEPT	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABRIL	MAYO	JUNIO
UD1		UD2		UD3		UD4	UD5		UD6

UD1	→ Salud y calidad de vida
UD2	→ Condición Física
UD3	→ Juegos y deportes → Balonmano
UD4	→ Juegos y deportes → Deportes alternativos
UD5	→ Expresión Corporal
UD6	→ Actividad Física en el Medio Natural

A continuación, de forma más específica, se observa la temporalización de la UD número 5 que desarrollaré en el siguiente epígrafe. En esta temporalización observamos que la UD se llevará a cabo durante el mes de abril, dicha UD tendrá un total de 10 sesiones para cada grupo. Según la resolución del 22 de septiembre de 2020, de la Dirección General de Trabajo y Bienestar Laboral, por la que se publica la relación de fiestas locales de los municipios de la comunidad autónoma de Andalucía para el año 2021 encontramos que el 26 de Abril se establece festivo local en la ciudad de Andújar, por otro lado, según el consejo escolar municipal de la localidad de Andújar, el día 23 de Abril de 2021 se establece como día de libre ubicación. Teniendo en cuenta todo esto y debido a que el nivel de 2ºESO en el IES donde he ubicado esta UD tiene 3 líneas y dos horas semanales de Educación Física, la distribución temporal de las clases quedaría así:

Tabla 2. Temporalización específica de la UD a desarrollar

ABRIL							
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES		VIERNES	SÁBADOS	DOMINGOS
			1		2	3	4
2ºA 5	2ºB 6	2ºC 7	2ºA	2ºB 8	2ºC 9	10	11
2ºA 12	2ºB 13	2ºC 14	2ºA	2ºB 15	2ºC 16	17	18
2ºA 19	2ºB 20	2ºC 21	2ºA	2ºB 22	23	24	25
26	2ºB 27	2ºC 28	2ºA	2ºB 29	2ºC 30	1	2
MAYO							
3	2ºB 4	2ºC 5	2ºA	2ºB 6	2ºC 7	8	9
2ºA 10	11	2ºC 12	2ºA	13	14	15	16

Leyenda:

Días no lectivos
Festivos nacionales y locales

3.3. Programa de intervención

3.3.1. Objetivos

Según el *Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato* encontramos los objetivos de etapa establecidos para trabajar con el alumnado de ESO. Por otro lado, según la *orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía*, se establecen los objetivos del área de educación física.

Tabla 3. Objetivos

CURSO: 2º											
Objetivos de etapa							Objetivos de área				
A	C	D	E	G	K	L	4	6	10	11	12

OBJETIVOS DIDÁCTICOS GENERALES	OBJETIVOS DIDÁCTICOS ESPECÍFICOS
Incrementar el índice de motivación e interés por la actividad física en los alumnos.	Aumentar la motivación y el interés del alumnado por la asignatura de Educación Física
	Promover hábitos de vida saludables en el alumnado
Promover una enseñanza más participativa con el uso de proyectos de innovación educativa	Fomentar la participación cooperativa e integrada del alumnado en las clases de Educación Física, evitando la discriminación
	Aumentar la motivación y el interés del alumnado por la asignatura de Educación Física

Dar a conocer al alumnado los diferentes contenidos que abarca el bloque de Expresión Corporal	Aprender la importancia de la cooperación
	Aprender a desarrollar actitudes expresivas con nuestro cuerpo a través del desarrollo del lenguaje expresivo
	Utilizar las calidades básicas del movimiento en la expresión corporal
	Conocer la importancia de la expresión corporal en la salud de las personas y en el enriquecimiento personal
Proporcionar a los alumnos los múltiples beneficios que tiene la práctica de la EC	Mejorar las experiencias sensorio-motrices, perceptivo-motrices y sociales de nuestros alumnos
	Fomentar la creatividad y la imaginación en el alumnado a través de la creación de proyectos
	Buscar la desinhibición personal a través de la expresión corporal
	Aceptar y respetar el trabajo del resto de compañeros

3.3.2. Competencias y contenidos

Tabla 4. Contenidos

COMPETENCIAS	CONTENIDOS
CL CD CAA CSC CEC SIEP	✚ Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad ✚ El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal ✚ Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas ✚ Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. ✚ El mimo y el juego dramático ✚ Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva ✚ Bailes tradicionales de Andalucía ✚ Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas

3.3.3. Metodología

Tabla 5. Metodología

METODOLOGÍA		
Técnicas de enseñanza	Estilos de enseñanza	Estrategia en la práctica
- Autoaprendizaje - Gamificación - Aprendizaje cooperativo	- Mando directo - Asignación de tareas - Descubrimiento guiado - Resolución de problemas - Grupos reducidos - Creatividad	- Global

3.3.4. Sesiones

3.3.4.1. Hilo conductor de las sesiones

En la unidad didáctica número 5 dedicaremos un total de 10+1 sesiones a trabajar el bloque de contenidos de Expresión Corporal. Durante estas sesiones aplicaremos las metodologías mencionadas en el apartado anterior, sin embargo, es interesante destacar que toda esta UD estará gamificada con la temática de la película *“FAMA”* dirigida por Alan Parker y escrita por Christopher Gore y cuyo estreno tuvo lugar en 1980. En ella, un grupo de jóvenes con diversos estilos de vida reciben la oportunidad de demostrar sus habilidades artísticas en el instituto de Artes Escénicas de Nueva York. Tomando esta temática como premisa, nuestros alumnos se convertirán en “estudiantes” de nuestra escuela “FameDiversity” donde durante 6 semanas tendrán la oportunidad de aprender las diversas disciplinas del mundo de las artes interpretativas y demostrar todo su aprendizaje en una gala final.

El objetivo principal es trabajar y aprender de forma motivante de modo que los alumnos puedan sentirse parte de un conjunto y demostrar sus habilidades al resto. Bajo mi punto de vista, todas las personas tenemos cualidades que nos diferencian del resto y que a veces no enseñamos por miedo a que no estén a la altura. Sin embargo, en nuestra escuela “FameDiversity” queremos que cada alumno muestre sus cualidades al resto y entre todos sean capaces de crear una composición completa en todas las disciplinas artísticas y aprender de lo que otros saben hacer.

Los alumnos, antes de comenzar la primera sesión deberán haber visualizado la película *“Fame”* en su casa. Tras ello, cuando asistan a la primera clase de esta unidad didáctica se les explicará la temática que van a seguir durante el resto de las sesiones. En las primeras 5 sesiones los alumnos serán enseñados en las diversas disciplinas artísticas dedicando así dos sesiones para el trabajo de dramatización, dos sesiones para el trabajo de danza y una sesión para el trabajo musical donde se trabajará en conjunto con la asignatura de música. En la sesión número 6, los alumnos deberán, junto con todo lo que han aprendido y sus cualidades, mostrar al resto mediante una breve actuación (audiciones) una de sus mejores cualidades dentro de las diversas disciplinas trabajadas e incluyendo también otras más.

Una vez que se presentan como candidatos para el evento final deberán elegir en qué ámbito trabajarán para el evento y cuál es la disciplina artística en la que quieren focalizar su trabajo. En las sesiones número 7,8 y 9, cada grupo de alumnos, elegidos según la candidatura presentada, deberá enseñar al resto algo más sobre su disciplina a modo de clase breve y lanzarles un challenge y el resto de tiempo de la clase la dedicarán a preparar, en grupo y con ayuda de la profesora el evento final.

En la sesión número 10 se realizarán junto con el equipo de decorado los atrezos y decorados finales así como los últimos repasos para el evento final, teniendo lugar la gala el lunes día 17 de Mayo, en la que cada curso realizará su representación al resto de grupos.

3.3.4.2. Desarrollo de las sesiones

SESIÓN 1

Nombre de la sesión: “Bienvenidos a “FameDiversity””		50min
Objetivos: • Conocer la nueva metodología de trabajo y la forma de trabajar durante esta UD • Experimentar y explorar los recursos expresivos del cuerpo • Trabajar la imitación • Conocer y utilizar las calidades básicas del movimiento en la expresión corporal • Buscar la desinhibición personal en la expresión corporal		
Contenidos: - Gesto y movimiento como medios de comunicación - Calidades básicas del movimiento - Trabajo en equipo - Creatividad corporal		
Metodología: - Mando directo - Resolución de problemas - Creatividad		Materiales: - Altavoz - Esterillas - Pizarra - Tarjetas calidades básicas del movimiento
Desarrollo		
Calentamiento → 15min 1. Explicación de la unidad didáctica y la forma de trabajo durante la misma 2. Ejercicio de activación corporal y desinhibición: consistirá en una actividad dirigida por la profesora en la que los alumnos simplemente deberán seguir sus pasos. En ella, la profesora realizará unos movimientos corporales coreografiados en los que se trabajará la amplitud de movimiento y los distintos niveles del espacio y se aprovechará para realizar una activación, soltura y estiramientos corporales todo ello acompañado de música.		
Parte principal → 30min		

1. (10min) De forma individual y moviéndose por todo el espacio, realizar las órdenes que la profesora de: - Saludar a los compañeros que nos cruzamos - Saltar - Correr - Caminar a cámara lenta - Dar pasos gigantes - Saltar a la pata coja 2. (10min) En grupos de 3, cada alumno se asignará un número. A continuación, moviéndose por todo el espacio, el número 1 tendrá que desplazarse realizando movimientos según lo que le transmita la canción que está sonando y el número 2 y 3 deberán de imitarle. Una vez que se cambia la canción, se cambian los roles y el número 2 tiene que realizar los movimientos y el 1 y el 3 imitarles. Cada uno de ellos dirigirá el ejercicio dos veces con músicas diferentes. 3. (10min) Explicar las calidades básicas del movimiento que son: el peso, el espacio y el tiempo. A continuación, con los mismos grupos anteriores, cada grupo tendrá unas tarjetas (<i>Anexo 1</i>) donde aparecerán 3 tipos de peso, 3 niveles del espacio, 3 tiempos y en la pizarra tendrán 6 situaciones diferentes. Cada uno de ellos elegirá dos situaciones diferentes sin decirles a los demás qué ha elegido. El primero que comience el ejercicio deberá escoger de forma aleatoria tres tarjetas cada una de un color que le indicarán el peso, el espacio y el tiempo con el que tendrá que representar la situación. Sus otros dos compañeros deberán identificar qué situación está representando y con qué calidades del movimiento. Ejemplo: situación: estás deseando llegar a casa porque te orinas pero cuando llegas a casa te das cuenta de que se te han olvidado las llaves y no hay nadie en casa; Calidades del movimiento: peso liviano, nivel bajo del espacio y tiempo rápido
Vuelta a la calma → 5min Ejercicios de respiración y relajación.

SESIÓN 2

Nombre de la sesión: “Creando intérpretes”		50min
Objetivos: • Utilizar los recursos expresivos del cuerpo con el fin de comunicar un mensaje y unos sentimientos • Profundizar en el trabajo y conocimiento de las calidades básicas del movimiento en la expresión corporal • Desarrollar roles interpretativos según las diferentes actividades ajustándose a diversas características • Trabajar y buscar la originalidad y creatividad • Buscar la desinhibición personal en la expresión corporal		
Contenidos: - El gesto dentro de la mímica y la dramatización - Confianza y desinhibición - Uso del cuerpo como medio expresivo que comunica un mensaje - Roles interpretativos - Trabajo en equipo - Originalidad y creatividad		
Metodología: - Mando directo - Resolución de problemas - Creatividad		Materiales: - Altavoz - Esterillas - Pizarra - Pañuelos rojos - Ficha análisis - Ficha situaciones
Desarrollo		
Calentamiento (5min): - Para el calentamiento llevaremos a cabo el juego “Operación Comando”. Para ello, colocaremos a los alumnos de pie en círculo y el profesor dará unos comandos que los alumnos deberán ejecutar. Igualmente, el profesor, para despistarles puede ejecutar otro comando diferente al que dice. <i>Comando cruce:</i> los alumnos deberán cruzar brazos y piernas. <i>Comando open:</i> los alumnos deberán abrir brazos y piernas <i>Comando silla:</i> los alumnos deberán simular que están sentados en una silla <i>Comando chicle:</i> los alumnos deben extender sus brazos hacia arriba por encima de la cabeza alargando todo el cuerpo <i>Comando fast:</i> los alumnos deberán correr por toda la pista de forma aleatoria <i>Comando rana:</i> los alumnos deberán saltar a rana desplazándose por toda la pista		

Parte principal (40min):

1. (10min) La abuela fue a la feria. En este ejercicio, todos los alumnos se colocarán formando un círculo. Elegiremos uno de ellos al azar que deberá continuar la historia “La abuela fue a la feria...” Deberá añadir una acción a dicha historia y representarla mímicamente. Ej.: “La abuela fue a la feria y saludó a sus vecinos (debe hacer el gesto de saludar”. A continuación, el compañero de la derecha deberá repetir el mismo proceso añadiendo una acción nueva y diciendo la de su compañero Ej.: “La abuela fue a la feria y saludó a sus vecinos mientras daban una vuelta (hacer gesto de saludar y dar una vuelta)” Todos los demás de la clase deberán realizar al mismo tiempo los gestos mímicos.
2. (10min) Confía en mí. En este ejercicio vamos a trabajar la desinhibición y la confianza. Para ello, formaremos parejas (a poder ser de alumnos que no tengan mucha relación) y asignaremos a uno de la pareja como lazarillo y a otro como ciego. El ciego se vendará los ojos y el lazarillo deberá guiarle por la pista. A demás encontrarán obstáculos que dificultarán su trayectoria. Es importante la comunicación entre ambos. Al cabo de 3 minutos aproximadamente realizaremos un cambio de roles.
3. (10min) En este ejercicio colocaremos a los alumnos en grupos de 4 y en cada grupo estableceremos un narrador y 3 actores. Los actores se colocarán de espaldas al público (resto de compañeros de clase) y el narrador se colocará frente a los actores. Los actores deberán, mediante mímica y sin hablar, contar una historia, de forma ordenada, que el narrador deberá narrar al público. Las representaciones serán de aproximadamente un minuto por grupo
4. (10min) Agrupamos dos de los grupos de 4 personas para formar grupos de 8. A continuación les otorgamos un papel (*Anexo 2*) donde aparece escrita una situación que han de representar. Ej.: un grupo de extraterrestres llegan a la luna. Los alumnos tendrán un minuto para organizarse y representar la situación al resto de sus compañeros quienes deberán de averiguar de qué se trata rellenando una ficha de análisis (*Anexo 3*). Además, deberán utilizar las calidades del movimiento que ellos deseen y las cuáles también deberán averiguar sus compañeros. Cada grupo realizará 2 situaciones en actuaciones de aproximadamente 2 minutos.

Vuelta a la calma (5min): Secuencia dirigida por la profesora de expresión emocional con música a la que añadiremos el trabajo de estiramientos. Ej.:

<https://www.youtube.com/watch?v=yc68gPFZrT8>

"SESIÓN 3"

Nombre de la sesión: "DanzX"		50min
Objetivos: • Conocer qué es el ritmo y sus componentes • Realizar actividades rítmicas • Conocer y trabajar diferentes formas de movimiento y expresión corporal según melodías musicales • Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento con el fin de comunicar sensaciones y emociones • Crear y expresar de forma autónoma coreografías rítmicas		
Contenidos: - Estructuras rítmicas - Formas de movimiento - Coreografías rítmicas - Trabajo en equipo - Comunicación a través de la danza		
Metodología: - Mando directo - Asignación de tareas - Creatividad		Materiales: - Altavoz - Esterillas - Pizarra
Desarrollo		
Calentamiento (10min): 1. Introducir a los alumnos qué es el ritmo. Luego, de forma individual y repartidos por todo el espacio los alumnos deberán moverse al ritmo de la música según las indicaciones. Cuando la música tenga un ritmo rápido los alumnos deberán correr y cuando la música tenga un ritmo lento deberán caminar suave. 2. En este ejercicio, de forma individual y repartidos por el espacio los alumnos tendrán que caminar por el espacio seguir el ritmo de la canción que suena con la parte del cuerpo que la profesora les indique. Ej.: "Caminad y seguir el ritmo sólo con la cabeza", "Caminad y seguir el ritmo solo con los brazos", "Caminar y seguir el ritmo con la pelvis"		
Parte principal (37min):		

1. (15min) Los alumnos se colocarán en un par de filas, separados y detrás de la profesora todos frente a un espejo. A continuación, de forma dirigida, la profesora llevará a cabo una secuencia de movimientos fluidos propios de la danza clásica. Les explicará a los alumnos la importancia de la delicadeza en los movimientos y lo que van a realizar. A continuación, cambiarán de música y los movimientos coreografiados pasarán a ser movimientos pesados y propios del flamenco. Por último, la música cambiará de nuevo y los alumnos deberán seguir los pasos de la profesora que ahora coreografiarán una música latina con movimientos más dinámicos. 2. (15min) A continuación, realizaremos 4 grupos de clase y a cada uno de ellos le asignaremos un elemento de la naturaleza “Aire”, “Tierra”, “Fuego” y “Agua”. Los alumnos deberán montar, junto con ayuda de la profesora, una coreografía en la que utilicen movimientos en función del elemento al que representan. Además, deberán elegir una canción que acompañe a su representación. Antes de realizar esta actividad debemos explicar a nuestros alumnos lo que se requiere de cada elemento que van a representar. FUEGO: fusión, pasión, fuerza AGUA: Tranquilidad, ondulaciones, fluidez TIERRA: control del cuerpo, conexión con la tierra, fuerza AIRE: fluidez, ligereza, vitalidad 3. (7min) Los alumnos deberán representar la breve coreografía al resto de los compañeros los cuales deberán rellenar una ficha (<i>Anexo 4</i>)
Vuelta a la calma (3min): Feedback de lo trabajado en la sesión al mismo tiempo que realizamos estiramientos dirigidos por la profesora

SESIÓN 4

Nombre de la sesión: “DanzX II”	
Objetivos: • Profundizar en el trabajo del ritmo y sus componentes • Reproducir secuencias de movimientos adecuadas al ritmo • Explorar las posibilidades expresivas del cuerpo • Participar en actividades propuestas estableciendo relaciones positivas y equilibradas con los demás • Trabajar la improvisación	
Contenidos: - Estructuras rítmicas - Danzas del mundo - Coreografías rítmicas - Improvisación - Trabajo en equipo - Comunicación a través de la danza	
Metodología: - Mando directo - Creatividad -	Materiales: - Altavoz - Esterillas - Pizarra
Desarrollo	
Calentamiento (10min): 1. Juego estatuas móviles. Los alumnos deberán desplazarse por el espacio bailando libremente y cuando se pare la música deberán detenerse y formar una figura. Variante: cuando se pare la música en lugar de formar una figura deberán agruparse en grupos del número que la profesora indique: Ej.: grupos de 5. 2. Agrupamos a los alumnos en parejas. A continuación, ponemos músicas con diferentes ritmos. Uno de la pareja será el director y deberá marcar el ritmo marchando y el otro de la pareja deberá seguirle el ritmo. Cuando se produzca el cambio de canción se producirá el cambio de roles.	
Parte principal (30min): 1. (20min) Aprenderemos la danza del mundo “Oh Susana” procedente de EEUU. Les explicaremos la estructura musical de la canción y los pasos de la misma.	

Agrupación: Por parejas en círculo.

Introducción: 4 compases

Frase A: Compás de 8 tiempos

- Compás del 1 al 4: 3 pasos de polka hacia el centro y al finalizar dos palmadas en el sitio
 - Compás del 5 al 8: 3 pasos de polka hacia atrás y al finalizar dos palmadas.
- *La frase A la hacen completa primero las chicas y después los chicos.

Frase B: Compás de 8 tiempos

- Compás del 9 al 16: Cadena inglesa los chicos en sentido SIAR empezando por el interior del círculo y las chicas en sentido SAR por el exterior. Con 8 pasos de polka.

En la repetición de la frase B las parejas camina con un agarre cruzado con 8 pasos de polka en sentido contrario a las agujas del reloj.

2. Batalla de baile (10min). Dividiremos la clase en dos grupos y enfrentaremos a ambos. A continuación, de forma individual deberá salir uno de un equipo y al ritmo de la música improvisar unos pasos de baile durante unos segundos, cuando finalice deberá decir el nombre de un compañero del otro equipo que deberá improvisar otros pasos al ritmo de la música, así sucesivamente hasta que salgan todos.

Vuelta a la calma (10min): Secuencia dirigida por la profesora de control postural y estiramientos con música relajante.

SESIÓN 5

Nombre de la sesión: “La música es para el alma...”	
Objetivos: • Experimentar las posibilidades sonoras de nuestro cuerpo • Desarrollar la creatividad • Potenciar la libre expresión sonora a través de la práctica con instrumentos • Desarrollar la escucha mantenida y la asociación de sonidos • Crear composiciones musicales	
Contenidos: - Creatividad musical y vocal - Conocer los instrumentos musicales - Asociación de sonidos - Composiciones musicales - Trabajo en equipo	
Metodología: - Asignación de tareas - Descubrimiento guiado	Materiales: - Tablet u ordenador - Ficha grupo - Instrumentos musicales - Altavoz
Desarrollo	
Calentamiento (5min): En esta sesión dividiremos a la clase en 4 grupos homogéneos. A demás, trabajaremos de forma interdisciplinar con la asignatura de música para el desarrollo de la sesión por lo que esta sesión quedaría libre para cualquier cambio o modificación considerado más oportuno por el/la especialista de música. En primer lugar, explicaremos la actividad a los alumnos. Esta actividad consistirá en pasar, de forma grupal, por las diferentes estaciones que conforman el circuito. En cada estación encontrarán una actividad a desarrollar y cada uno de ellos llevará una ficha que deberá de rellenar (<i>Anexo 5</i>). Cada grupo de alumnos estará en cada estación aproximadamente 10min y después rotarán hacia la siguiente estación.	
Parte principal (40min): ESTACIÓN 1:	

Los alumnos visualizarán el siguiente video en una Tablet u ordenador y deberán reproducir la secuencia rítmica a través del trabajo de percusión corporal tal y como indica el vídeo <https://www.youtube.com/watch?v=3NBsKMFUtdg>

Además, una vez que lo hayan realizado todos dos veces deberán de escribir en su ficha (Anexo 4) una secuencia rítmica realizada con percusión corporal. Ej.: dos plamadas, silencio, un chasquido, dos golpes en el pecho, un chasquido, silencio y dos pisadas.

ESTACIÓN 2:

En este ejercicio los alumnos dispondrán de algunos instrumentos musicales y les pediremos que experimenten con ellos, todo bajo supervisión de la profesora. Además, previo a la sesión pediremos a los alumnos que si alguno de ellos sabe tocar algún instrumento y quiere puede traerlo a clase y enseñar a sus compañeros. Los instrumentos de los que dispondrán tendrán sonidos muy diferentes y los alumnos deberán escribir en la ficha qué sentimientos les produce escuchar cada tipo de instrumento (alegría, ira, tristeza, etc)

ESTACIÓN 3:

La importancia de la música. En este ejercicio vamos a transmitir a nuestros alumnos la importancia de la música a través de las bandas sonoras de películas. Para ello visualizarán una secuencia de escenas de películas sin sonido y en otro dispositivo dispondrán del sonido correspondiente a esas escenas. El objetivo es que sean capaces de asociar qué sonido corresponde a cada escena y por tanto averiguar la banda sonora de cada película.

ESTACIÓN 4:

En este ejercicio el objetivo es que nuestros alumnos sean capaces de realizar una breve composición musical en la que hagan uso tanto de instrumentos como de la percusión corporal. A demás, si lo desean podrán añadirle danza y cante a la composición. Una vez que la finalicen deberán mostrarla a su profesora la cual dará o no el visto bueno a la misma.

Vuelta a la calma (5min):

Muestra de las composiciones musicales al resto de la clase y explicación de lo que van a realizar en la próxima sesión.

SESIÓN 6

Nombre de la sesión: “Sé tú mismo. Candidaturas gala final”	
Objetivos: - Crear composiciones individuales de forma creativa - Trabajar las diferentes disciplinas artísticas practicadas en clase - Superar posibles inhibiciones ante la representación en público - Ser capaces de mostrar sus habilidades al resto de compañeros	
Contenidos: - Trabajo individual - Habilidades personales - Disciplinas artísticas en su conjunto - Exhibiciones	
Metodología: - Creatividad	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles - Pegatinas candidatura - Pautas sesiones
Desarrollo	
Calentamiento (5min): Preparación individual libre de su candidatura y organización. Cada alumno/a, previo a su actuación deberá pasar por la mesa de jurado y recoger su pegatina (<i>Anexo 6</i>) con un número de candidato	
Parte principal (40min): De forma ordenada, cada alumno deberá realizar una breve actuación que deberán traer preparada de casa y de no más de 2 minutos donde muestre al resto alguna de sus habilidades dentro de las disciplinas artísticas. Los alumnos podrán bailar, cantar, recitar poesía, tocar un instrumento, realizar una interpretación o, incluso realizar caracterizaciones a través de maquillaje o disfraces. Los alumnos deberán presentar su candidatura de manera individual aunque también podrán hacerlo, en algunos casos, en parejas. Una vez que los alumnos presentan su candidatura se les asigna un grupo de trabajo en función de la disciplina artística que hayan representado. El resto de alumnos serán el público hasta que les toque su turno de actuación.	
Vuelta a la calma (5min): Explicar a los alumnos en qué consistirán las 3 próximas sesiones y cómo han quedado configurados los grupos.	

SESIÓN 7

Nombre de la sesión: “Challenge interpretación”. Equipo Mr. Farrell.	
Objetivos: - Profundizar en el uso de los recursos expresivos del cuerpo con el fin de comunicar un mensaje y unos sentimientos - Profundizar en el trabajo y conocimiento de las calidades básicas del movimiento en la expresión corporal - Buscar la desinhibición personal en la expresión corporal - Ser capaces de desarrollar y llevar a cabo una sesión completa de interpretación *OTROS OBJETIVOS A AÑADIR POR LOS ALUMNOS QUE DESARROLLEN LA SESIÓN	
Metodología: - Asignación de tareas - Grupos reducidos - Creatividad	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles
Contenidos: - Trabajo en equipo - Desarrollo de sesiones - Roles interpretativos - Uso del cuerpo como medio de comunicación *CONTENIDOS A AÑADIR POR EL GRUPO DE ALUMNOS QUE DESARROLLA LA SESIÓN	
Desarrollo 1. (30min) En esta sesión un grupo de alumnos ha sido asignado para impartir la clase. En la clase anterior los alumnos fueron agrupados según las diferentes disciplinas artísticas que representaron en su candidatura. Es por ello que en esta sesión el grupo que realizó teatralización deberá llevar a cabo la sesión. Los alumnos deberán preparar previamente una sesión en la que se trabajen contenidos relacionados con la interpretación. A los grupos se les dará un documento de pautas (<i>Anexo 7</i>) que tendrán que tener en cuenta a la hora de realizar la sesión. En clase deberán impartir dicha sesión al resto de sus compañeros y lanzarles un challenge a los otros grupos. Este challenge deberá ser elaborado de forma propia y realizado con la APP de “TikTok”. El resto de grupos deberán aceptar el challenge y grabarlo en sus casas.	

2. (30min) Los grupos establecidos según disciplinas artísticas se mezclarán para crear grupos nuevos y variados. Esta combinación la realizará la profesora previo a la sesión. Por tanto, la profesora indicará a los alumnos los nuevos grupos para trabajar en el proyecto final. Durante esta media hora restante los alumnos deberán comenzar a preparar el evento final. Dicho evento consistirá en una actuación completa de unos 10 minutos de duración. Podrán elegir entre realizar un fragmento de una obra músico-teatral o una actuación musical famosa que requiera de caracterización similar a las actuaciones del programa “Tu cara me suena”. Los alumnos deberán, según sus cualidades repartirse las tareas teniendo así algunos que se encarguen del decorado, otros del baile, de la interpretación y de la música. Todos los alumnos deberán crear el conjunto final.

SESIÓN 8

Nombre de la sesión: “Challenge danza”. Equipo Miss Berg.	
Objetivos: - Profundizar en el trabajo del ritmo y sus componentes - Crear y reproducir secuencias de movimientos adecuadas al ritmo *OTROS OBJETIVOS A AÑADIR POR LOS ALUMNOS QUE DESARROLLEN LA SESIÓN	
Contenidos: - Trabajo en equipo - Desarrollo de sesiones - Secuencias rítmicas y de movimiento *CONTENIDOS A AÑADIR POR EL GRUPO DE ALUMNOS QUE DESARROLLA LA SESIÓN	
Metodología: - Asignación de tareas - Grupos reducidos - Creatividad	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles
Desarrollo: 1. (30min) En esta sesión los alumnos que realizaron la candidatura de danza deberán llevar a cabo la sesión. Los alumnos deberán preparar previamente una sesión en la que se trabajen contenidos relacionados con la danza. A los grupos se les dará un documento de pautas (<i>Anexo 7</i>) que tendrán que tener en cuenta a la hora de realizar la sesión. En clase deberán impartir dicha sesión al resto de sus compañeros y lanzarles un challenge a los otros grupos. Este challenge deberá ser elaborado de forma propia y realizado con la APP de “TikTok”. El resto de grupos deberán aceptar el challenge y grabarlo en sus casas. 2. (30min) Preparación del evento final.	

SESIÓN 9

Nombre de la sesión: “Challenge música”. “Equipo Mr. Shorofsky”	
Objetivos: - Experimentar las posibilidades sonoras de nuestro cuerpo - Profundizar en el desarrollo de la escucha mantenida y la asociación de sonidos - Ser capaces de crear composiciones musicales *OTROS OBJETIVOS A AÑADIR POR LOS ALUMNOS QUE DESARROLLEN LA SESIÓN	
Contenidos: - Trabajo en equipo - Desarrollo de sesiones - Composiciones musicales *CONTENIDOS A AÑADIR POR EL GRUPO DE ALUMNOS QUE DESARROLLA LA SESIÓN	
Metodología: - Asignación de tareas - Grupos reducidos - Creatividad	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles
Desarrollo: 1. (30min) En esta sesión los alumnos que realizaron la candidatura de música (tanto cante como instrumentos) deberán llevar a cabo la sesión. Los alumnos deberán preparar previamente una sesión en la que se trabajen contenidos relacionados con la danza. A los grupos se les dará un documento de pautas (Anexo 4) que tendrán que tener en cuenta a la hora de realizar la sesión. En clase deberán impartir dicha sesión al resto de sus compañeros y lanzarles un challenge a los otros grupos. Este challenge deberá ser elaborado de forma propia y realizado con la APP de “TikTok”. El resto de grupos deberán aceptar el challenge y grabarlo en sus casas. 2. (30min) Preparación del evento final.	

SESIÓN 10

Nombre de la sesión: “Luces en un decorado”	
Objetivos: - Construir una composición final en la que se incluyan las diferentes disciplinas artísticas - Trabajar en equipo para la obtención de un objetivo común - Ayudar a los compañeros	
Contenidos: - Trabajo en equipo - Elaboración de evento final - Composiciones grupales	
Metodología: - Grupos reducidos - Asignación de tareas	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles
Desarrollo: (1h) En esta sesión los alumnos dispondrán de toda la hora para realizar las últimas preparaciones para el evento final. Podrán realizar ensayos, preparar atrezzo etc. Además, la profesora estará supervisando el trabajo grupal y aportando feedback para mejorar a cada grupo. Del mismo modo, si los alumnos lo desean podrán pedir ayuda a la profesora para la elaboración de su actuación. Previamente a la sesión los alumnos serán avisados de que dispondrán de esta sesión para preparar el evento final por lo que podrán traer o solicitar todos los materiales que necesiten para dicha preparación. En el evento final se podrán poner decorados de fondo, imágenes, vídeos etc.	

SESIÓN 11

Nombre de la sesión: EVENTO	
Objetivos: - Superar posibles inhibiciones ante la representación en público - Ser capaces de mostrar sus habilidades al resto de compañeros - Llevar a cabo una composición final que aúne los contenidos trabajados en clase y además cumpla con los requisitos que se requieren de la misma.	
Contenidos: - Trabajo en equipo - Desarrollo del evento - Disciplinas artísticas	
Metodología: - Creatividad	Materiales: - Altavoz - Materiales que los alumnos soliciten siempre que el centro los tenga disponibles
Desarrollo: (2h) En esta sesión los alumnos llevarán a cabo el evento final. Se establecerá un día en una hora determinada donde la representación se hará junto con los otros grupos del mismo ciclo que han trabajado este bloque de contenidos. Para ello, nos podremos en contacto con el resto de profesores para establecer un día y coger un par de horas donde los alumnos puedan realizar la representación final y mostrarla al resto de sus compañeros. A demás, esta representación será evaluada por un jurado compuesto por los 3 profesores que los grupos tengan en esas horas de clase. Y del mismo modo, será evaluada, mediante una plantilla por la profesora de educación física (Anexo 5)	

3.4. Recursos

3.4.1. Recursos personales

Con respecto a los recursos personales necesarios para el desarrollo de la unidad didáctica no necesitaremos a ningún personal externo ya que en mi caso y tomando mi perfil como graduada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte poseo la titulación necesaria para ejercer como docente de la asignatura de Educación Física y por tanto para la puesta en práctica de esta unidad didáctica. Sin embargo, sí será necesaria la colaboración de algunos docentes en la sesión final en la que los alumnos llevarán a cabo el evento final. Estos docentes serán cuestionados previamente sobre su disposición o no a formar parte de “jurado” del evento y facilitar sus horas (a cambio de una hora de Educación Física de otro día) para poder desarrollar el evento de forma que los tres grupos de 2ºESO realicen la actividad el mismo día en el mismo tramo horario.

3.4.2. Herramientas a emplear

Durante el desarrollo de esta unidad didáctica se utilizarán diversas metodologías de enseñanza con la finalidad de que el alumno/a pueda vivenciar y trabajar su capacidad de adaptación a las mismas. Si hablamos más específicamente sobre las sesiones desarrolladas, emplearemos en algunas de ellas herramientas tecnológicas que nos permitirán la interacción del alumnado con las mismas y el trabajo de los contenidos de una forma más activa e innovadora.

En la primera sesión se le solicitará al alumno que haya visualizado previamente la película “*Fame*” para entender el desarrollo de la consiguiente unidad didáctica por lo que deberán hacer uso de alguna plataforma de streaming mediante la cual puedan visualizar dicha película.

En la sesión número 5 utilizaremos la plataforma “Youtube” para visualizar videos que nos ayudarán al desarrollo de la sesión.

En las sesiones número 7, 8 y 9 los alumnos llevarán a cabo sus clases y como premisa obligatoria deberán hacer uso de la aplicación “TikTok” mediante la cual les mandarán “challenges” a sus compañeros como tareas de casa. La aplicación “TikTok” creada por la firma china de tecnología “ByteDance”, es una app incluida dentro de la clasificación de redes sociales que permite al usuario grabar, editar y compartir videos cortos. Además, se pueden añadir fondos musicales, efectos de sonido y filtros o efectos visuales.

En el caso de que se considere oportuno, los alumnos en las sesiones que ellos han de preparar podrán utilizar cualquier herramienta que consideren necesaria consultando su uso previamente con la profesora.

Por último, de forma general durante todas las sesiones, se hará uso de las plataformas de música como “Youtube” y “Spotify” así como de la música descargada que sea necesaria para la sesión requiriendo pues la presencia de un altavoz o casete en el aula.

3.4.3. Instalaciones

Previamente a especificar las instalaciones a utilizar, he considerado interesante ubicar el desarrollo de la programación en el mismo centro educativo donde he realizado las prácticas (“CEIP Nuestra Señora de la Cabeza”), de forma que las instalaciones puedan ser detalladas y explicadas con mayor claridad.

En base a esto, las instalaciones necesarias para el desarrollo de la programación serán las siguientes:

- Pabellón del colegio, el cual dispone de una pista de baloncesto, una sala de proyecciones, vestuarios, un cuartillo del profesor y una sala de materiales. Además dispone de un altavoz con conexión tanto para dispositivo móvil como para ordenador.
- Pista de baloncesto y fútbol sala exterior así como pista de pádel las cuales no serán utilizadas de forma general en esta unidad didáctica pero se puede requerir de su uso en algún caso excepcional en el que no pueda utilizarse el pabellón.
- Exteriores zonas verdes donde podrán llevarse a cabo los ejercicios de relajación.
- Aula de música donde si fuera necesario podría llevarse a cabo la sesión número 5 ya que en ella se encuentran los diversos instrumentos a utilizar.

3.4.4. Materiales

El material que se especifica a continuación es el necesario en las diferentes sesiones desarrolladas previamente en el apartado 3.3.4.2. En este apartado encontraremos de forma más esquemática todo el material que será necesario para llevar a cabo toda la unidad didáctica de forma que con un simple vistazo podamos saber qué necesitamos para su desarrollo.

Tabla 6. Materiales

SESIÓN	Altavoz	Esterillas	Pizarra	Materiales que los alumnos soliciten y que el centro disponga	Otros
1	X	X	X		- Tarjetas calidades básicas del movimiento
2	X	X	X		- Pañuelos ojos - Ficha análisis - Fichas situaciones
3	X	X	X		
4	X	X	X		
5	X				- Tablet u ordenador - Ficha grupo - Instrumentos
6	X			X	- Pegatinas número candidato - Pautas sesiones
7	X			X	
8	X			X	
9	X			X	
10	X			X	
11	X			X	

3.5. Evaluación

3.5.1. Procedimientos

En este apartado se hablará de cómo se va a evaluar, es decir del procedimiento que se va a seguir para la evaluación del alumnado. La evaluación será continua durante toda la unidad didáctica evaluando lo trabajado y finalmente la proyección de lo aprendido mediante un proyecto final. El método de evaluación será mediante indicadores de logro que están relacionados con los estándares de aprendizaje y los criterios de evaluación seleccionados para esta unidad didáctica.

Tabla 7. Procedimiento de la evaluación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos	2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	1,2,4,5 y 6
	2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	1,2,4,5 y 6
	2.3. Colabora en el diseño de la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros	2,5 y 6
	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea	1 y 3

6.Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	5
	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	5
7.Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	7.1.Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	1,2,5 y 6
	7.2.Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	1, 2, 5 y 6
	7.3.Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	1, 2, 4, 5 y 6

10.Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10.1.Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	3, 5 y 6
--	--	----------

3.5.1.1. Indicadores de logro desarrollados:

1. Ficha de análisis. (Anexo 3) Individual. Los alumnos deberán rellenar esta ficha en clase mediante la que evaluarán la interpretación de sus compañeros identificando qué calidades del movimiento han utilizado los intérpretes en su actuación. Con ello podemos observar que han entendido qué son y cómo se aplican las calidades básicas del movimiento.
2. Coreografía elementos de la tierra. (Anexo 4) Individual y grupal. Se utilizará una rúbrica breve donde se evaluará que los alumnos han cumplido con los requisitos establecidos ya que deberán realizar una representación danzada en la que utilizando los recursos expresivos del cuerpo y el baile sean capaces de transmitir las emociones que les transmite el elemento asignado.
3. Ficha sesión musical. (Anexo 5). Individual. Con esta ficha llevaremos un control de la participación y actividad del alumnado en una sesión en la que se trabaja en forma de circuito y con una metodología de descubrimiento guiado. En la ficha los alumnos deberán completar según lo que se les requiera en cada estación.
4. Candidaturas. Individual. Rúbrica mediante la que se evaluará la preparación, la participación, la originalidad y la actuación de los alumnos en la presentación de su candidatura para ser parte de la academia "FameDiversity"
5. Sesiones/Challenge: En este indicador evaluaremos, mediante una rúbrica, la elaboración y puesta en práctica de las sesiones por parte de cada grupo de alumnos tanto de forma individual como de la actividad en su conjunto.
6. Evento final. Individual y grupal. Utilizaremos una rúbrica para evaluar la actuación final de cada grupo de alumnos, observando tanto el trabajo grupal como el individual.

Tabla 8. Indicadores de logro

INDICADORES DE LOGRO		
INDICADOR	HERRAMIENTA	PORCENTAJE
1	Ficha clase	5%
2	Cuestionario/Escala Lkert	5%
3	Ficha sesión	5%
4	Rúbrica	10%
5	Rúbrica	30%
6	Rúbrica	45%
NOTAS OBTENIDAS		
1.8/10; 2.7/10; 3.7/10; 4.8/1; , 5.8/10; 6.9/10		
APLICACIÓN DE PORCENTAJES Y CALIFICACIÓN FINAL		
$(8*0.05)+(7*0.05)+(7*0.05)+(8*0.10)+(8*0.30)+(9*0.45)=8,35$		

3.5.2. Instrumentos

Alguno de los indicadores requiere de un instrumento de evaluación que en este caso serán unas rúbricas las cuales se muestran a continuación.

3.5.2.1. Rúbrica de evaluación indicador número 4

Tabla 9. Rúbrica de evaluación indicador número 4

CONTENIDO	1	2	3	4
Es original a la hora de elaborar su propuesta de actuación	No es nada original con la propuesta	Aplica poca originalidad a la propuesta	La propuesta es original pero no del todo	Plantea una propuesta muy original
Emplea elementos trabajados en las clases anteriores en su actuación y que enriquecen la misma	No emplea ninguno de los elementos trabajados	Emplea solo un elemento de los trabajados	Emplea varios elementos trabajados	Emplea una amplia gama de elementos trabajados
Se expresa con naturalidad y de forma desinhibida	No se expresa con naturalidad ni desinhibición	Se expresa un poco natural pero poco desinhibido	Se expresa con naturalidad pero no está desinhibido	Se expresa con naturalidad y desinhibición
La actuación está correctamente preparada de casa	No ha preparado nada en casa	Ha preparado muy pocas cosas en casa y casi todo ha sido improvisado	Está preparado de casa pero no lo suficiente	La actuación está muy bien preparada
Muestra seguridad en lo que hace	No se encuentra nada seguro con su actuación	Muestra algo de seguridad pero no la suficiente para desenvolverse eficazmente	Muestra seguridad	Muestra mucha seguridad en su actuación
Se implica y pone pasión en su actuación	No se implica nada ni pone pasión	Se implica algo pero sin motivación ni ganas	Se implica lo suficiente pero no transmite pasión	Se implica muchísimo y consigue transmitir pasión por lo que hace
Tiene talento en la habilidad que demuestra	No, nada	Un poco	Bastante	Muchísimo, ¡es un artista!

3.5.2.2. Rúbrica de evaluación indicador número 5

Tabla 10. Rúbrica de evaluación indicador número 5

CONTENIDO	1	2	3	4
Es responsable con la parte que le ha sido asignada en el trabajo	No, no ha hecho nada	Ha hecho algo pero no todo lo que tenía que hacer	Ha hecho casi todo lo que tenía que hacer	Sí, ha realizado todo lo que tenía que hacer
Interviene en la puesta en práctica de la sesión junto con sus compañeros de forma ordenada y coordinada	Participa totalmente	Participa bastante	Apenas participa	No participa
Escucha y respeta el turno de sus compañeros	No presta atención a las intervenciones de sus compañeros	Atiende parcialmente a sus compañeros	Escucha a sus compañeros pero interrumpe a veces	Escucha y respeta a los demás
Posee conocimiento sobre aquello que explica	No nada	Un poco pero no lo suficiente	Tiene conocimiento pero no sabe transmitirlo	Si, tiene muchísimo conocimiento
Se desenvuelve correctamente en las explicaciones a sus compañeros	No, nada	A veces	Casi siempre	Siempre
Muestra seguridad a la hora de impartir la clase	No, está muy inseguro	Si, pero no la suficiente como para impartirla correctamente	Si muestra algo de seguridad	Está muy seguro y se desenvuelve en el aula sin problema
Los ejercicios son coherentes a los contenidos a impartir	No, nada	Sólo algunos	La mayoría son coherentes	Todos los ejercicios son coherentes a los contenidos
Los actividades son apropiadas y favorecen el aprendizaje	No, ninguna	Solo algunas de ellas	La mayoría son apropiadas y favorecen el aprendizaje	Todas las actividades son muy apropiadas y favorecen el aprendizaje

3.5.2.3. Rúbrica de evaluación indicador número 6

Tabla 11. Rúbrica de evaluación indicador número 6

CRITERIO	1	2	3	4
Coordinación dinámica general	Cada componente realiza acciones y movimientos diferentes. No hay coordinación entre ellos	No existe coordinación entre los componentes del grupo, sólo en algunas acciones muy concretas	Existe coordinación en la mayoría de las acciones excepto en algunas de forma puntual que no la hay	Todos los cambios, movimientos y acciones las realizan de forma coordinada.
Apoyo musical	No utilizan apoyo musical en su actuación	Utilizan apoyo musical pero no es coherente en intensidad, frecuencia y tiempo con la actuación realizada	Utilizan apoyo musical que generalmente es coherente a la actuación excepto en algunos momentos puntuales	Utilizan apoyo musical que es muy favorecedor a su actuación por su perfecta coherencia con la misma
Organización	Los componentes del grupo no están nada organizados	Existe algo de organización pero no la suficiente	Generalmente están organizados pero en algunas situaciones puntuales se produce desorganización	Existe muy buena organización durante todo el tiempo
Atrezo	No usan nada de atrezo y queda pobre la actuación	Utilizan algo de atrezo pero no es coherente a la actuación o no es suficiente	Utilizan atrezo pero no está suficientemente elaborado	Utilizan atrezo muy bueno y coherente con la actuación
Contenidos	No aplican ninguno de los contenidos trabajados en clase	Aplican solo algunos de los contenidos trabajados en clase	Aplican los contenidos trabajados en clase pero no correctamente	Aplican los contenidos trabajados en clase de forma correcta

Disciplinas artísticas	Solo trabajan una disciplina artística	Trabajan algunas disciplinas artísticas pero no lo suficientemente bien	Trabajan la mayoría de disciplinas artísticas pero no todas	Trabajan de forma correcta todas las disciplinas artísticas
Originalidad	La actuación no es nada original	Es algo original pero no lo suficiente	Es bastante original	Es muy original

3.5.2.3.1. Cuestionarios específicos para evaluar indicador número 6

Tabla 12. Escala líkert dramatización

ESCALA LÍKERT DRAMATIZACIÓN		
CONTENIDO	SI	NO
Aplican las calidades básicas del movimiento		
Transmiten el mensaje mediante el uso de los recursos expresivos del cuerpo		
La interpretación está coordinada entre todos los componentes del grupo		
El alumno lleva bien preparada su parte de la actuación		
El alumno se encuentra seguro y desinhibido en su actuación		
Se distinguen claramente los roles interpretativos		

Tabla 13. Escala líkert danza

ESCALA LÍKERT DANZA		
CONTENIDO	SI	NO
Aplican los contenidos trabajados en clase		
Las formas de movimiento y de expresión corporal se trabajan siguen melodías musicales		
Transmiten el mensaje mediante el uso de los recursos expresivos del cuerpo		
La interpretación está coordinada entre todos los componentes del grupo		
El alumno lleva bien preparada su parte de la coreografía		
El alumno se encuentra seguro y desinhibido en su actuación		
Expresan de forma adecuada coreografías rítmicas reproduciendo secuencias de movimiento adecuadas al ritmo		

Tabla 14. Escala líkert música

ESCALA LÍKERT MUSICA		
CONTENIDO	SI	NO
Aplican los contenidos trabajados en clase		
La música elegida es coherente a la interpretación y se ajusta favorece la transmisión del mensaje		
Los alumnos son capaces de crear composiciones musicales		
El alumno lleva bien preparada su parte de la actuación		
El alumno se encuentra seguro y desinhibido en su actuación		
Utilizan percusión corporal en la actuación		

4. Elementos curriculares complementarios

4.1. Medidas para atender al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (AENAE)

Conforme establece el artículo 71 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación corresponde a las administraciones educativas ofrecer a los alumnos que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria por diversas causas, ofrecerles y asegurarles los recursos educativos para que puedan alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y, en todo caso, los objetivos establecidos de forma general para todos los alumnos.

En esta etapa educativa, las medidas de atención a la diversidad están orientadas a consecución de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria así como de sus competencias básicas respondiendo a las necesidades educativas concretas del alumnado de forma que no suponga una discriminación que pueda impedirles alcanzar dichos objetivos

De forma general se llevarán a cabo medidas y actuaciones educativas que den respuesta a las diferentes capacidades del alumnado, ritmos de aprendizaje, intereses, situaciones económicas y culturales, entre otras. De forma más específica en el área de Educación Física las medidas que se llevarán a cabo estarán más relacionadas con sus capacidades físicas que les puedan impedir la realización de la actividad. Ante ello, al comienzo de cada trimestre se le entregará al alumnado una ficha que junto con sus tutores legales deberán rellenar respondiendo a una serie de cuestiones médicas que servirán para averiguar si los alumnos necesitan algún tipo de atención.

Por tanto, con los grupos con los que se trabajará durante el curso escolar y en función de los casos que se presente se prestará atención selectiva a dichos alumnos.

4.2. Transversalidad

De acuerdo con lo establecido en el artículo 7 del Decreto 111/2016, de 14 de Junio, entre las recomendaciones metodológicas para la enseñanza de la Educación Secundaria Obligatoria encontramos que el proceso de enseñanza-aprendizaje “debe caracterizarse por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral” (BOJA, 2016) desde todas las materias y ámbitos de conocimiento. En esta línea, por tanto, desde la materia de Educación Física y más concretamente desde la unidad didáctica desarrollada anteriormente sobre EC, incluiremos un componente ético de trabajo a través de:

- El desarrollo de la iniciativa personal a través de la responsabilidad y el trabajo en convivencia así como la cooperación, solidaridad y el respeto rechazando la violencia que provocan ciertos estereotipos y prejuicios.
- Reconocimiento de la diversidad cultural como enriquecedora de la convivencia.
- Igualdad de derechos entre sexos rechazando la discriminación entre hombres y mujeres.

4.3. Interdisciplinariedad

Durante esta unidad didáctica se trabajará de forma interdisciplinar con la asignatura de Música incluida dentro del currículum educativo para segundo de la ESO. Para ello previamente al comienzo de la unidad didáctica se acordará junto con el docente de música la realización de un día de trabajo en el que se pueda llevar a cabo la sesión conjunta (Sesión número 5).

4.4. Interculturalidad

Desde la asignatura de Educación Física se favorece el fomento de la interculturalidad a través del desarrollo y trabajo de actitudes reflexivas mediante el trabajo en grupo donde se valora la riqueza cultural, además con estas actividades grupales se fomentan las conductas de colaboración y respeto que favorecen la inclusión de grupo. De forma más específica a través de la unidad didáctica de expresión corporal ayudamos a que los alumnos de otras culturas se desinhiban y desenvuelvan para conocer e integrarse con el resto de alumnos.

4.5. Planteamiento de actividades extraescolares.

Debido a que la unidad didáctica de Expresión Corporal no cumple en todas sus sesiones con los niveles de actividad física diarios y semanales recomendados por la Organización Mundial de la Salud y a sabiendas de que actualmente, según diversos estudios existe un alto porcentaje de sedentarismo en adolescentes, se planteará al alumnado, como actividad extraescolar pero puntuable para la unidad didáctica la realización de actividades dirigidas extraescolares que ayudarán al desarrollo de su aprendizaje y además incrementarán sus niveles de actividad física diarios. Para ello, de forma semanal se proporcionará al alumnado tres enlaces de “Youtube” donde se visualizarán clases dirigidas de unos 40 minutos de Zumba, Yoga, Pilates, Body Combat, etc. Los alumnos simplemente tendrán que poner dichas clases en cualquier dispositivo electrónico con acceso a internet y seguir la clase desde sus casas. Este trabajo será voluntario pero favorecerá positivamente en la evaluación final de aquellos alumnos que las realicen. Para ello, se les hará responder a una pregunta específica relacionada con el vídeo y la actividad realizada. Por ejemplo: Dime una de las canciones que sonaban ayer en la clase, ¿Cuál ha sido el ejercicio que más dificultad ha tenido para ti?, etc. Estas preguntas se harán al alumnado al comienzo de cada clase. Por ejemplo, si la tarea se mandó el Lunes y la próxima clase es el Miércoles pues el Miércoles será cuando se realice la cuestión al alumnado y aquellos que quieran podrán responderla en uno de los papeles en blanco que encontrarán en la mesa del profesor dejando su nombre escrito en el mismo.

5. Innovación

- TICS

La utilización de nuevas tecnologías en el ámbito educativo fomenta la motivación en el alumnado ya que actualmente vivimos en una sociedad tecnológica. Es por ello que potenciar el uso de este tipo de herramientas de trabajo se hace de vital importancia actualmente dentro del sistema educativo. Por tanto, a través de la asignatura de Educación Física se desarrollarán, durante el curso escolar, los siguientes objetivos relacionados con el trabajo de las TICS:

- Educar en el uso responsable de las tecnologías de la información y comunicación
- Potenciar el uso de las TICS en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado
- Conocer nuevas herramientas y recursos tecnológicos que faciliten y motiven el aprendizaje del alumnado
- Conocer y utilizar aplicaciones móviles y redes sociales de forma responsable y supervisada para realizar actividades de clase.

6. Conclusión

La realización de esta unidad didáctica surge a raíz del análisis de las deficiencias observadas a la hora de incluir el bloque de contenidos de expresión corporal en las programaciones didácticas de educación física y el consiguiente rechazo que genera en el alumnado la puesta en práctica de este bloque de contenidos.

Durante este año, he tenido la oportunidad de vivenciar la Educación Física en el ámbito de la secundaria gracias a la realización de mis prácticas del máster de educación. A raíz de lo observado en las mismas decidí arrancar este proyecto. Lo observado fue que, al plantearle a mis alumnos la realización de una sesión de expresión corporal se generó un rechazo globalizado hacia dicha propuesta y un déficit de motivación hacia la misma. Tras analizar, que efectivamente, como había observado, los índices de motivación eran bastante bajos pensé que sería interesante crear un proyecto que pudiera ser innovador y que, al aplicarlo en el futuro, me permitiera devolver esa motivación, implicación, ilusión y ganas al alumnado.

Es por ello que a través de esta unidad didáctica se trabaja con el alumnado este bloque de contenidos de forma innovadora y motivante a través de la gamificación, lo cual, puede aumentar los niveles de interés en el alumnado con el objetivo final de aumentar la adherencia a la práctica de actividad física en los más jóvenes dándoles la oportunidad de incrementar sus experiencias de aprendizaje y sus conocimientos. En función de los resultados que se obtuviesen tras la aplicación de la misma se estudiaría la posible implantación en el resto de cursos y unidades didácticas.

7. Referencias

7.1 Referencias bibliográficas y legislativas

- Ágreda, M. (2018) Percepciones de las emociones en alumnos de ESO tras una Unidad Didáctica de Expresión Corporal. Universidad de Zaragoza, Zaragoza, España.
- Archilla, M.T. y Pérez, D. (2012) Dificultades del profesorado de E.F. con las actividades de expresión corporal en secundaria. *Revista Digital de Educación Física*. 14.
- Bossu, H. y Chalaguier, C. (1986). La Expresión Corporal: Método y práctica. Barcelona: Martínez Roca.
- Carriedo, A., Méndez, A., Fernández, J. y Cecchini, J.A. Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales. *RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37.
- Colquepisco Herrera, I., & Colquepisco Herrera, G. N. (2019). LOS RECURSOS EXPRESIVOS Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL DE LOS NIÑOS (AS) DE 3 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA Nº 22687 ALMIRANTE MIGUEL GRAU, DISTRITO DE PUEBLO NUEVO, CHINCHA-2016.
- Conesa, E. y Angosto, S. (2017) La expresión corporal y danza en la educación física de secundaria y bachillerato. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17, 2, 111-120
- Consejería de Educación de la Junta de Andalucía (2016). Orden de 14 de Julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado (BOJA num.144, de 28 de julio de 2016)
- García, I., Pérez, R. y Calvo, A. (2013) Expresión Corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 23, 19-22.
- Guerrero, H. (2017) La expresión corporal como medio de comunicación educacional. *Revista de la Universidad Internacional del Ecuador*. 2(1). 92-98.
- Le Boulch, J. (1978). Hacia una ciencia del movimiento humano. Buenos Aires: Paidós.
- Martínez, N. y López, I. (2020) La expresión corporal en educación física: análisis del interés del alumnado de secundaria. *Revista Digital de Educación Física*, 64.
- Motos, T. y García, L. G. (2007). Práctica de la expresión corporal. (4ed). Ciudad Real: Ñaque.

- Prados, M.E. (2020) Pensar el cuerpo. De la expresión corporal a la conciencia expresivocorporal, un camino creativo narrativo en la formación inicial el profesorado. *RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37.
- Robles, J., Abad, M.T., Castillo, E., Giménez, F.J. y Robles, A. (2013) Factores que condicionan la presencia de la expresión corporal en la enseñanza secundaria según el profesorado de educación física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 171-175
- Rodríguez-Martín, A. (Comp.) (2017). Prácticas Innovadoras inclusivas: retos y oportunidades. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- Ruano, K., Udias, C., Asensio, E. (2012) Taller de expresión corporal sobre las calidades de movimiento. *Revista Digital de Educación Física*, 14.
- Schinca, M. (2010). Expresión Corporal: Técnica y Expresión del Movimiento. (4ed). España: Wolters Kluwer.
- Troya, Y. (2017) La expresión corporal en la educación física escolar. Una propuesta de estructuración de los contenidos expresivos. Asociación Científico Cultural en Actividad Física y Deporte (ACCAFIDE). 20.
- Universidades, S. G. de. (2019). Resolución por la que se publica el Acuerdo del Consejo de Universidades por el que se establecen recomendaciones para la propuesta por las universidades. Boletín Oficial Del Estado, 91209–91217. www.boe.es
- Villard, M. (2012) La expresión corporal, un camino tortuoso. *Revista digital de Educación Física*, 14
- Zagalaz, M.L., Cachón, J. y Lara, A.J. (2014) *Fundamentos de la programación de Educación Física en Primaria*. Madrid: Síntesis.
- Zapatero, J.A. (2017) Beneficios de los estilos de enseñanza y las metodologías centradas en el alumno en educación física. *Revista de Ciencias del Deporte*. 13(3), 237-250.

7.2 Webgrafía

Bernal, V. (2009). ¿Qué se esconde bajo esa máscara? Unidad Didáctica de Expresión Corporal. Revista Digital, 14, 136. <https://www.efdeportes.com/efd136/unidad-didactica-de-expresion-corporal.htm> Fecha de recuperación: 10-06-2021.

Blog Alina Babayan. “La Danza Oriental y los elementos de la naturaleza: fuego, tierra, agua aire” Recuperado de: <https://www.alinababayan.com/blog/la-danza-oriental-y-los-elementos-de-la-naturaleza-fuego-tierra-agua-y-aire>

Blogspot. “Danzaliceo” 2015. Calidades y cualidades básicas del movimiento. Recuperado de: [http://danzaliceo.blogspot.com/2015/03/calidades-y-cualidades-del-movimiento.html#:~:text=Las%20cualidades%20f%C3%ADsicas%20b%C3%A1sicas%20del,la%20Velocidad%20y%20la%20Coordinaci%C3%B3n.&text=Es%20la%20capacidad%20que%20tiene,o%20din%C3%A1mico%20\(con%20desplazamiento\).](http://danzaliceo.blogspot.com/2015/03/calidades-y-cualidades-del-movimiento.html#:~:text=Las%20cualidades%20f%C3%ADsicas%20b%C3%A1sicas%20del,la%20Velocidad%20y%20la%20Coordinaci%C3%B3n.&text=Es%20la%20capacidad%20que%20tiene,o%20din%C3%A1mico%20(con%20desplazamiento).)

Ministerio de sanidad “Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres”. Ministerio de Sanidad. <https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/beneficios.htm> Fecha de recuperación: 11-06-2021

Organización Mundial de la Salud (2010) "Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud". Organización Mundial de la salud. Consultado el 16 de Marzo de 2020. Recuperado de: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/

Real Academia Española. (s.f.). Cultura. En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 7 de junio de 2021, de <https://www.rae.es/>

Torrente, J.L. (2010). Unidad didáctica: “Vamos a bailar”. Revista Digital, 15, 147. <https://www.efdeportes.com/efd147/unidad-didactica-vamos-a-bailar.htm> Fecha de recuperación: 9-06-2021

Wordpress. “Danzas del mundo” Recuperado de: <https://danzasdelmundo.wordpress.com/category/041-oh-susana-usa/>

8. Anexos

Anexo 1. Tarjetas calidades básicas del movimiento.

LIVIANO	SOSTENIDO
FUERTE	DIRECTO
SÚBITO	FLEXIBLE

Anexo 2. Fichas situaciones para representar.

Nos encontramos en una granja cada uno trabajando en sus labores y de repente se escapan las gallinas del gallinero y tenemos que intentar atraparlas

Una patrulla de policía se encuentra de servicio y de pronto tienen que actuar porque ven que hay una mujer trepando en un árbol para rescatar a su gato

Los extraterrestres llegan a la luna y dejan su huella

Una mujer da a luz en mitad de un atasco porque no le da tiempo a llegar al hospital

Nos montamos muchos en un ascensor camino a una fiesta y nos quedamos encerrados y tienen que venir a sacarnos

Estamos en el aeropuerto preparados para facturar maletas y de pronto vemos que nuestra maleta se la ha llevado por confusión una persona que estaba sentada a nuestro lado pero hay mucha gente y nos cuesta llegar hasta esa persona

Anexo 3. Ficha análisis interpretación.

FICHA ANÁLISIS INTERPRETACIÓN.							
NOMBRE Y APELLIDOS:							
CURSO:							
GRUPO 1.							
ACTUACIÓN	QUÉ REPRESENTA	PESO		TIEMPO		ESPACIO	
		LIVIANO	FUERTE	SÚBITO	SOSTENIDO	DIRECTO	FLEXIBLE
1							
2							
GRUPO 2							
1							
2							

COREOGRAFÍA ELEMENTOS DE LA TIERRA		
NOMBRE Y APELLIDOS:		
CURSO:		
GRUPO 1.		
ELEMENTO QUE REPRESENTA:		
PREGUNTA	SÍ	NO
Utilizan los recursos expresivos del cuerpo con el fin de entender qué elemento están representando		
El grupo trabaja de forma coordinada mostrando finalmente un conjunto coreográfico completo		
Es fácil identificar las características de su elemento dentro de la representación que hace el grupo. Ej.: en el caso del fuego como elemento podemos ver que transmiten fuerza, fusión y pasión.		
La forma de transmitir el mensaje es original y capta la atención del público		
La música escogida o la percusión corporal aplicada es coherente a la actuación realizada		

FICHA CIRCUITO MUSICAL		
NOMBRE Y APELLIDOS: CURSO:		
0. Completa la frase: “La música es para el alma...		
1. Escribe una secuencia rítmica con percusión corporal: 		
2. Escribe el nombre del instrumento que has escuchado y qué emoción te transmite: 		
3. Escribe el número de la banda sonora que corresponde a cada película: PIRATAS DEL CARIBE: FOREST GUMP: STAR WARS: HARRY POTTER: LA PANTERA ROSA		
4. COMPOSICIÓN MUSICAL	SUPERADA	NO SUPERADA

17

*Un verdadero artista no debe temer lo que los demás
piensen de él*

PAUTAS A SEGUIR PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES GRUPALES

1. Todos los componentes del grupo deberán intervenir y ser responsables con la tarea asignada
2. Todos los componentes del grupo deberán intervenir en la puesta en práctica de la sesión
3. La sesión deberá durar 30 minutos dentro de los cuales deberá haber un tiempo de calentamiento, otro de parte principal y otro de vuelta a la calma
4. La sesión deberá desarrollar mediante actividades la disciplina artística que domináis y a la que pertenece vuestro grupo con el objetivo de que vuestros compañeros y vosotros profundicéis en el conocimiento de la misma
5. La sesión deberá ser entregada en papel a la profesora y puesta en práctica por vosotros en clase el día asignado
6. Se valorará el conocimiento sobre los contenidos, la coherencia de los ejercicios con la disciplina artística que explicáis y la seguridad en vuestra exposición